

ارتفاع ضغط الدم غير المنضبط يزيد من أمراض القلب

5 نوفمبر، 2024



أوضح موقع "مايو كلينيك"، ارتفاع ضغط الدم هو حالة شائعة، تكون فيها قوة الدم مرتفعة بدرجة كبيرة في الشرايين، بحيث يمكن أن تسبب مشاكل صحية في النهاية، مثل أمراض القلب، والسكتة الدماغية.

وقال الموقع، يتم تحديد ضغط الدم من خلال كمية الدم التي يضخها قلبك، ومقدار مقاومة تدفق الدم في الشرايين، كلما زاد ضخ الدم للقلب، وكانت الشرايين ضيقة، زاد ضغط الدم لديك.

وأشار الموقع، إلى أنه يمكن أن يكون لديك ارتفاع في ضغط الدم لسنوات دون أي أعراض، ارتفاع ضغط الدم غير المنضبط يزيد من خطر حدوث مشاكل صحية خطيرة، بما في ذلك الأزمة القلبية والسكتة الدماغية.

وأضاف، يتطور ضغط الدم المرتفع عمومًا على مدار سنوات عديدة، لحسن الحظ، يمكن اكتشاف ارتفاع ضغط الدم بسهولة، وبمجرد علمك بارتفاع ضغط الدم، يمكنك العمل مع طبيبك للتحكم فيه.

الأعراض، معظم الأشخاص الذين يعانون من ارتفاع ضغط الدم ليس لديهم علامات أو أعراض، حتى لو كانت قراءات ضغط الدم تصل إلى مستويات

عالية بشكل خطير، قد يعاني عدد قليل من الأشخاص المصابين بارتفاع ضغط الدم من صداع، وضيق في التنفس، أو نزيف في الأنف، لكن هذه العلامات والأعراض ليست محددة، ولا تحدث عادة حتى يصل ضغط الدم المرتفع إلى مرحلة شديدة أو تهدد الحياة.

وقال اسأل طبيبك عن قراءة ضغط الدم مرة كل سنتين على الأقل، بدءًا من سن 18 عامًا، إذا كنت تبلغ من العمر 40 عامًا أو أكبر، أو تبلغ من العمر ما بين 18 و 39 عامًا، وتكون عرضة لارتفاع ضغط الدم ، اطلب من طبيبك ضغط الدم قراءة كل عام ، يجب فحص ضغط الدم بشكل عام في كلا الذراعين لتحديد ما إذا كان هناك فرق.

من المحتمل أن يوصي طبيبك بقراءات أكثر تكرارًا إذا كنت قد تم بالفعل تشخيص ارتفاع ضغط الدم، أو لديك عوامل خطر أخرى لأمراض القلب والأوعية الدموية، والأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 3 سنوات وما فوق ، وعادة ما يكون ضغط الدم تقاس كجزء من فحوصاتهم السنوية.