

JZU Dom zdravlja Doboj



***KNJIŽICA  
O PRAĆENJU OBOLJELIH OD  
POVIŠENOG KRVNOG PRITISKA***

*(izvod iz kliničkog puta)*

***MOLIMO VAS DA OVU KNJIŽICU NOSITE SA SOBOM PRI  
ODLASKU NA LJEKARSKI PREGLED***

Ambulanta porodične medicine

Telefon:

Datum otvaranja knjižice

Ime i prezime	Funkcija	Telefon	Inicijali	Datum

Ime i prezime pacijenta

Pol:    M           Ž  

JMBG													
------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Broj zdravstvenog kartona				
---------------------------	--	--	--	--

Telefon

Mjesto stanovanja i adresa:

Roditelj/staratelj:

Telefon:

Alergija:

Rizično ponašanje:

Nepušač  bivši pušač  pušač

Konzumiranje alkohola DA  NE

Psihoaktivne supstance DA  NE

Podučavanje pacijenta o:

- Njegovoj bolesti DA  NE
- Samomjerenju pritiska DA  NE
- Ak. i hron. komplikacijama DA  NE
- Zdravom stilu života DA  NE

Datum evidentiranja

Hypertensio gr. \_\_\_\_\_

Novootkrivono oboljenje

DA

NE

Pozitivna porodična anamneza

DA

NE

Pregled liječenja:

Datum početka liječenja \_\_\_\_\_

Liječen:

• Ambulantno

DA

NE

• U bolnici

DA

NE

• Na klinici

DA

NE

Terapijski tretman:

• Dijeta

DA

NE

• Oralna terapija

DA

NE

• Hirurški

DA

NE

Datum evidentiranja:

Praćenje u periodu od 01.01.2009. godine

Terapija	1. _____	doza _____
	3. _____	doza _____

naziv	datum	nalaz	datum
TA			
BMI			
RTG			
Ehokardiografija			

Odstupanje

do 31.12.2009. godine

2. doza

4. doza

nalaz	datum	nalaz	datum

Odstupanje

Praćenje u periodu od 01.01.2009. godine

Promjena th: 1. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_  
 3. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_

naziv	datum	nalaz	datum
Fundus*			
Kreatinin*			
Kalijum*			
Urin*			
Lipidni status			
Odstupanje			

\*kontrola najmanje jedanput godišnje



do 31.12.2009. godine

2. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_

nalaz	datum	nalaz	datum	nalaz

Odstupanje

Praćenje u periodu od 01.01.2010. godine

Terapija 1. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_  
 3. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_

naziv	datum	nalaz	datum
TA			
BMI			
RTG			
Ehokardiografija			

Odstupanje

do 31.12.2010. godine

2. doza

4. doza

nalaz	datum	nalaz	datum

Odstupanje

Praćenje u periodu od 01.01.2010. godine

Promjena th: 1. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_  
 3. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_

naziv	datum	nalaz	datum
Fundus*			
Kreatinin*			
Kalijum*			
Urin*			
Lipidni status			
Odstupanje			

\*kontrola najmanje jedanput godišnje

do 31.12.2010. godine

2. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_

nalaz	datum	nalaz	datum	nalaz

Odstupanje

Praćenje u periodu od 01.01.2011. godine

Terapija	1. _____	doza _____
	3. _____	doza _____

naziv	datum	nalaz	datum
TA			
BMI			
RTG			
Ehokardiografija			

Odstupanje

do 31.12.2011. godine

2. doza

4. doza

nalaz	datum	nalaz	datum

Odstupanje

Praćenje u periodu od 01.01.2011. godine

Promjena th: 1. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_  
 3. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_

naziv	datum	nalaz	datum
Fundus*			
Kreatinin*			
Kalijum*			
Urin*			
Lipidni status			

Odstupanje

\*kontrola najmanje jedanput godišnje



do 31.12.2011. godine

2. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_

nalaz	datum	nalaz	datum	nalaz

Odstupanje

Praćenje u periodu od 01.01.2012. godine

Terapija	1. _____	doza _____
	3. _____	doza _____

naziv	datum	nalaz	datum
TA			
BMI			
RTG			
Ehokardiografija			

Odstupanje

do 31.12.2012. godine

2. doza

4. doza

nalaz	datum	nalaz	datum

Odstupanje

Praćenje u periodu od 01.01.2012. godine

Promjena th: 1. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_  
 3. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_

naziv	datum	nalaz	datum
Fundus*			
Kreatinin*			
Kalijum*			
Urin*			
Lipidni status			

Odstupanje

\*kontrola najmanje jedanput godišnje

do 31.12.2012. godine

2. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_

nalaz	datum	nalaz	datum	nalaz

Odstupanje

Praćenje u periodu od 01.01.2013. godine

Terapija	1. _____	doza _____
	3. _____	doza _____

naziv	datum	nalaz	datum
TA			
BMI			
RTG			
Ehokardiografija			

Odstupanje

do 31.12.2013. godine

2. doza

4. doza

nalaz	datum	nalaz	datum

Odstupanje

Praćenje u periodu od 01.01.2013. godine

Promjena th: 1. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_  
 3. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_

naziv	datum	nalaz	datum
Fundus*			
Kreatinin*			
Kalijum*			
Urin*			
Lipidni status			

Odstupanje

\*kontrola najmanje jedanput godišnje



do 31.12.2013. godine

2. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_ doza \_\_\_\_\_

nalaz	datum	nalaz	datum	nalaz

Odstupanje

## Informacija o bolesti

**Krvni pritisak** predstavlja pritisak koji krv vrši na zidove krvnih sudova i normalno se mijenja u toku srčanog rada. Kad srce ispumpava krv u arterijske krvne sudove pritisak je najviši i nazivamo ga sistolni (gornji) pritisak, u momentu kada se srce puni krvlju preko venskih krvnih sudova pritisak je najniži i nazivamo ga dijastolni (donji). Vrijednosti krvnog pritiska se izražavaju u milimetrima živinog stuba (mmHg) ili u kilopaskalima (kPa).

### **Povišen krvni pritisak (hipertenzija)**

Povišen krvni pritisak prema važećim standardima se smatra kada je nivo sistolnog (arterijskog) 140 mmHg i više a dijastolnog (venskog) 90 mmHg. Da bi se ustanovio povišen krvni pritisak potrebno je da se povišene vrijednosti registruju u najmanje tri uzastopne kontrole. Kontrolna mjerenja vrše se najmanje jedan put u dva mjeseca, a kod postojanja značajno povišenog krvnog pritiska ili drugih pridruženih oboljenja češće, odnosno prema preporuci ljekara.

### **Tretman hipertenzije**

**Glavni cilj** liječenja je da se **postigne skoro normalan nivo krvnog pritiska**, što uz usvajanje zdravog načina života štiti od hroničnih i ozbiljnih komplikacija i daje mogućnost za dobar kvalitet života. Liječenje povišenog krvnog pritiska provodi se primjenom nefarmakoloških i farmakoloških mjera.

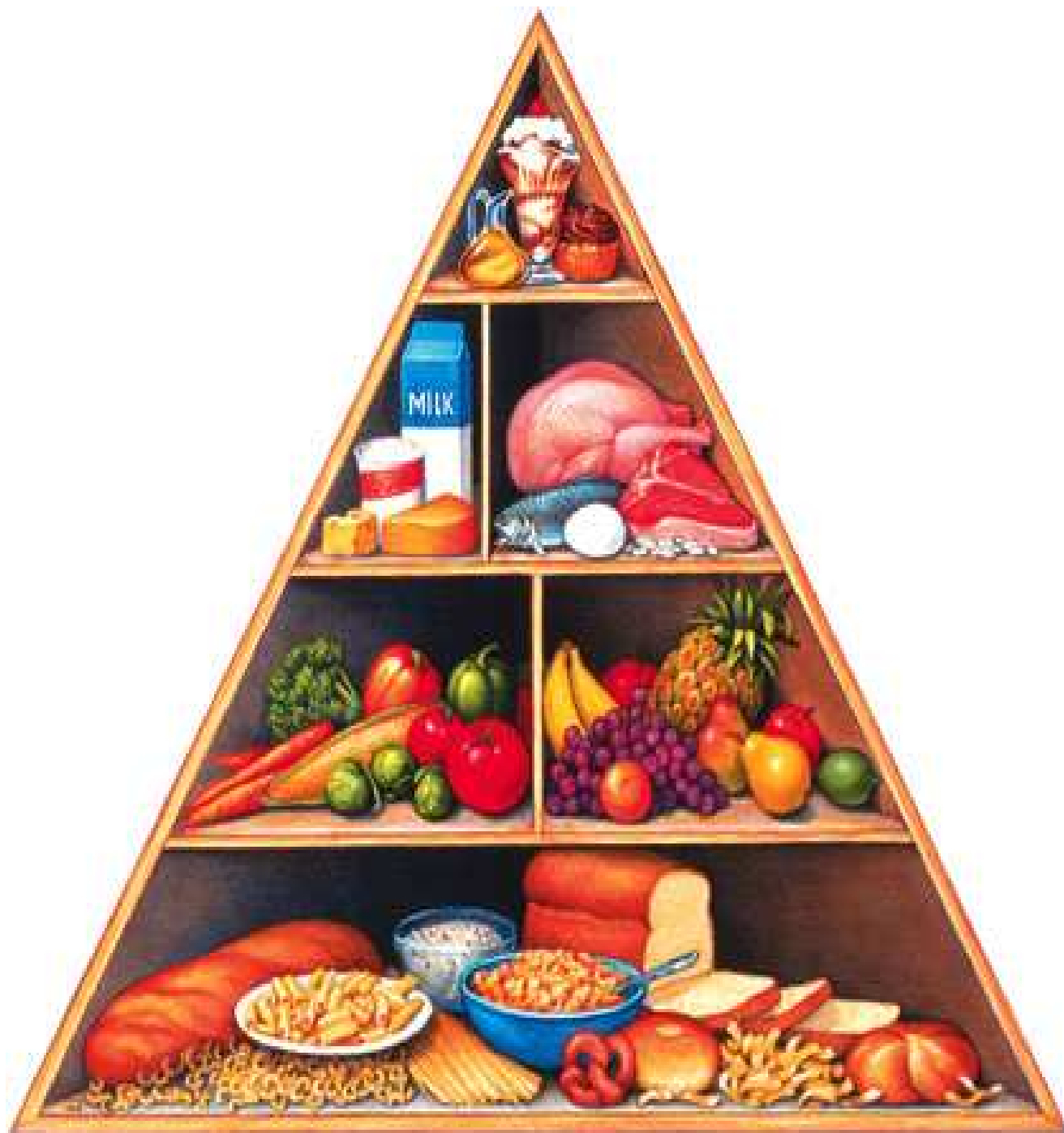
**Nefarmakološke** mjere uključuju primjenu dijeta koja podrazumijeva principe zdrave ishrane: optimalne dnevne kalorijske potrebe, raznovrsnu hranu, smanjen unos masti i soli, povećan unos hrane koja sadrži celulozna vlakna, izbjegavanje alkohola. Takođe je značajno smanjenje prekomjerne tjelesne težine što takođe utiče na smanjenje krvnog pritiska.

**Fizička aktivnost** značajna zbog poboljšanja cirkulacije i smanjenja tjelesne težine.

**Farmakološke mjere** podrazumijevaju primjenu lijekova i koriste se kod pacijenata kod kojih se primjenom same dijeta ne postiže zadovoljavajuća kontrola nivoa krvnog pritiska. U tim slučajevima se uz dijetu uvode odgovarajući lijekovi jedan ili kombinacija više vrsta lijekova.

Dobra regulacija krvnog pritiska zahtijeva promjenu načina života, promjenu određenih navika kao što je prestanak pušenja, preuzimanje aktivne brige o samokontroli pritiska u smislu redovnog uzimanja terapije, održavanje krvnog pritiska što bliže normalnim vrijednostima da bi se spriječili ozbiljne komplikacije na srcu i krvnim sudovima do najtežih kao što su srčani i moždani udar.

**Molimo Vas da ovu knjižicu čuvate i koristite u skladu sa dogovorom sa Vašim timom porodične medicine.**



CIDA/WHO project  
Strengthening health systems in BiH with focus on  
primary health care/model of family medicine

**Ovaj projekat je trenutno u pilot-fazi, svi komentari su  
dobrodošli!**

Ukoliko imate dodatnih pitanja ili nedoumica molimo Vas da  
kontaktirate Vaš tim porodične medicine u DZ Doboju.