

18-24 may 2023-cü il

Dr. Günay Məmmədova: "Hipertoniyanın səbəblərini aradan qaldırmaq üçün həyat tərzini dəyişmək tələb olunur"

Yüksək qan təzyiqi müasir dövrün bir epidemiyası kimi xarakterizə olunur. Hipertoniya xəstəliyi olan insanlar müalicə alır və daim tibbi nəzarətdə olurlar. Nəzərə alsaq ki, hipertoniya dünyada ürək və insult xəstəliklərinin ən başlıca səbəbi sayılır, nəzarət və vaxtında müalicə edilməyən hipertoniya infarkta, ürəyin genişlənməsinə və nəticədə ürək çatışmazlığına səbəb olur. Hipertoniya, həmçinin böyrək çatışmazlığı, beyin-qan dövranının pozulması və digər sağlamlıq problemləri ilə nəticələnə bilər.

2005-ci ildən Ümumdünya Hipertoniya ilə Mübarizə Liqası və Beynəlxalq Hipertoniya Cəmiyyətinin təşəbbüsü ilə hər il mayın 17-si Ümumdünya Arterial Hipertoniya ilə Mübarizə Günü kimi qeyd edilir. Hipertoniya xəstəliyi, müalicəsiz qaldıqda yaratdığı fəsadlar barədə ətraflı məlumat almaq üçün Mərkəzi Gömrük Hospitalının kardioloqu Günay Məmmədovaya müraciət etdik.

- Günay həkim, hipertoniya xəstəliyi nədir?

Hipertoniya qan təzyiqinin yuxarı olması deməkdir. Gəlin əvvəlcə, qan təzyiqinin nə olduğunu aydınlaşdıraq. Qan təzyiqi bədəndəki qanın ən vacib qan damarları olan arteriyaların divarlarına göstərdiyi təzyiqdır. Qan təzyiqinin səviyyəsi insan sağlamlığının ən vacib göstəricilərindən biridir. Hipertoniya qan təzyiqinin həddindən artıq artması, yüksəlməsi ilə xarakterizə olunur. Hipertoniya xəstəliyi ürək-damar sisteminin ən çox yayılmış xəstəliyidir. Bu, davamlı yüksək qan təzyiqidir. Arterial təzyiq arteriyaların və ya onların kiçik damarlarının - arteriolların daralması baş verdikdə yüksəlir. Başqa sözlə desək, hipertoniya qan təzyiqinin 140/90-dan yuxarı davamlı artması ilə müşayiət olunan patoloji haldır. Bu, daxili orqanların işində dəyişikliklərə, eləcə də insanın əhvalının pozulmasına səbəb olur. Bu xəstəlik getdikcə irəliləyən xarakter daşıyır. Hipertoniya diaqnozu iki fərqli gündə aparılan təzyiq ölçmələrinə əsasən, hər



iki gündə sistolik təzyiqin 140 mm Hg-ə bərabər və ya ondan çox olduğu hallarda qoyulur.

- Hipertoniya xəstəliyinə hansı yaşlarda daha çox rast gəlinir?

- Yaşadığımız qloballaşan dünyada hipertoniya xəstəliyi də getdikcə cavanlaşır. Əgər əvvəllər adətən yaşı 40-ı keçmiş insanlar bu xəstəlikdən əziyyət çəkirdisə, hazırda gənclər də bu xəstəliyin qurbanına çevrilib. Ona görə də, hər bir evdə qan təzyiqini ölçən tonometr olmalıdır.

- Hipertoniya xəstəliyinin yaranma səbəbləri haqqında nə deyə bilərsiniz?

- Qan təzyiqinin qalxmasının başlıca səbəbi qan axınına çətinlik yaradan kiçik damarların daxilində boşluğun azalmasıdır. Sadə dillə desək, bu zaman qan damarlarının divarlarına təzyiq artır, arterial təzyiq yüksəlir, çünki ürək əzələsi qanı axına itələmək üçün daha çox qüvvə tələb edir. Xəstəliyin inkişaf riskinə xəstənin yaşı, xolesterinin səviyyəsi (6,5 mmol/litrdən artıq), irsi, siqaret çəkmə, piylənmə, şəkərli diabet, oturaq həyat tərzini kimi amillər aiddir. Hipertoniya xəstəliyinin yaranma səbəblərinə həmçinin, yağlı və duzlu yeməklərdən, un məmulatlarından, şəkərdən çox istifadə aiddir. Hipertoniya xəstəliyi birincili və ikincili olmaqla 2 yerə bölünür. Birincili hipertoniya essensial hipertoniya adlanır. İkincili hipertoniya orqanların zədələnməsi nəticəsində baş verir.

- Vaxtında profilaktik müalicə

edəndə tam sağalmaq mümkündürmü?

- Hipertoniyanın müalicəsi mürəkkəbdir və mərhələdən, şiddətindən, səbəblərindən, insanın cinsindən və yaşından və digər amillərdən asılıdır. Xəstəliyi tamamilə müalicə etmək mümkün deyil, lakin xəstənin vəziyyətini əhəmiyyətli dərəcədə yaxşılaşdırmaq və həyati təhlükəsi olan ağırlaşmaların başlanğıcını uzun müddət təxirə salmaq mümkündür.

Dərmanlar yalnız təzyiqi azaltmağa kömək edir. Belə ki, xəstəliyin səbəbini aradan qaldırmaq üçün həyat tərzinizi tamamilə dəyişdirmək tələb olunur.

- Hipertoniya xəstəliyini müalicə etmədikdə hansı fəsadları olur?

- Bu xəstəliyin ən ciddi fəsadlarından biri arterial və kəllədaxili təzyiqin kəskin artması, qusma, ürəkbulanma və baş ağrıları, serebrovaskulyar risk ilə özünü göstərən hipertonik krizlərdir. Ağciyər ödemi, infarkt və digər ağırlaşmalar riski var. Uzunmüddətli hipertoniyanın əsas nəticəsi yaşlı insanda əlilliyin formalaşmasıdır.

Hipertoniya, həmçinin, beyin qan və oksigenlə təmin edən arteriyaları yırtaraq və ya bloklayaraq insult yarada bilər. Bundan əlavə, hipertoniya böyrək zədələnməsi nəticəsində yaranan böyrək çatışmazlığının da səbəbi ola bilər.

**Müsahibəni apardı:
Mərkəzi Gömrük
Hospitalının
PR mütəxəssisi
Dilarə Zamanova**