**Vérnyomásnapló program**

# Program használata

* A program bekéri a felhasználó nevét, és vérnyomás adatait
* Aztán egy fájlba kiírja az ő adatait, az adatok átlagát és a vérnyomás típusát

# Program működése

* Ha megadott felhasználó nevén már létezett fájl akkor hozzáadja az adatot ahhoz a fájlhoz, ha nem létezett még akkor létrehoz egy új fájlt, a felhasználónevével amelybe beleírja az adatokat.

# Miért érdemes használni a programot

* A programban egyszerűen nyomon lehet követni a vérnyomásunkat, és a hirtelen vérnyomás változásokat.

# Magas vérnyomás tünetei

* A magas vérnyomás többek között azért is kellemetlen betegség, mert sokáig nem produkál kézzelfogható tüneteket, még akkor sem, ha már magas értékek mérhetők. Egyes esetekben előfordulhat orrvérzés, légszomj, fejfájás, szédülés, rossz közérzet, de ezek a panaszok számos más betegség jelenlétére is utalhatnak. Igazán komoly tünetek csak akkor jelennek meg, amikor már szövődmények alakultak ki. A magas vérnyomás szövődményeiről a későbbiekben még részletesen lesz szó.

# Magas vérnyomás szövődményei

## Szívroham

* A magas vérnyomás az artériák falára helyeződő megnövekedett nyomás miatt érelmeszesedést okozhat, ami az érfalak megvastagodását, megkeményedését jelenti. Ez az állapot jelentősen növeli a szívroham kialakulásának kockázatát.

## Szívelégtelenség

* Magas vérnyomás esetén a szívnek nagyobb izommunkát kell végeznie, melynek során a vér pumpálásáért felelős bal kamra fala megvastagodhat. Ez könnyen azt eredményezheti, hogy a szív a későbbiekben nem lesz képes elegendő vér pumpálására és szívelégtelenség jön létre.

## Stroke

* Érelmeszedés az agy ereiben is bekövetkezhet, ami stroke-ot idézhet elő, amit ha nem kezelnek időben, bénulással vagy halállal végződhet.

## Vesebetegségek

* A vese ereinek magas vérnyomás által előidézett károsodása a vesefunkciók romlásához vezet, ami miatt többféle betegség is felléphet a betegnél.

## Látásromlás

* A magas vérnyomás először a szemfenék érrajzolatában hozhat létre szemmel látható tüneteket, elváltozásokat. Ezeknek több stádiuma is van, attól függően, hogy a betegség éppen milyen súlyosságot ért el az adott pillanatban. Az utolsó stádiumot a jelentős látásromromlás, látótérkiesés jellemzi.

## Aneurizma

* Szintén tipikus szövődmény az aneiruzma, azaz az ér kiboltosulása, ami a meggyengült érfalak következménye. Veszélye abban rejlik, hogy kiszakadhat, melynek során vérzés alakul ki, a vérzés pedig annál nagyobb, minél nagyobb ér szakad ki. Az aorta aneurizmájának kiszakadása például életveszélyes állapotot hoz létre.

## Demencia, memóriazavarok

* A magas vérnyomás közvetlenül és a stroke révén közvetve az emlékezőképesség, a tanulási képesség romlásához, demencia kialakulásához járulhat hozzá.

Annak érdekében, hogy a fenti szövődmények ne alakulhassanak ki, forduljon bátran klinikánk kardiológiai szakrendeléséhez, ahol nemzetközi tapasztalatokkal is bíró szakorvosaink készséggel állnak rendelkezésére, magas vérnyomás gyanúja esetén elvégzik a szükséges diagnosztikai vizsgálatokat és szakszerű kezelés alkalmazását rendelik el a mielőbbi gyógyulás elősegítéséhez.