

УДК 616.12-008.331.1 + 616.127-005.4

ББК 54.10

К61

Рецензенты: *М.А.Гуревич* – доктор мед. наук, профессор кафедры терапии факультета усовершенствования врачей МОНКИ.

*В. П.Ардашев* — доктор мед. наук, профессор, зам. начальника ГВКГ им. Н.Н.Бурденко по медицинской части.

- Коломоец Н.М., Бакшеев В.И.  
К61 Гипертоническая болезнь и ишемическая болезнь сердца: Руководство для врачей, обучающихся пациентов в школе больных гипертонической болезнью и ишемической болезнью сердца. — М.: Медицина, 2003. — 336 с.: ил. ISBN 5-225-04711-4

В книге описаны основные вопросы эпидемиологии, патогенеза, клиники, диагностики гипертонической болезни и ишемической болезни сердца; особое внимание уделено правилам измерения АД, динамического контроля, основам терапии артериальной гипертензии, немедикаментозным методам лечения и вторичной профилактике.

Книга написана в соответствии с требованиями “Федеральной программы по борьбе с артериальной гипертензией в Российской Федерации” (апрель 2001 г.) и является первым в отечественной литературе изданием, предназначенным для образования пациентов в школах для больных гипертонической болезнью и ишемической болезнью сердца.

Для пациентов, обучающихся в школе больного гипертонической болезнью и ишемической болезнью сердца, и для кардиологов, терапевтов, врачей общей практики.

ББК 54.10

Kolomoets N.M., Baksheev V.I.

Essential hypertension and ischemic heart disease: Manual for physicians, who educate patients at school for patients with hypertensive disease and coronary heart disease. — М.: Medicine, 2003.-336 p.: SILT. ISBN 5-225-04711-4

The book outlines the basic aspects of the epidemiology, pathogenesis, clinical picture and diagnosis of essential hypertension and ischemic heart disease; particular emphasis is laid on the rules of arterial blood pressure measurement, dynamic control, bases of therapy for essential hypertension, nonpharmacological treatment and secondary preventive maintenance.

The book is written within the framework of “The Federal Essential Hypertension Control Program in the Russian Federation” (April, 2001) and is the first edition in the Russian literature, intended for education of patients at schools for patients with essential hypertension and ischemic heart disease.

Readership: For patients trained at schools for patients with essential hypertension and ischemic heart disease, cardiologists, therapists, general practitioners.

ISBN 5-225-04711-4

© Н.М.Коломоец, В.И.Бакшеев, 2003

*Все права авторов защищены. Ни одна часть этого издания не может быть занесена в память компьютера либо воспроизведена любым способом без предварительного письменного разрешения издателя.*

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие .....	6
Введение.....	9
Глава 1	
Анатомо-физиологические особенности строения сердечно-сосудистой системы.....	11
Глава 2	
Регуляция артериального давления.....	17
2.1. Роль нервной системы в регуляции артериального давления.....	17
2.2. Регуляция артериального давления эндокринной системой .....	21
2.3. Регуляция уровня артериального давления почками .....	27
2.4. Водно-электролитный баланс.....	30
2.5. Эндотелиальная дисфункция и ее клиническое значение. Новое направление в кардиологии.....	34
Глава 3	
Метаболизм миокарда (обменные процессы в сердечной мышце).....	46
3.1. Метаболизм углеводов и липидов в миокарде в норме .....	47
3.2. Метаболизм при ишемии миокарда.....	51
3.3. Метаболическая терапия.....	53
Глава 4	
Факторы риска развития гипертонической болезни и ишемической болезни сердца.....	57
4.1. Курение.....	59
4.2. Потребление алкоголя.....	71
4.3. Малоподвижный образ жизни.....	71
4.4. Нарушения липидного обмена.....	87
4.5. Ожирение.....	120
4.6. Сахарный диабет.....	121
4.7. Постменопауза.....	122
4.8. Психосоциальные факторы.....	122
Глава 5	
Поражение органов-мишеней.....	125
5.1. Клинические проявления поражения органов-мишеней при артериальной гипертензии.....	126

5.2. Ремоделирование сердечно-сосудистой системы . . .	126
5.3. Ишемическая болезнь сердца.....	137
5.4. Сердечная недостаточность.....	168
Глава 6	
Диагностика артериальной гипертензии.....	176
6.1. План обследования пациента с повышенным АД ...	177
6.2. Классификация уровней артериального давления . .	178
6.3. Группы риска.....	179
6.4. Правила измерения артериального давления.....	180
Глава 7	
Лечение и профилактика гипертензии без медикаментов. . .	185
7.1. Изменение образа жизни.....	185
7.2. Фитотерапия гипертонической болезни.....	189
Глава 8	
Медикаментозное лечение.....	227
8.1. Основные группы гипотензивных препаратов.....	230
8.2. Некоторые перспективы создания новых медикаментов .....	238
8.3. Осложнения гипертонической болезни.....	242
Приложение 1	
Продукты, богатые кальцием.....	248
Продукты, богатые калием и обедненные натрием. . .	250
Продукты, богатые магнием.....	252
Продукты, богатые натрием и обедненные калием. . .	254
Влияние различных способов приготовления картофеля на содержание в нем $K^+$ и $Na^+$ .....	256
Продукты, богатые пищевой клетчаткой.....	257
Приложение 2	
Уровни липидов в крови.....	260
Показания к медикаментозной терапии гиперлипидемий.....	261
Гиполипидемическая диета (из рекомендаций Европейского общества атеросклероза, 1992 г.).....	262
Гипокалорийная диета с низким содержанием липидов (из рекомендаций Европейского общества атеросклероза, 1992 г.).....	265
Приложение 3	
Дневник контроля выполненных физических упражнений (ходьба).....	266
Журнал контроля эффективности физических тренировок (ходьба).....	269
Приложение 4	
Внешние причины резкого повышения АД.....	270

Приложение 5	
Фазы тонов Короткова.....	272
Особые ситуации, которые могут возникать при измерении АД.....	272
Классификация уровней АД (ВОЗ/МОАГ, 1999 г.)	273
Классификация уровней АД (ДАГ-1, 2000 г.).....	274
Критерии гипертрофии левого желудочка (ДАГ-1, 2000 г.).....	274
Классификация гипертонической ретинопатии (по Keith—Wagoner—Barker).....	275
Критерии диагностики сахарного диабета (ВОЗ, 1996 г.).....	275
Критерии компенсации сахарного диабета (European/IDDM Policy Group, 1998 г.).....	276
Диагностические критерии диабетической нефропатии (ЭНЦ РАМН, 1995 г.).....	276
Индексы массы тела и талия/бедро.....	276
Поражение ЦНС при артериальной гипертензии. . .	277
Приложение 6	
Организация работы школы больного гипертонической болезнью.....	278
Приложение 7	
Программа обучения пациентов в 52-м консультативно-диагностическом центре МО РФ.....	280
Приложение 8	
Результаты обучения пациентов в школе больного гипертонической болезнью.....	291
Заключение.....	303
Словарь больному гипертонической болезнью.....	305
Литература для самостоятельного изучения больными . .	316
Литература.....	318
Список авторов цитат и афоризмов.....	333