



آیا مصرف داروهای فشار خون برای سالیان طولانی بدون خطر است؟

به طور معمول اگر داروهای فشار خون در زمانهای طولانی استفاده شوند بدون خطر هستند. به هر حال ممکن است هر یک از این داروها عوارض جانبی داشته باشند. اگر در آورد داروی خاصی که مصرف می کنید نگران هستید با پزشک معالجتان یا داروساز مشورت کنید. اگر خانمی با فشار خون بالا حامله شود، ممکنست داروها نیاز به تغییر داشته باشند چون بعضی داروها احتمالاً اثراتی روی رشد جنین خواهند داشت.



آیا باید درمان را ادامه دهم با وجودیکه هیچ تغییری احساس نمی کنم؟

بله، اثرات فشار خون بالا به مرور در طی سالیان طولانی خود را نشان می دهد. ممکن است برای شما مشکل باشد وقتی که ببینید در حال حاضر هیچ ناراحتی ندارید. داروهای فشار خون بالا را مصرف کنید درمان فشار خون بالا باعث محافظت شما در برابر سکتۀ مغزی، حملات قلبی یا بیماری کلیوی می شود.

آیا فشارخون با افزایش سن افراد بالاتر می رود؟
 هر چه سن شما بالاتر رود فشار خون تمایل دارد افزایش پیدا کند. بنابراین باید حداقل سالی یکبار فشار خون خود را چک کنید و این کار را همیشه ادامه دهید.

آیا فشار خون بالا یک مشکل جدی است؟

بله، فشار خون بالای کنترل نشده یک مشکل جدی است چون می تواند به مرور زمان باعث بزرگی و ضعیف تر شدن رگ های تن شود و شانس سکته مغزی را زیادتر می کند و همچنین ممکن است به کلیه ها آسیب بدهد. بنابراین پیگیری توصیه های پزشک تن بسیار اهمیت دارد و باید همه داروهایی که برای شما تجویز می کند را مصرف کنید.

چه عواملی باعث فشار خون بالا می شود؟

در بیشتر افراد عوامل ایجاد کننده فشار خون بالا ناشناخته است. برخی از عوامل موارد زیر می باشد:
 ارث، سن، چاقی، کاهش فعالیت، مصرف الکل، مقادیر زیاد نمک در رژیم غذایی، قرص های ضدبارداری، جنس (شیوع فشار خون بالا در آقایان بیشتر از خانم ها)

هر چند وقت یکبار باید فشارخونم را کنترل کنم؟

فشار خون باید حداقل سالی یکبار چک شود.

فشار خون بالای من بنظر می رسد به مرور زمان کمتر شود آیا درمان من باید تغییر پیدا کند؟

بسیار مهم است که شما درمان تن را به طور جدی ادامه دهید. اگر شما عوارض جانبی ناخوشایندی مانند: سردرد، ورم قوزک پا، تپش قلب، سرگیجه، خستگی و مشکلات جنسی داشته باشد. با پزشک تن گزارش دهید. علاوه بر دارو، تغییر در سبک زندگی مانند کم کردن وزن و بیشتر ورزش کردن ممکن است نیاز باشد.

آیا در افراد مسن تر که دچار فشار خون بالا شوند نیاز به درمان وجود دارد؟

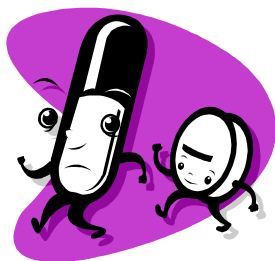
بله، درمان یا کنترل فشار خون بالا در افراد پیرتر، خطر مشکلات قلبی و حملات قلبی را کاهش می دهد.

آیا خانمهایی که فشار خون بالا دارند بعد از شروع بارداری میتوانند درمان استروژن را شروع کنند؟

در حقیقت استروژن ممکن است حتی یک اثر مفید روی فشار خون بالا داشته باشد و خطر ابتلا به بیماری های قلبی را در این زنان کاهش دهد.

آیا فشار خون بالا سایر مشکلات پزشکی را تشدید می کند؟

فشار خون بالا اگر کنترل نشود یا بد کنترل شود می تواند سایر مشکلات پزشکی مانند بیماری های قلبی، دیابت و بیماری های کلیوی را تشدید کند.



با حفاظت از **کلیه‌های خود** خود را نجات دهید

PROTECT YOUR **KIDNEYS**, SAVE YOUR **HEART**



زندگی با

فشار خون بالا

ممکن است شما برای مدت طولانی فشار خون بالا داشته باشید. این جزوه اطلاعات عمومی به شما می‌دهد، درباره اینکه چگونه فشار خون بالا ممکن است در هر زمانی بر روی شما تأثیر داشته باشد و چگونه شما می‌توانید از عوارض و مشکلات فشار خون بالا جلوگیری کنید. این جزوه نباید جایگزین اطلاعات و توصیه‌هایی شود که شما از پزشک معالجتان می‌گیرید.



درافراد بزرگسال، اگر فشار خون به
/ یا / میلی‌متر جیوه یا بیشتر باشد،
فشار خون بالا مطرح می‌شود.

تهیه و ویرایش:

دکتر شیوا صیرفیان

فوق تخصص بیماریهای کلیه

دانشیار دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

همکاری: بهنود هدایت

براساس توصیه‌های

National Kidney Foundation

www.ikrc.mui.ac.ir

آیا مصرف همزمان داروهایی که برای فشار خون
بالا و داروهایی که برای سایر مشکلات مصرف
کنم اشکالی ایجاد می‌کند؟

داروهای دیگر ممکن است با داروهای فشار خون تداخل داشته باشند. شما باید همیشه در مورد همه داروهای حتی داروهایی که بدون نسخه پزشک مصرف می‌کنید، خود مشورت کنید.

داروها اثرات جانبی دارند در این مورد چه باید کرد؟
شما باید هر اثر جانبی مانند: سردرد، تورم مفاصل،
تپش قلب، ورم قوزک پا، مشکلات جنسی و غیره را به
پزشک خود اطلاع دهید. پزشک ممکن است مقدار دارو یا
نوع داروی شما را طوری تغییر دهد که اثر بهتری برای شما
داشته باشد.

پزشک من گفته است که فشار خون بالایم روی
عملکرد کلیه‌هایم اثر گذاشته است آیا من توانم از
بدتر شدن وضعیتم جلوگیری کنم؟

بله. با پیگیری جدی برنامه درمانی‌تان ممکن است بتوان
از بدتر شدن عملکرد کلیه‌هایتان جلوگیری کرد. اگر کلیه‌ها
در وضعیت مناسبی نباشند پزشک ممکن است در مورد تغییر
رژیم غذایی‌تان به شما توصیه‌هایی مانند خوردن کمتر مواد
پروتئینی می‌کند.

اگر سؤالات دیگری داشته باشم چه کنم؟
اگر سؤالات بیشتری دارید باید با پزشک خود صحبت کنید
یا با مراکز بهداشتی درمانی تماس بگیرید.