

РЕКЛАМА

Как можно снизить давление? **Как можно снизить давление?**

Артериальная гипертензия (гипертония) – это заболевание, которым страдает каждый второй пенсионер. Не минует эта болезнь и молодое поколение: стрессы, переутомление, недосыпания, вредные привычки – все это негативно сказывается на работе сердечно-сосудистой системы, в результате чего и появляется гипертония. Человек может жить с этим диагнозом и ничего не делать, но однажды его организм не выдержит и у больного может случиться инфаркт, инсульт, сердечная недостаточность. Поэтому нормализовать давление нужно, а как это сделать, читайте ниже.

Методы лечения гипертонии, которые работают на 100% **Следующие способы нормализации давления помогают избежать проблем с сердцем и нормализовать давление:**

1. Медикаменты. Для лечения гипертонии назначаются диуретики, выводящие лишнюю жидкость, за счет чего давление снижается. Также выписываются препараты, улучшающие работу сердца, уменьшающие частоту его сокращений. А еще назначаются такие лекарства, которые способны понижать тонус артерий, благодаря чему давление начинает падать. Среди большого количества препаратов от повышенного давления стоит выделить [ReCardio](#) для сердца. Этот препарат совмещает в себе функции нескольких средств от гипертонии, действует многогранно. РеКардио от гипертонии убирает все симптомы заболевания, регулирует вес, тонизирует сердце, улучшает эмоциональное состояние человека. Принимать ReCardio безопасно, поскольку он состоит исключительно из натуральных ингредиентов, побочные эффекты в этом случае исключены.

2. Абляция – хирургический метод, суть которого заключается в предотвращении появления рубцов на сердце. Если этот орган будет работать нормально, то и вся сердечно-сосудистая система, в том числе и давление, будут правильно функционировать. С помощью специальной трубки с катетером врач осматривает те зоны сердца, которые были повреждены. Потом с помощью электродов проводится рубцевание аномальных тканей и прекращается аритмия, нормализуется давление.

3. Изменение образа жизни. В лечении гипертонии очень важно соблюдать такие правила, как: правильное питание, принятие жидкости в достаточном количестве, отказ от вредных привычек, снижение потребления соли, лечебная физкультура, борьба с ожирением, нормализация режима сна. Также для гипертоников очень важно психологически уравновешенное состояние. Поэтому им полезно заниматься йогой, медитацией, слушать приятную классическую музыку, ходить на расслабляющие массажи, посещать психолога.