

Konsekwencje nieleczenia nadciśnienia tętniczego

Nadciśnienie tętnicze to choroba wciąż bagatelizowana. Pokutuje przekonanie, że skoro nie boli, to pewnie to nic poważnego. Dodatkowo tłumaczymy sobie, że przecież tyle osób choruje i żyje, więc my też sobie poradzimy. Niestety nie zdajemy sobie sprawy z konsekwencji nieleczenia tej zdradliwej choroby. Co więcej, czasami nawet po zawale serca czy udarze szukamy przyczyny zupełnie gdzieś indziej, nie przyjmując do wiadomości, że doprowadziło do tego długoletnie, nieleczone lub źle leczone nadciśnienie tętnicze – mówi prof. dr hab. n. med. Andrzej Januszewicz, hipertensjolog, ekspert programu „Zdrowa ONA”.

Nie boli, nie dolega, więc nie lecę. Jakie mogą być konsekwencje takiej postawy?

Konsekwencje nieleczenia nadciśnienia tętniczego można podzielić na dwie kategorie:

- **Wczesne** – niewielkie, ale narastające w czasie uszkodzenia serca i tętnic czy nerek, które w danym momencie nie mają jeszcze bezpośredniego przełożenia na rozwój innych chorób, np. w obrębie serca może dochodzić do przerostu i pogrubienia ściany mięśnia serca (zwłaszcza lewej komory), tętnice z biegiem czasu sztywnieją, a nerki stopniowo zaczynają uwalniać niewielkie ilości białka. Jeżeli już w tym czasie zareagujemy, większość tych zmian można jeszcze zatrzymać lub odwrócić.
- **Późne** – czyli takie, które pojawiają się w następstwie kumulacji wspomnianych już zmian, prowadząc do przyspieszonego rozwoju miażdżycy, a w konsekwencji nawet do zawału mięśnia serca czy też udaru mózgu. Dodatkowo nieleczone nadciśnienie jest jedną z najczęstszych przyczyn pogarszania się funkcji nerek, zwłaszcza w wieku podeszłym, a także zmian w obrębie siatkówki i rozwoju demencji u osób starszych.

Powikłania niezdiagnozowanego lub bagatelizowanego nadciśnienia tętniczego dotyczą różnych narządów. Jednak czy zdajemy sobie sprawę, na jak wiele organów wpływa ta choroba?

- **Mózg** – nadciśnienie powoduje uszkodzenie naczyń krwionośnych, a następnie wzrost ryzyka udaru mózgu. Może zwiększyć ryzyko lub przyspieszyć rozwój demencji w wieku starszym.
- **Serce** – wspomniany już wcześniej przerost mięśnia sercowego, wzrost ryzyka miażdżycy i niewydolności serca oraz zawału.
- **Naczynia krwionośne** – spadek elastyczności naczyń krwionośnych, a jednocześnie większe prawdopodobieństwo rozwarstwienia aorty.
- **Nerki** – jedno z najczęstszych powikłań, które wiąże się z uszkodzeniem kłębuszków nerkowych filtrujących krew i postępującą niewydolnością nerek. Może to nawet oznaczać konieczność leczenia nerkozastępczego
- **Oczy** – zwężenie lub uszkodzenie naczyń siatkówki (tzw. retinopatia nadciśnieniowa), a w konsekwencji pogorszenie wzroku.

Pod wpływem wysokiego ciśnienia dochodzi do niekorzystnych zmian w ich budowie, a następnie do pogorszenia ich funkcjonowania. Tempo i stopień rozwoju tych zmian zależy od wysokości ciśnienia, czasu trwania choroby, powiązania z innymi już

istniejącymi problemami zdrowotnymi, ale również od stosowania się do zaleceń lekarskich. Jako osoba, która na co dzień zajmuje się leczeniem pacjentów z nadciśnieniem tętniczym muszę podkreślić, że przestrzeganie określonych zasad i przyjmowanie leków, jeżeli jest to konieczne, w znacznym stopniu opóźnia rozwój choroby, a w przypadku zmian w układzie sercowo-naczyniowym, może je wręcz odwrócić – mówi prof. Januszewicz.