





## Kiedy ciśnienie tętnicze jest zbyt wysokie?



Jeśli masz mniej niż 18 lat, wartości 130/80 mmHg są za wysokie. Im jesteś młodszy, tym wartości ciśnienia powinny być niższe.



Jeśli masz poniżej 65 lat, wartości Twojego ciśnienia powinny być mniejsze od 140/90 mmHg.



Jeśli masz powyżej 65 lat, lekko podwyższone ciśnienie, 160/90 mmHg, może być czymś normalnym.

Jeśli nie odczuwasz żadnych symptomów choroby, także powinieneś sprawdzić, czy nie masz nadciśnienia, które nazywane jest „potajemnym zabójcą”.



**MEDI**  
plus

