

این بیماری شایع، خطرناک، بدون علامت و در عین حال به آسانی قابل تشخیص و درمان است.



عوارض بیماری شامل:

- نارسایی کلیوی
- سکته و نارسایی قلبی
- سکته های مغزی و آسیب چشمی هستند.

– چنانچه مبتلا به بیماری تیروئید، دیابت، کیست های متعدد کلیوی هستید، کورتن و یا داروی ضد بارداری خوراکی مصرف می کنید، در شرایط بارداری به سر می برید، در خانواده با سابقه فشار خون بالا زندگی می کنید، مراقب کنترل فشار خون خود باشید.

– هر چند در بسیاری از موارد علت فشار خون بالا بافت نمی شود اما با معاینه دقیق پزشک و انجام بررسیهای لازم، می توان منشأ بروز فشار خون را که می تواند ناشی از موارد قلبی، تیروئید، کلیوی، هورمونی، عصبی، عروقی و یا دارویی باشد را یافت نمود.

– بسیاری از شرایط محیطی از جمله مصرف نمک، چاقی، مشاغل پر استرس، دخانیات، مصرف الکل، تعداد افراد خانواده و تراکم جمعیت و نیز استرس های شخصی، چربی خون بالا و دیابت قندی بر میزان فشار خون تاثیر می گذارند.

علائم اولیه فشار خون بالا که پس از آن می تواند علائم قلبی، کلیوی و بینایی و ... را ایجاد کند عبارتند از: درد ناحیه پس سری صبحگاهی، طپش قلب، تنگی نفس، خستگی زودرس، ناتوانی جنسی، سنگینی و سبکی سر، وزوز گوش، کاهش دید، سنکوپ و اختلال بینایی، وجود خون در ادرار، خون دماغ شدن و در نهایت اختلال هوشیاری و تشنج.

اگر علائم فوق الذکر را دارید، سابقه عفونت مکرر ادراری در شما وجود دارد، در خانواده دارای سابقه فشارخون بالا زندگی می کنید و نیز مبتلا به دیابت و چربی خون بالا هستید و یا سیگار می کشید در کنترل فشار خون کاملاً دقت کنید.

اقدامات لازم جهت کنترل فشار خون بالا

- برطرف نمودن استرس روحی و عصبی
- ورزش ایروبیک منظم
- ترک سیگار
- کنترل عوامل خطر ساز تنگی عروق
- رژیم غذایی مناسب کم چرب، کم نمک
- کاهش وزن در افراد چاق

و در نهایت درمان دارویی، معاینات دوره ای و آزمایشات منظم زیر نظر پزشک معالج