

فشارخون بالا روی کدام عدد خیلی خطرناک است

دکتر امیرحسین میلادی‌پور، فوق تخصص بیماری‌های کلیه و فشارخون با بیان اینکه فشار خون ۱۸ یا بالاتر از آن بسیار خطرناک است، گفت: فشار خون چنانچه از عدد ۱۸ بالاتر برود، باید اقدامات اورژانسی انجام شود، در این شرایط ممکن است بیمار از سردرد و درد قفسه سینه شکایت کند.

وی، سردرد شدید همراه با گیجی و تاری دید، حالت تهوع و استفراغ، تشویش و نگرانی شدید، نفس‌تنگی، سرع و تشنج را از نشانه‌های افزایش بیش از حد فشارخون عنوان کرد و افزود: این علامتها می‌تواند زندگی فرد را به شدت تهدید کند.

میلادی‌پور ادامه داد: در شرایطی که مطمئن شدید فشار خون بالا است ابتدا بیمار را به حالت نشسته یا نیمه نشسته قرار دهید، فعالیت‌های او را به طور کامل متوقف کرده و برای چند دقیقه یا تا زمان از بین رفتن احساس گیجی یا سردرد از او بخواهید نفس عمیق بکشید.

وی با بیان این موضوع که فشار خون می‌تواند در نتیجه استرس یا تشویش نیز افزایش پیدا کند، خاطرنشان کرد: در صورتی که این شرایط علت افزایش فشار خون باشد، بهتر است دراز کشیده یا نشسته و از نفس کشیدن آرام، عمیق و همراه با آرامش برای بهبود وضعیت خود استفاده کنید و انجام این کار را تا زمانی ادامه دهید که با بهبود علامت‌های بیماری مواجه شوید.

میلادی‌پور افزود: اگر فشارخون فرد در پی استرس ۱۴ تا ۱۵ باشد نیازی به اقدامات اورژانسی نیست ولی اگر فشار خون ۱۸ تا ۲۰ باشد بسیار خطرناک بوده و باید اقدامات اورژانسی انجام شود.