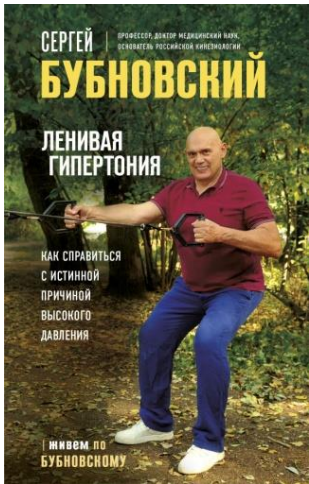


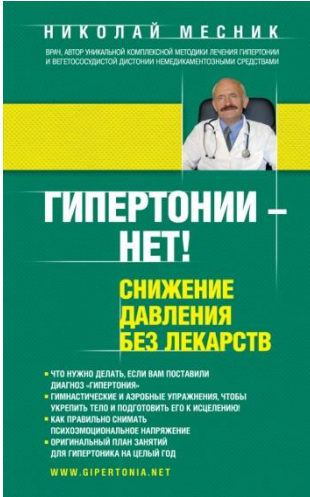
«Артериальная гипертензия – что это? Рекомендации, лечение, симптомы».

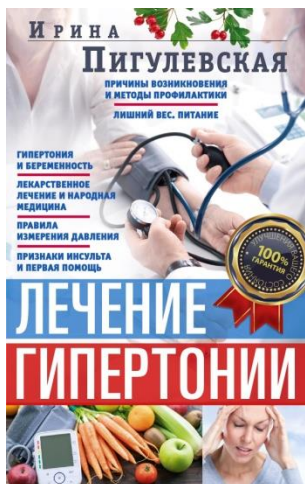
Артериальная гипертензия (гипертония, гипертоническая болезнь) – самое частое хроническое заболевание у взрослых, связанное с повышением артериального давления. Полностью вылечить это заболевание невозможно, однако артериальное давление можно держать под контролем. Повышенное давление – один из трёх факторов риска ишемической болезни сердца, которые можно контролировать (риск в данном случае подразумевает не только то, как высоко поднимается давление, но и время, в течение которого наблюдается повышенное давление). Своевременный контроль над давлением поможет снизить риск заболеваний почек. Чем раньше вы выявили артериальную гипертензию и начали за ней наблюдать в динамике, тем меньше риск развития осложнений гипертонической болезни в будущем.

Предлагаем Вашему вниманию выборочный обзор наиболее интересных, на наш взгляд, ресурсов об артериальной гипертензии. В обзор включены печатные издания (книги и статьи), а также некоторые сайты, на которых даются советы и рекомендации специалистов.

	Бубновский, С. М. Ленивая гипертония : как справиться с истинной причиной высокого давления / С. М. Бубновский. - Москва : Эксмо, 2023 [т.е. 2022]. - 286, [1] с. : ил. - (Живём по Бубновскому). Медикаментозная терапия, которую сегодня активно применяют в лечении больных с высоким давлением, никак не влияет на первопричину болезни и далеко не всегда оказывается эффективной. Автор выявил скрытые связи между определённым образом жизни, физическими нагрузками и возможностью безлекарственного снижения артериального давления. Доктор Бубновский основал свой авторский метод лечения на комплексном подходе, который оправдал себя в многолетней практике и помог десяткам тысяч пациентов. Методики и авторские системы упражнений позволяют облегчить течение артериальной гипертензии, добиться стойкой нормализации давления и не допустить развития хронического поражения органов-мишеней: головного мозга, сердца, глаз и почек. Полный текст издания на Литрес бесплатно можно прочитать <u>после регистрации</u> в библиотеке: https://www.litres.ru/book/sergey-bubnovskiy/lenivaya-gipertoniya-kak-spravitsya-s-istinnoy-prichinoy-68469547/
	Зволинская, Е. Ю. Здоровый образ жизни: мифы, факты, парадоксы. Гипертония. Курение / Е. Ю. Зволинская. - Москва : Даръ, 2020. - 78, [2] с. : ил., табл. В книге содержатся основные принципы (алгоритм) здорового образа жизни, обсуждаются новейшие теории возникновения заболеваний, представлены методы борьбы с факторами риска. Книга предназначена для широкого круга читателей. Она основана на последних клинических рекомендациях на базе крупнейших международных и отечественных исследований, участником которых был сам автор. Полный текст издания на Литрес бесплатно можно прочитать <u>после регистрации</u> в библиотеке: https://www.litres.ru/book/ekaterina-zvolinskay/zdorovyy-obraz-zhizni-mify-fakty-paradoksy-gipertoniya-64305347/

	Константинов, М. Чтобы было 120/80. Нормальное давление в любом возрасте! : [стресс всему голова, питаемся правильно, дневник гипертоника, о пользе аромасел, о спорт, ты... : о давлении легко и доступно] / М. Константинов. - Москва : АСТ, 2021. - 223 с. - (Авторские методики: психология и здоровье). Как хочется, чтобы всегда было нормальное давление 120/80! Чувствуешь себя так хорошо, что хоть в космос посылай! Однако гипертония и гипотония подкрадываются исподтишка и приводят с собой другие, ещё более серьёзные заболевания. У современной медицины есть целый арсенал средств и методов борьбы с этими «тихими убийцами». Из книги вы узнаете, какие симптомы присущи каждой болезни, какие органы-мишени страдают больше всего, чем грозит гипертонический криз, как спасти от него больного до приезда «скорой», какой тонометр самый точный, как измерить давление без ошибок, какие лабораторные анализы надо сдавать. А также изучите действие новейших лекарственных препаратов, которые назначают врачи, и средств, которые могут нормализовать давление в домашних условиях. Полный текст издания на Литрес бесплатно можно прочитать <u>после регистрации</u> в библиотеке: https://www.litres.ru/book/mihail-konstantinov/chtoby-bylo-120-80-normalnoe-davlenie-v-lubom-vozraste-63415650/ Книгу можно получить для чтения в читальном зале Дворца книги.
	Копылова, О. С. 60 ударов в минуту : [книга о том, как помочь сердцу восстановить силу и здоровый ритм. Как увеличить резервы сердца. Как остановить ишемию без операции. Атеросклероз: бляшки поддаются рассасыванию. Кардиодieta вместо лекарств. Интервальная ходьба: методика пошагового укрепления сердца. Кардиодиагностика 21 века: никаких вмешательств в организм] / О. Копылова. - Москва : Э, 2016, [т. е. 2015]. - 316, [1] с. : ил., табл. В этой книге вы найдёте интереснейшие суждения ведущих кардиологов России о сегодняшних возможностях мировой и отечественной кардиологии, о появившихся в последнее десятилетие эффективных методах лечения, о новом, бурно развивающемся направлении регенеративной медицины, которое позволит больному человеку обрести новое здоровое сердце в буквальном смысле этого слова! Во второй части книги опубликованы рационы лечебного питания для людей с сердечно-сосудистыми заболеваниями и специальная программа кардиотренировок, разработанная ведущими кардиологами страны. Надеемся, что эти рекомендации помогут вам сохранить здоровье сердца и сосудов до преклонных лет! С ознакомительным фрагментом книги можно познакомиться здесь: https://book24.ru/product/60-udarov-v-minutu-kniga-o-tom-kak-pomoch-serdtsu-vosstanovit-silu-i-zdorovyy-ritm-oformlenie-1-176086/

	Месник, Н. Г. Гипертонии - нет! : снижение давления без лекарств : [что нужно делать, если вам поставили диагноз «гипертония», гимнастические и аэробные упражнения, чтобы укрепить тело и подготовить его к исцелению, как правильно снимать психоэмоциональное напряжение, оригинальный план занятий для гипертоника на целый год] / Н. Месник. - Москва : Эксмо, 2014. - 221, [1] с. : ил. - (Оздоровление по системе доктора Месника). Известный доктор Николай Месник в своей книге излагает основы своей уникальной системы коррекции артериального давления. На протяжении многих лет Николай Григорьевич на своём собственном опыте и благодаря обширной врачебной практике изучал причины развития гипертонической болезни, её симптомы и последствия. Система лечения гипертонии доктора Месника включает коррекцию всего образа жизни человека, в том числе новые принципы питания, физические упражнения, направленные как на стимуляцию мышц, так и на их расслабление. Книгу можно прочитать здесь: https://www.universalinternetlibrary.ru/book/64734/chitat_knigu.shtml
	Нестерова, Д. В. Гипертония : новые методы лечения / Д. В. Нестерова. - Москва : РИПОЛ классик, 2017. - 154 с. : ил. - (Моя энциклопедия здоровья). Гипертония занимает одно из первых мест среди самых распространённых диагнозов в мире, от последствий которого только в России ежегодно умирает около 2 миллионов человек. Ошибочно предполагать, что лечение гипертонии ограничивается исключительно приёмом медикаментозных препаратов, снижающих артериальное давление. Что же такое гипертония и что делать, если у вас есть наследственная предрасположенность или вам уже поставили этот диагноз? В нашей книге читатель найдёт всю необходимую информацию о причинах и симптомах заболевания, о различных методах его терапии: традиционные способы лечения и профилактики, альтернативные методы повышения жизненного тонуса, результативные техники избавления от хронической усталости, принципы полноценного питания, эффективные диеты и многое-многое другое. Полный текст издания на Литрес бесплатно можно прочитать <u>после регистрации</u> в библиотеке: https://www.litres.ru/book/darya-nesterova/gipertoniya-8006801/
	Неумывакин, И. П. Пути избавления от болезней : гипертония, диабет... / И. П. Неумывакин. - Москва ; Санкт-Петербург : ДИЛЯ, 2025 (печ. 2024). - 254, [1] с. : ил., портр. Книга доктора медицинских наук, сочетающего в своей практике достижения официальной медицины, собственные разработки и народную медицину, рассказывает о том, как победить многие болезни, в том числе считающиеся неизлечимыми, такие как диабет, гипертония и др. И в этом не помеха ни ваш собственный возраст, ни «возраст» вашей болезни. Познакомиться с книгой можно здесь: https://cardiotherapy.ru/medikamenty/neumyvakin-puti-izbavleniya-ot-boleznej-chitat



Пигулевская, И. С. Лечение гипертонии : причины возникновения и методы профилактики, лишний вес, питание, гипертония и беременность, лекарственное лечение и народная медицина, правила измерения давления, признаки инсульта и первая помощь / И. С. Пигулевская. - Москва : Центрполиграф, 2021. - 254, [2] с. : ил.

Сегодня гипертония приняла характер всемирной эпидемии. 40 % населения России страдают ею, и даже при лечении этой болезни только у 17 % женщин давление приходит в норму, а у мужчин – вообще у 6 %! А всё потому, что лечение не начинается вовремя, на ранних стадиях заболевания. Проблема ещё и в том, что обычно гипертония сочетается с другими болезнями типа сахарного диабета, ожирения. Одно влияет на другое, и привести давление в норму бывает сложно... При этом повышенное давление является пусковым механизмом для развития разных заболеваний и осложнений, некоторые из них могут быть опасными для жизни. Именно поэтому гипертонию нельзя запускать.

В этой книге автор рассказывает всё, что нужно знать о гипертонии. Вы узнаете: причины возникновения и методы профилактики заболевания; что такое гипертонический криз; каковы признаки инсульта; как оказать первую помощь; как сочетаются гипертония и беременность. Изучите правила измерения давления; получите рецепты народной медицины. В разделе о питании приведены диеты и обширный список продуктов, которые обладают свойством снижать давление. Вспомогательными средствами будут ароматерапия, лечебные ванны, физические упражнения.

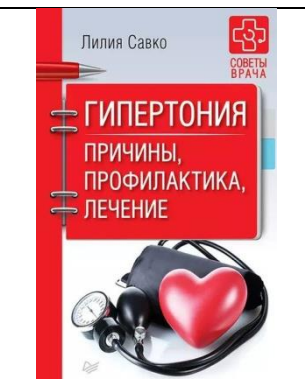
Полный текст издания на Литрес бесплатно можно прочитать после регистрации в библиотеке: <https://www.litres.ru/book/irina-pigulevskaya/lechenie-gipertonii-prichiny-vozniknoveniya-i-metody-pr-66657038/>



Рубин, А. Л. Гипертония для чайников : [перевод с английского] / Алан Л. Рубин. - Москва ; Санкт-Петербург : Диалектика, 2018. - 333 с. : ил., табл. - (Ведь это так просто!).

Последствия повышенного кровяного давления уносят больше жизней, чем СПИД, раковые заболевания и туберкулёз вместе. Симптомы начинающейся гипертонической болезни во многом совпадают с признаками обычного переутомления. Поэтому около половины больных впервые слышат о своём диагнозе лишь от врача «скорой помощи». Только сочетание грамотной терапии с изменением образа жизни позволяет длительно поддерживать оптимальное артериальное давление. Этому и посвящена данная книга, которая адресована широкому кругу читателей: как пациентам, страдающим гипертонией, так и их родственникам.

С ознакомительным фрагментом книги можно познакомиться здесь: https://books.google.ru/books?id=6UwCq1QkS_wC&printsec=copyright&hl=ru#v=onepage&q&f=false



Савко, Л. М. Гипертония. Причины, профилактика, лечение / Л. М. Савко. - Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 2018. - 191, [1] с. : ил., табл. - (Советы врача).

Эта книга предназначена для людей, не понаслышке знакомых с проблемой повышения уровня артериального давления. Здесь нет скучных медицинских терминов и непонятных врачебных выражений. Вся необходимая информация о гипертонии и способах борьбы с ней изложена просто и понятно. Практически в каждой главе имеются задания для выявления причин повышения давления и составления индивидуальных планов по их коррекции. После их выполнения вы сможете снизить уровень своего давления и в будущем держать его

	под контролем. С ознакомительным фрагментом книги можно познакомиться здесь: https://mybook.ru/author/liliya-savko/gipertoniya-prichiny-profilaktika-lechenie/read/
	Смирнова, М. А. Лечебное питание. Гипертония / М. А. Смирнова. - Москва : Энтраст Трейдинг, 2015. - 62, [1] с. - (Здоровый образ жизни и долголетие). Питание при гипертонической болезни имеет свою специфику. Залогом успеха является снижение калорийности продуктов, употребляемых в пищу, уменьшение количества соли, сокращение потребления жиров, уменьшение количества жидкости в рационе. И напротив, употребление продуктов, содержащих калий и магний, принесет ощутимую пользу и облегчение. Зная основы правильного питания, вы сможете облегчить протекание болезни и избежать гипертонических кризов. Полный текст издания на Литрес бесплатно можно прочитать <u>после регистрации</u> в библиотеке: https://www.litres.ru/book/marina-smirnova/lechebnoe-pitanie-gipertoniya-6054598/
	Ужегов, Г. Н. Высокое давление : [мозговой и ишемический инсульты, гипертонический криз, атеросклероз, почечная гипертония] / Г. Н. Ужегов. - Москва : Эксмо, 2015. - 218, [1] с. - (Сокровищница народной медицины). Существует мнение, что гипертония неизлечима. Но это не так! Прочитав книгу, вы узнаете, почему возникают проблемы с артериальным давлением и как его нормализовать простыми методами. Вы сможете подобрать подходящие именно вам народные средства: сборы, отвары, настойки в зависимости от стадии заболевания, возраста, пола и образа жизни. С ознакомительным фрагментом книги можно познакомиться здесь: https://iknigi.net/avtor-genrih-uzhegov/95119-vysokoe-davlenie-genrih-uzhegov/read/page-1.html
	Фадеев, П. А. Гипертония : болезнь повышенного артериального давления : [контроль артериального давления. Нелекарственные методики лечения гипертонии. Снижение артериального давления с помощью диеты DASH] / П. А. Фадеев. - Москва : Эксмо, 2014. - 430, [1] с. : ил., табл. - (Врачебный гид для пациента). - (Рекомендовано ведущими российскими врачами). Гипертония, или постоянно повышенное давление, всё чаще наступает не только мужчин и женщин в возрасте, но и довольно молодых людей. Мучительные головные боли, шум в голове, плохое самочувствие, боли в области сердца, одышка и отёки – это повод для измерения вашего артериального давления. Автор книги, врач высшей категории, включил в этот справочник самую полную, актуальную и научно обоснованную информацию о гипертонической болезни: правила измерения и контроля артериального давления, причины возникновения гипертонической болезни, нелекарственные методы лечения гипертонии, а также диета DASH – популярная за рубежом диета, эффективно снижающая давление. Вы сможете узнать гликемический индекс, содержание холестерина и соли в ваших продуктах, выбрать нужный профилактический травяной сбор и составить меню по эффективной системе DASH. Подберите нужный лекарственный препарат, отталкиваясь от названия лекарства или его фармакологической группы! С ознакомительным фрагментом книги можно познакомиться здесь: https://iknigi.net/avtor-pavel-fadeev/21122-povyshennoe-arterialnoe-davlenie-pavel-fadeev/read/page-1.html

Статьи в периодических изданиях	
	Адашева, Т. 3 вопроса о гипертонии / Т. Адашева // Здоровье. - 2024. - № 3 (803). - С. 38-39 : фот. Артериальная гипертензия – ведущий фактор риска развития инсультов и инфарктов, которые, в свою очередь, являются одной из главных причин инвалидности и смертности в России и в мире. Согласно статистике, каждый второй не подозревает о наличии у него артериальной гипертензии. Доктор медицинских наук в статье отвечает на вопросы о причинах, факторах риска, мерах профилактики данного заболевания. Статью можно прочитать здесь https://jread.top/journal-health/44044-zdorove-3-2024.html
	Артериальное давление // Здоровье. - 2023. - № 3 (793). - С. 22-26 : фот. Что происходит с давлением у здорового человека, что на него влияет, и можно ли его регулировать? Функция артериального давления – помочь быстро и полностью доставить необходимый объём крови из главной «станции переливания крови» - сердца, к самым удалённым от него органам и тканям. О факторах риска и симптомах повышения артериального давления – в данной статье. Статью можно прочитать здесь https://jread.top/journal-health/42361-zdorove-3-2023.html
	Больше шагов - ниже давление // Здоровье. - 2020. - № 7-8. - С. 4. Хорошо известно, что для нормализации кровяного давления бывает достаточно изменить образ жизни, а именно - перейти на здоровое питание и увеличить физическую активность. Учёные из Калифорнийского университета в Сан-Франциско пришли к выводу, что с этой целью необязательно изводить себя в спортзале. Можно просто больше ходить пешком. Люди, которые проходили в среднем около 10 тысяч шагов в день, имели систолическое артериальное давление на 2 мм рт. ст. ниже, чем те, кто ограничивались пятью тысячами шагов. Журнал можно прочитать во Дворце книги.
	Волошина, Н. М. Ошибки гипертоника / Н. Волошина // Будь здоров!. - 2019. - № 9. - С. 8-11 : фот. Гипертоники прислушиваются к прогнозам метеорологов, словно к сводкам с поля боя. Их волнение понятно: капризы осенней погоды тут же отражаются на артериальном давлении, а значит, и на самочувствии. Какие ошибки чаще всего допускают гипертоники? Журнал можно прочитать во Дворце книги.
	Кириллов, В. Гипертония у мужчин и женщин / В. Кириллов // Будь здоров!. - 2020. - № 3. - С. 45-48 : фот. Гипертония, или артериальная гипертензия – это синдром повышения кровяного давления. Она наблюдается и у мужчин, и у женщин, но у женщин всё-таки чаще. Кроме того, согласно последним исследованиям учёных, у женщин гипертония имеет свои особенности. Есть такие её формы, которые, в принципе, невозможны у мужчин. Это, например, гипертония беременных или гипертония климактерического периода. Вообще, заболевание у женщин протекает значительно тяжелее: выше показатели артериального давления, чаще появляются болезненные ощущения. Журнал можно прочитать во Дворце книги.

	Утин, А. Мифы о гипертонии / А. Утин // Здоровье. - 2015. - № 10 (720). - С. 56-59 : фот. Гипертония – заболевание коварное. Вроде ничего не болит, но она может укоротить жизнь на 10-20 лет. И женщины в период менопаузы – в группе риска. Почему и что с этим делать? Статью можно прочитать здесь https://www.vechnayamolodost.ru/articles/vashe-zdorove/kazhgidoznsvmaff/ Журнал можно прочитать во Дворце книги.
	Федоров, А. 40 рабочих часов в неделю грозят гипертонией / А. Федоров // Здоровье. - 2020. - № 4. - С. 8. К такому выводу пришли учёные, проанализировав состояние здоровья 3500 офисных работников провинции Квебек (Канада). В течение 5 лет медики ежедневно перед началом рабочего дня измеряли артериальное давление участникам эксперимента. Затем на руку каждого испытуемого надевали электронную манжету, которая проводила самостоятельные измерения каждые 15 минут. Важно, что в начале исследования все испытуемые были абсолютно здоровы. Статью можно прочитать здесь https://kiozk.ru/article/zdorove/40-rabocih-casov-v-nedelu-grozat-gipertoniej Журнал можно прочитать во Дворце книги.
	Шишонин, А. Гипертония - не приговор. Важно найти причину / А. Шишонин // Здоровье. - 2020. - № 10. - С. 38-39. Сегодня мы живём во времена небывалого научного прогресса, но, тем не менее, сплошь и рядом врачи ставят пациентам лженаучные диагнозы, назначая препараты, которые не лечат, а лишь нивелируют симптомы болезней. Один из таких примеров: «гипертония». При давлении 160 и выше вам непременно выпишут таблетки, принимать которые нужно даже не курсами, а постоянно. А ведь повышение давления, как и температуры – это реакция организма на что-то. Но современной науке, к сожалению, пока неизвестно, на что. Статью можно прочитать здесь https://health.7days.ru/vashe-zdorovie/gipertoniya-ne-prigovor-vazhno-nayti-prichinu.htm Журнал можно прочитать во Дворце книги.
Интернет-ресурсы	
проблемы	Статья кардиолога В. К. Зафираки «Артериальная гипертензия (гипертония) - симптомы и лечение» на сайте онлайн-энциклопедии «ПроБолезни» https://probolezny.ru/arterialnaya-gipertenziya/ Гипертония - это болезнь, для которой стабильное повышение артериального давления служит основным её проявлением. Помимо имеющейся у некоторых людей генетической предрасположенности, среди факторов риска находятся: избыточная масса тела и ожирение; малоподвижность; избыточное потребление поваренной соли, алкоголя; хронический стресс; курение. В общем, все те особенности, которые сопутствуют современному городскому образу жизни в индустриально развитых странах.
ГЕМОТЕСТ	Статья Ю. Голубевой «Артериальная гипертензия (гипертония)» на сайте лаборатории «Гемотест» https://gemotest.ru/info/spravochnik/zabolevaniya/arterialnaya-gipertenziya-gipertoniya/ Артериальная гипертензия (повышенное артериальное давление) - это одна из наиболее частых причин острой сердечной недостаточности и инсульта. При этом патология часто никак себя не проявляет, и человек может не подозревать, что он в опасности. Чем опасна артериальная гипертензия? Как правильно измерять давление? Как снизить давление: первая помощь? Виды и стадии артериальной гипертензии.

	Статья «Артериальная гипертензия» на сайте Справочника Видаль «Лекарственные препараты в России» https://www.vidal.ru/encyclopedia/zabolevaniya-serdechno-sosudistoyi-sistemi-kardiologiya/arterialnaya-hypertenziya Артериальная гипертония (гипертензия, гипертоническая болезнь) – самое частое хроническое заболевание у взрослых, связанное с повышением артериального давления. Полностью вылечить это заболевание невозможно, однако артериальное давление можно держать под контролем. Повышенное давление – один из трёх факторов риска ишемической болезни сердца, которые можно контролировать (риск в данном случае подразумевает не только то, как высоко поднимается давление, но и время, в течение которого наблюдается повышенное давление). Своевременный контроль над давлением поможет снизить риск заболеваний почек. Чем раньше вы выявили артериальную гипертензию и начали за ней наблюдать в динамике, тем меньше риск развития осложнений гипертонической болезни в будущем.
	Статья кардиолога С. А. Борзуновой «Гипертензия» на сайте холдинга «СМ-Клиника» https://www.smclinic.ru/diseases/gipertenziya/ Во всём мире и в нашей стране очень распространён синдром артериальной гипертензии. Он включает в себя гипертоническую болезнь и симптоматические артериальные гипертензии на фоне различных заболеваний. Доля гипертонической болезни составляет около 85%. Остальное приходится на симптоматические гипертонии, среди которых наиболее часто встречаются заболевания почек и патология со стороны эндокринной системы. Повышение давления представляет опасность в связи с развитием таких смертельных заболеваний, как инфаркт миокарда, инсульт, почечная недостаточность, слепота. Так, среди гипертоников частота различных проявлений ишемической болезни сердца в 4,5 раза выше, а инсульт встречается в 9,8 раза чаще, чем среди лиц с нормальным давлением. В России более 20% населения страдают артериальной гипертензией.
	Статья «Артериальная гипертония: жизнь под контролем» на сайте Центра общественного здоровья и медицинской профилактики Ульяновской области http://www.ocmp73.ru/medprof/stati/6984-arterialnaya-gipertoniya-zhizn-pod-kontrolem-2024 Артериальная гипертония - очень опасное заболевание, которое начинается незаметно. Не зная симптомов, человек может не придавать им значения и заметить проблему уже после развития осложнений. В последние годы клиническая картина артериальной гипертонии «молодеет», к кардиологам обращаются пациенты разного возраста – вплоть до детского и подросткового. На вопросы об артериальной гипертонии ответила главный специалист-кардиолог Минздрава Ульяновской области Елена Мовчан.
	Статья врача В.В. Климовой «Эффективное лечение гипертонии в домашних условиях» на сайте иммунитет.орг https://immunitet.org/effektivnoe-lechenie-gipertonii?toistat=direct&search=16365215005.%D0%BB%D0%B5%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5%D0%BE%D0%BE%D0%B2%D1%8B%D1%88%D0%B0%D0%B5%D1%82%D1%81%D1%87%D0%B4%D0%B0%D0%B2%D0%BB%D0%B5%D0%BE%D0%B5&toistat_pos=other&utm_source=vandex&utm_medium=cpc&utm_campaign=EPR_Gipertoniya_Obshhie_Poisk&type=search&source=none&block=other&split=1&utm_term=%D0%BB%D0%B5%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5%D0%BE%D0%BE%D0%B2%D1%8B%D1%88%D0%B0%D0%B5%D1%82%D1%81%D1%8F%D0%B4%D0%B0%D0%B2%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5&yclid=4403058029651296255 Лечение гипертонической болезни должно быть основано не только на снижении давления лекарствами, но и на попытке устранения причин, и в оказании помощи организму, направленной на преодоление возросшей нагрузки на почки и сосуды. Лекарства воздействуют лишь на симптомы и только откладывают срок наступления осложнений. Как только закончится действие химических компонентов, входящих в состав лекарств, организм снова начнёт поднимать давление для решения вышеуказанных приоритетных задач.