

# Факторы риска развития болезней системы кровообращения

---

- наследственная отягощенность (случаи АГ и других заболеваний системы кровообращения в семье: у мужчин до 55 лет, у женщин до 65 лет)
- избыточная масса тела, ожирение
- гиподинамия
- повышенное потребление поваренной соли
- употребление алкоголя
- курение
- дислипидемия (общий холестерин сыворотки крови 5,2 ммоль/л и выше; триглицериды – 1,5 ммоль/л и выше)
- сахарный диабет у пациента и близких родственников.

*Первые пять факторов риска являются основными, и они имеют прямое или косвенное отношение к развитию артериальной гипертензии, ее дальнейшему прогрессированию и развитию осложнений.*



*Помните, что поддерживать хорошее состояние здоровья намного легче, чем восстанавливать!*

