

Consulte o Farmacêutico

Esp. Luiz Cesarino Alves CRF-DF 8290

Tel.: (61) 3340-9090

Site: www.farmacêutico.com

Hipertensão Arterial

Faça a coisa certa

-  Solicite a orientação do Farmacêutico antes de usar qualquer medicamento, mesmo os que não precisam de receita médica.
-  Pergunte ao Farmacêutico como conservar os medicamentos de forma correta.
-  Ao utilizar medicamentos, não siga recomendações de vizinhos, amigos e parentes, consulte sempre o Farmacêutico.
-  Quando for à farmácia consulte o Farmacêutico, ele deve estar sempre identificado.
-  Relate ao Farmacêutico o aparecimento de qualquer problema ao utilizar um medicamento.



Visite o site: www.farmacêutico.com

▶ O que é Hipertensão Arterial ou Pressão Alta?

A hipertensão arterial ou "pressão alta" é a elevação da pressão arterial para números acima dos valores considerados normais (130/85mmHg ou 13x8) por um período prolongado. Esta elevação anormal pode causar lesões em diferentes órgãos do corpo humano, tais como o cérebro (derrame), coração (ataque cardíaco), rins (parada dos rins) e olhos (cegueira).

▶ Hipertensão Arterial tem cura?

A hipertensão é uma doença crônica e que não tem cura. Ela pode ser controlada pela adoção de hábitos saudáveis e uso de medicamentos adequados, melhorando a qualidade de vida do hipertenso. O tratamento para pressão alta dura a vida toda. Tomar apenas uma caixa de remédio não irá solucionar o problema.

▶ Passos para o controle da Hipertensão Arterial

- ↳ Evite fumar e ficar estressado;
- ↳ Procure alcançar e manter seu peso ideal;
- ↳ Pratique atividade física, com orientação adequada;
- ↳ Diminua o consumo de bebidas alcoólicas, sal e gordura;
- ↳ Verifique a pressão arterial periodicamente (intervalo definido pelo seu médico).

▶ Quem tem mais riscos de ficar hipertenso?

- ↳ Quem consome muita bebida alcoólica / fumo;
- ↳ Quem não tem uma alimentação saudável;
- ↳ Quem usa muito sal na alimentação;
- ↳ Quem tem hipertenso na família;
- ↳ Quem leva uma vida sedentária;
- ↳ Quem está com excesso de peso;
- ↳ Quem é diabético;
- ↳ Mulheres negras.

▶ Recomendações sobre Medicamentos

- ↳ Use o medicamento nas doses e horários prescritos pelo médico e orientado pelo farmacêutico;
- ↳ Não deixe de tomar o medicamento mesmo que sua pressão esteja controlada;
- ↳ Não troque o seu medicamento de rotina por outro tratamento que o seu médico desconheça (chás de ervas medicinais, por exemplo), pois isto pode alterar o controle da pressão arterial;
- ↳ Alguns medicamentos para hipertensão podem interferir na atividade sexual, entretanto, existem alternativas que não apresentam esse efeito. É importante lembrar que a hipertensão não tratada pode causar impotência sexual;
- ↳ Evite tomar antiácidos por conta própria.

As farmácias estão autorizadas a prestar o serviço de aferição de pressão. Consulte o farmacêutico.