

هل تعرف أن ضغطك مرتفع دون قياسه؟.. "النمر" يجيب يحسم الجدل

17 يونيو، 2026



حذر استشاري وأستاذ أمراض القلب وقسطرة الشرايين، الدكتور خالد النمر، من الاعتقاد الشائع لدى كثير من الأشخاص بأنهم يستطيعون معرفة ارتفاع ضغط الدم من خلال الأعراض فقط، مؤكداً أن هذا الأمر غير صحيح طبياً .

وأوضح النمر أن أكثر من 90% من حالات ارتفاع ضغط الدم لا يصاحبها أي أعراض، مشيراً إلى أن المريض قد لا يشعر بصداع أو خفقان أو ضيق في التنفس حتى مع وصول الضغط إلى مستويات مرتفعة وخطيرة قد تبلغ 180/110.

وأضاف أن نحو 50% من المصابين بارتفاع ضغط الدم لا يعلمون بإصابتهم أساساً، حيث يتم اكتشاف المرض بالصدفة أثناء الفحوصات الطبية أو قياس الضغط لأسباب أخرى.

وأكد النمر أن الطريقة الوحيدة لمعرفة مستوى ضغط الدم بدقة هي
قياسه بشكل فعلي ومنتظم