



NACIONALNE SMJERNICE ZA LIJEČENJE ARTERIJSKE HIPERTENZIJE

(Udruženje kardiologa u Bosni i Hercegovini – ESC/ESH 2023)

1. Ciljne vrijednosti krvnog pritiska

- ♥ Prvi cilj: $<140/90$ mmHg kod svih pacijenata.
- ♥ Ako se dobro podnosi: $\leq 130/80$ mmHg kod većine mlađih od 65 godina.
- ♥ Preporučuje se SKP 120–129 mmHg kod mlađih od 65 godina.
- ♥ Kod ≥ 65 godina: SKP 130–139 mmHg, uz praćenje nuspojava.
- ♥ DKP <80 mmHg za sve, bez obzira na rizik i komorbiditete.

2. Osnovni algoritam liječenja lijekovima

- ♥ Monoterapija (nivo dokaza I B):
Samo kod hipertenzije 1. stepena, niskog rizika (SKP <150 mmHg), starijih i fragilnih pacijenata.
 - Opcije: ACEI/ARB, CCB ili tiazidni diuretik.
- ♥ Početno liječenje – kombinacija (nivo dokaza I A):
 - Polipil (fiksna kombinacija) preporučen odmah za većinu pacijenata.
 - Najčešće kombinacije:
 - ACEI/ARB + CCB
 - ACEI/ARB + tiazidni diuretik
- ♥ Trostruka kombinacija (I A):
 - ACEI/ARB + CCB + tiazidni diuretik (idealno kao polipil).
 - Indikacije:
 - Teška hipertenzija ($\geq 160/100$ mmHg).
 - Visok ili vrlo visok KV rizik (KVB, dijabetes, CKD).
 - Nepostizanje cilja sa 2 lijeka u punim dozama.
 - Kod mlađih pacijenata sa vrlo visokim vrijednostima pritiska.
- ♥ Treći korak – rezistentna hipertenzija:
 - Dodati spironolakton (25–50 mg).
 - Alternativno: drugi diuretik, alfa- ili beta-blokator.

3. Nefarmakološke mjere

- ♥ Smanjiti unos soli (<5 g/dan).
- ♥ Redovna fizička aktivnost (≥30 min, 5 dana sedmično).
- ♥ Mršavljenje, BMI <25 kg/m².
- ♥ Prestanak pušenja, umjeren unos alkohola.
- ♥ Mediteranska prehrana.

4. Nacionalni prioriteti za BiH

- ♥ Jačati ulogu porodičnih ljekara u ranom otkrivanju i praćenju hipertenzije.
- ♥ Osigurati dostupnost antihipertenziva na listama svih fondova
- ♥ Organizovati javne programe prevencije i skrininga.
- ♥ Uspostaviti registar hipertoničara u okviru nacionalnog registra kardiovaskularnih bolesti.

Ove smjernice su nacionalne smjernice za primarnu zdravstvenu zaštitu, izdane od strane Udruženja kardiologa u Bosni i Hercegovini, na osnovu ESC/ESH smjernica 2023.

Tabela: Ciljni krvni pritisak prema dobi i komorbiditetima

Starosna skupina	Hipertenzija	+Dijabetes	+Hronična bubrežna bolest	+Ishemijska bolest srca	+Moždani udar/TIA
18 - 65 god.	≤130 (ali ne <120)	≤130 (ali ne <120)	<140–130 (ako nema problema)	≤130 (ali ne <120)	≤130 (ali ne <120)
65 - 79 god.	130–139 (ako nema problema)	130–139 (ako nema problema)	130–139 (ako nema problema)	130–139 (ako nema problema)	130–139 (ako nema problema)
≥ 80 god.	130–139 (ako nema problema)	130–139 (ako nema problema)	130–139 (ako nema problema)	130–139 (ako nema problema)	130–139 (ako nema problema)

Ciljni DKP (mmHg) za sve starosne grupe i komorbiditete: 70–79 mmHg