

۲۷ اردیبهشت روز جهانی فشارخون

**با اندازه گیری دقیق فشارخون و
کنترل آن طولانی تر زندگی کنید.**

سیستول

میلی متر جیوه

دیاستول

میلی متر جیوه

کمتر از ۱۲۰

کمتر از ۸۰



سطح مطلوب فشارخون

به حفظ شرایط موجود ادامه دهید

سیستول

میلی متر جیوه

دیاستول

میلی متر جیوه

۱۲۰ تا ۱۳۹

۸۰ تا ۸۹



سطح هشدار پر فشاری خون

سبک زندگی خود را تغییر دهید

سیستول

میلی متر جیوه

دیاستول

میلی متر جیوه

۱۴۰ و بیشتر

۹۰ و بیشتر



سطح اقدام پر فشاری خون

به پزشک مراجعه کنید



آموزش بیمارستان شهید عارفیان

۱۴۰۳