

HIPERTENSÃO ARTERIAL

Sintomas e prevenção

A Hipertensão Arterial, popularmente conhecida como pressão alta, é uma doença crônica e silenciosa. Isso aumenta a pressão dentro das artérias e força o coração a trabalhar mais. A pressão alta contribui para o acúmulo de gordura e a formação de coágulos nas artérias, o que pode causar entupimentos.

Principais sintomas

- ✓ Dor de cabeça
- ✓ Falta de ar
- ✓ Visão borrada
- ✓ Zumbido no ouvido
- ✓ Dores no peito
- ✓ Tontura
- ✓ Sangramento nasal
- ✓ Em alguns casos, a pressão alta pode ser um sinal de outra condição de saúde.

Desta forma, o tratamento da doença primária é fundamental para que a pressão se estabilize

Se você tem estes sintomas, procure a Unidade Básica de Saúde da Família mais perto da sua casa, ou busque atendimento pelo seu convênio de saúde.

Prevenção

As dicas para se prevenir são manter o peso saudável, fazer atividade física regularmente, comer mais frutas e verduras e reduzir o consumo de sal, gordura saturada e açúcar.

Confira informações a respeito do tratamento, onde buscar atendimento e também sobre Diabetes, Sífilis e saúde mental no site da Prefeitura de Joinville

