

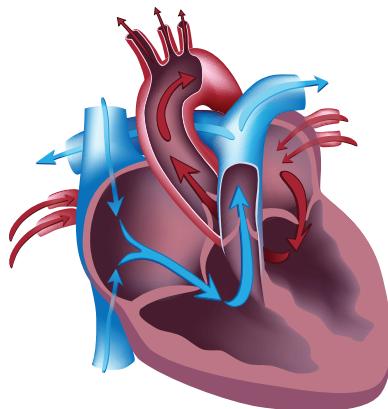
# ما هو ارتفاع ضغط الدم؟

د. محسن صالح الإدريسي



ما هو ارتفاع ضغط الدم

ماذا يعني ضغط الدم؟



ضغط الدم هو القوة الناتجة عن ضخ الدم على جدار الشرايين

وعندما ينقبض  
(يستريح) القلب  
يرجع الدم إليه

عندما ينقبض  
القلب يقوم  
بخونه الدم إلى  
الشرايين

ضغط الدم على الشرايين هنا يسمى الضغط الانبساطي (يكون أقل)  
**Diastolic blood pressure**

ضغط الدم على الشرايين هنا يسمى  
الضغط الانقباضي (يكون أعلى)  
**Systolic blood pressure**

ما هو ارتفاع ضغط الدم

## التعريف بمستويات ضغط الدم

ليس هناك إجماع على مستوى ضغط الدم الطبيعي  
وتعريف ارتفاع ضغط الدم ودرجاته

هذه توصيات الجمعية الدولية لارتفاع ضغط الدم  
International Society of Hypertension

أقل من 85/130

ضغط الدم  
ال الطبيعي

الضغط الانقباضي: 130 إلى 139  
أو  
الضغط الانبساطي: 85 إلى 89

حالة ارتفاع

90/140 أو أكثر

مرض ارتفاع  
ضغط الدم

ما هو ارتفاع ضغط الدم

## أنواع وأسباب ارتفاع ضغط الدم

### ارتفاع ضغط الدم الأولي 1

#### النظريات المحتملة

- كثرة تناول الملح
- استجابة عالية لتأثير الملح

- سببه غير معروف
- يصيب غالبية أصحاب ارتفاع ضغط الدم (90%)
- هناك عادةً عامل وراثي (وجوده في العائلة)

#### بعض أسبابه

- أمراض الكلى
- زيادة هormونات الغدة الكظرية

### ارتفاع ضغط الدم الثانوي 2

- هناك سبب عضوي
- يصيب الأقلية من الأشخاص (10%)

4

ما هو ارتفاع ضغط الدم

## عوامل الخطورة لحدوث ارتفاع ضغط الدم

### عوامل الخطورة



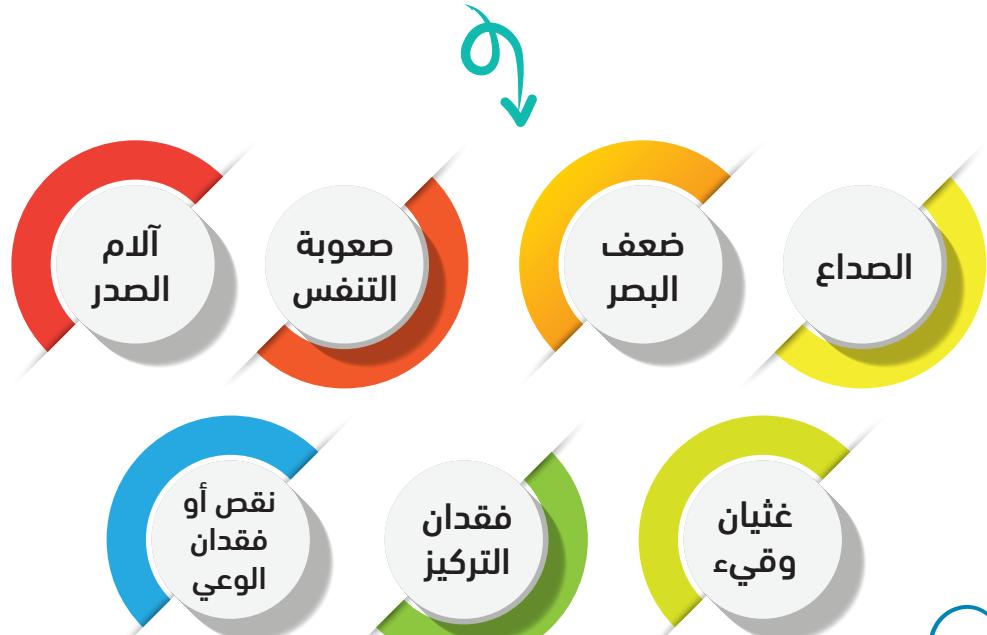
ما هو ارتفاع ضغط الدم

## أعراض ارتفاع ضغط الدم

لا توجد أعراض عند معظم المصابين بالمرض

لذلك يُسمى «القاتل الصامت»

في بعض حالات ارتفاع ضغط الدم إلى مستويات عالية  
جداً (نوبة ارتفاع ضغط الدم) قد تظهر أعراض مثل:



ما هو ارتفاع ضغط الدم

## تشخيص ارتفاع ضغط الدم

إذا اكتُشِفَ أن ضغط الدم مرتفع

**85/130 أو أكثر**

عند الكشف الأولي (يكون عادةً في المركز الصحي)



يجب إعادة القياس لتأكيد وجود مرض ارتفاع ضغط الدم



**يفضّل قياس ضغط الدم خارج المركز الصحي**



القياس بالجهاز  
المتنقل

أو

القياس  
المنزلي

في حالة عدم توفر الطريقتين يُعاد القياس في المركز الصحي

ما هو ارتفاع ضغط الدم

## تأكيد تشخيص مرض ارتفاع ضغط الدم

وذلك في حالة وجود أي من الحالات التالية:

معدل ضغط الدم المنزلي  
أو أكثر من 85/135

المعدل العام: 80/130 أو أكثر  
المعدل نهاراً: 85/135 أو أكثر  
المعدل ليلاً: 70/120 أو أكثر

معدل ضغط الدم بالجهاز المتنقل

معدل ضغط الدم في المركز الصحي  
زيارتان على الأقل  
خلال (4-1 أسابيع)  
أو أكثر من 90/140

معدل ضغط الدم في المركز الصحي  
(في أول زيارة)  
أو أكثر من 110/180  
مع وجود مرض القلب  
والشرايين

## أهمية ارتفاع ضغط الدم

العديد من الأشخاص ( حوالي 20 % ) لا يعلمون بوجوده لديهم بسبب عدم وجود أعراض

عدم انتظام ارتفاع ضغط الدم يؤدي إلى مضاعفات متعددة

أكثر الأمراض المزمنة شيوعاً

علاج المرض ومضاعفاته تمثل عبئاً اقتصادياً كبيراً

سبب رئيسي للإعاقة الجسدية والذهنية والغياب عن العمل وضعف الإنتاجية

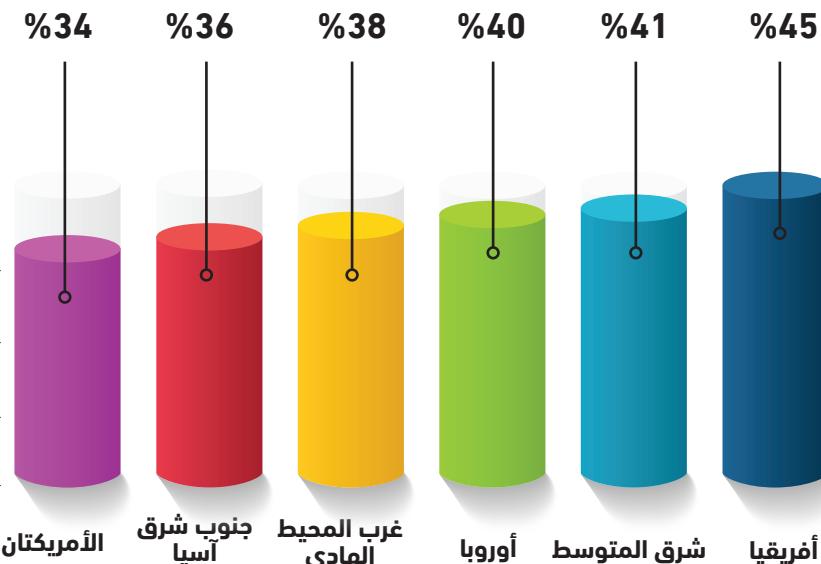
معدلات التحكم في المرض متدنية مما يسبب نسب مضاعفات عالية

ما هو ارتفاع ضغط الدم

## انتشار ارتفاع ضغط الدم عالمياً

يصيب 1 من كل 4 رجال  
و 1 من كل 5 سيدات

عدد المصابين حوالي  
مليار و 130 مليون  
شخص



المصدر: منظمة الصحة العالمية

للمزيد من المعلومات حول ارتفاع ضغط الدم



كتاب

## ارتفاع ضغط الدم (حقائق وخرافات)

د. محسن صالح الإدريسي



[www.ebdaafekry.com](http://www.ebdaafekry.com)