

для уч. терапия

Осмотр кардиолога от 03.07.2025

Пациент Уткина Лидия Ивановна 08.12.1946 г.р.

Амбулаторная карта № 22704/23

Диагнозы

Основной диагноз:

I11.9: Гипертензивная [гипертоническая] болезнь с преимущественным поражением сердца без (застойной) сердечной недостаточности

ГБ 1 ст. Риск ССО 4

ДЛП

План обследования и лечения

1.липидный спектр крови, АЛТ, АСТ, ГГТП, ЩФ сдать на фоне лечения через 3 мес.

Медикаментозное лечение

1.периндоприл 8 мг утром

2. амлодипин 5 мг вечер

3. аторвастатин 20 мг на ночь или розувостатин 10 мг на ночь

Заключение

Дневник АД и ЧСС (измерять 3 раза, с интервалом в 5 минут, среднее значение записать) утром и вечером.;

Гиполипидемическая средиземноморская низкокалорийная диета с ограничением жиров животного происхождения: снижение потребления жира (маргарин, масло, цельное молоко, сметана, жирное мясо), снижение потребления насыщенных жиров (свинина, утиное мясо, сосиски, колбасы, паштеты, сливки, кокосовые орехи), повышенное потребление пищи с высоким содержанием белка (рыба, цыплята, мясо индейки, телятина), увеличение потребления сложных углеводов, клетчатки, круп (все виды свежих и замороженных овощей, фруктов, все сорта зерновых, рис), снижение потребления холестерина (почки, яйца не более 1-2 желтков/нед., печень не более 2 раз/мес.). Ограничить употребление соли до 5 г/сут.;;

Регулярные аэробные, ходьба -дозированные физические нагрузки ходьба, утренняя гимнастика, регулярные аэробные упражнения . (не менее 5 раза в неделю, не менее 30 минут).Эффективная ФН должна приводить к увеличению пульса не менее , чем на 30 %.

Врач Врач-кардиолог Алексеева Елена Юрьевна



по ГБ
к терапии