



الرحمة الطبية
AL RAHMAH MEDICAL

سلسلة أمراض العصر

٢



ارتفاع ضغط الدم

ما هو ضغط الدم؟

يُعرّف ضغط الدم بأنه القوة التي يضغط بها الدم على جدران الشرايين أثناء تدفقه داخلها بفعل نبضات القلب، ويسمى ضغط الدم الشرياني، ويعبّر عنه برقمين: الأعلى هو ضغط الدم عند انقباض القلب (الانقباضي)، والأدنى هو ضغط الدم عند انبساط القلب (الانبساطي).

أسبابه:

- إن ما نسبته 90% - 9% من ارتفاع ضغط الدم يعود إلى أسباب غير معروفة ويسمى في هذه الحالة ارتفاع ضغط الدم الأساسي (الابتدائي).
- 0 - 10% من الحالات تعود إلى أسباب مرضية في الكلية أو ورم في الغدة الكظرية أو عيب خلقي في الشريان الأورطي وغيرها، وهذا ما نطلق عليه ارتفاع ضغط الدم الثانوي.

العلامات والأعراض:

معظم المصابين بارتفاع ضغط الدم لا تظهر عليهم أي علامات أو أعراض مرضية، ولكن البعض قد يشعر بالآتي:



طنين في الأذنين



نزيف الأنف



سرعة في نبضات القلب



غثيان



صداع

التشخيص والكشف:

يقاس ضغط الدم عن طريق جهاز (مقياس ضغط الدم). تسجل نسبة القياس بالمليمتر زئبقي، والضغط المقاس هو القوة التي يضغط بها الدم على جدران الشرايين عند تدفقه إلى جميع أنحاء الجسم.

القراءة العليا (الضغط الانقباضي) تمثل ضغط الدم عند انقباض القلب، والقراءة السفلى (الضغط الانبساطي) تمثل ضغط الدم عند انبساط القلب.

تصنيف فئات ضغط الدم للكبار

القراءة السفلى	/	القراءة العليا	الحالة
أقل من ٦٠	/	أقل من ٩٠	منخفض
٦٠ إلى ٧٩	/	٩٠ إلى ١١٩	طبيعي
٨٠ إلى ٨٩	/	١٢٠ إلى ١٣٩	ما قبل ضغط الدم المرتفع
٩٠ إلى ٩٩	/	١٤٠ إلى ١٥٩	ضغط دم مرتفع درجة (١)
يساوي أو أكثر من ١٠٠	/	يساوي أو أكثر من ١٦٠	ضغط دم مرتفع درجة (٢)

مضاعفات ارتفاع ضغط الدم:



اعتلال الشبكية
والعمى



الفشل الكلوي



السكتة
الدماغية



تضخم أو قصور
القلب وتلف في
عضلة القلب



تصلب الشرايين
وحدوث الجلطة
الدموية



التوقف عن
التدخين



الحفاظ على
الوزن الطبيعي



زيادة النشاط
البدني



العلاج بالأدوية
تحت إشراف
الطبيب



تجنب التوتر



التقليل من تناول
ملح الطعام



جمعية الرحمة الطبية الخيرية

Al-Rahmah Medical Charitable Society

مسجلة بوزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية برقم 300

حساب الصدقات: SA1280000 227608010000807

حساب الزكاة: SA8780000 227608010000815

920023604
www.rahmah.sa

LinkedIn Instagram Facebook Twitter
@alrahmah1426