

Природата въ тоя случай сама се грижи: тя увеличава кръвното налягане, за да премахне повредитѣ и да възстанови равновесието на тѣлото. Обаче не трѣбва да се забравя, че едно постоянно увеличено кръвно налягане е тревоженъ знакъ за тѣлото. Защото сърдцето и кръвоноснитѣ съдове постоянно се претоварватъ. А това претоварване ги изхабява преждевременно. Хора, които боледуватъ отъ увеличено кръвно налягане, се срѣщатъ най-често между 40 и 60 годишна възраст. Това сж обикновено ония хора, които сж живѣли неспокоенъ животъ, заемали сж отговорни служби и сж отдѣляли твърде малко време за почивка. Тия хора често се оплакватъ отъ задуха, сърдцебиене, тежестъ въ гърдитѣ, главоболие, виене на свѣтъ, лесно се възбуждатъ, не могатъ да спятъ, лесно се преуморяватъ, чувствуватъ неразположение за работа, не могатъ да помнятъ. И ако лѣкарътъ измѣри кръвното налягане на такива хора, той ще намѣри, че то е често 200—250.

Смущенията въ кръвоносната система се премахватъ чрезъ усилена работа на сърдцето. Обаче ако това положение продължи дълго време, то е вече сигуренъ признакъ за сериозно заболяване. Това означава, че кръвоноснитѣ съдове сж загубили своята еластичностъ, станали сж по-твърди, поради натрупване въ тѣхнитѣ стени на холестеринъ и калций. Това е картината на оная старческа болестъ, която се нарича артериосклероза.

---