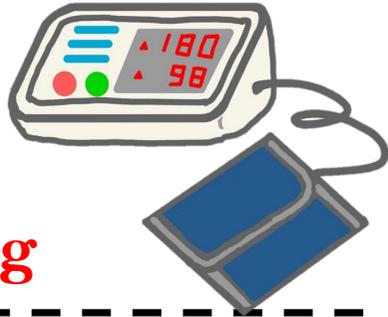




什麼是 高血壓?

血壓持續處於高水平的一種
慢性疾病

收縮壓/收縮壓 > 130/80mmHg



危險 因素



肥胖



抽菸



熬夜、壓力



高血脂

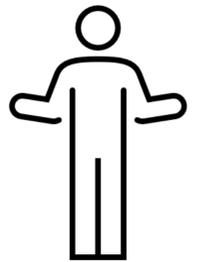


高血糖



疾病 症狀

多數人沒有明顯症狀



治療 處置

使用單方或是複方的
降血壓藥物



★ 居家日常生活注意事項 ★



定期量血壓



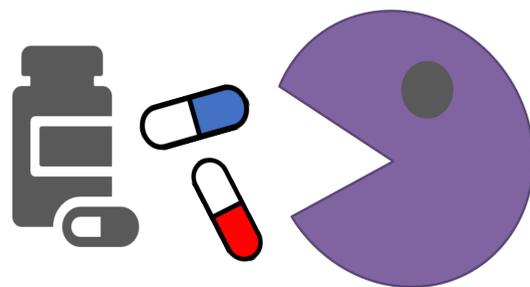
低油糖鹽、高纖飲食



禁酒



規律適度運動



依醫囑規律服藥



禁菸