

Como Controlar sua pressão Arterial?

O que é hipertensão?

É uma doença de muitas causas, que é caracterizada por aumentos da pressão do corpo para valores acima de 12 por 8 mmHg, as vezes, mesmo que a pessoa esteja sentada ou dormindo.

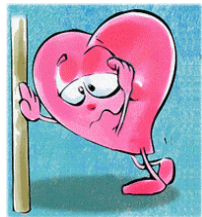


Como prevenir?

Deve-se levar uma vida saudável adotando medidas como: não ingerir bebidas alcoólicas como: vinho e cerveja; não fumar, fazer exercícios físicos como: caminhada (3 vezes por semana durante 30 minutos) e sempre consultar o médico antes de iniciar uma atividade física.

Quais são os sintomas?

As maiorias das pessoas não apresentam sintomas, mas quando apresentam, eles podem ser caracterizados por: dores de cabeça, sangramento nasal, tontura, ruídos no ouvido, dores no peito, falta de ar, palpitações, inchaço no corpo e alterações visuais.



Como pode ser diagnosticada?

O diagnóstico é feito através da medida da pressão com um aparelho próprio, usado em hospitais, ambulatórios, consultórios ou até mesmo em casa.



Porque é importante controlar a hipertensão?

A hipertensão pode desgastar os vasos sanguíneos e torna o coração vulnerável a insuficiência e problemas do coração a pessoa sujeita doenças cerebrais. Outro problema são as doenças dos rins.



Problemas de Saúde Identificados

- A paciente estava acima do peso e alegou não praticar exercícios físicos.

INTERVENÇÃO FARMACÊUTICA

- A paciente foi orientada da importância de praticar exercícios físicos, de ter uma dieta saudável e a procurar um serviço médico e acompanhamento de um nutricionista.

Problemas Relacionados com Medicamentos

- PRM1 - A paciente informou que deixava de usar o medicamento no horário

INTERVENÇÃO FARMACÊUTICA

- A paciente foi recomendada a fazer uso da medicação nos horários corretos durante o decorrer de sua vida para manter a pressão arterial estável.

REFERÊNCIAS