

## 高血壓- HIGH BLOOD PRESSURE

高血壓是由很多原因引起的。高血壓可回復正常，若不然，就需用藥物治療。高血壓可引致中風，腎臟和心臟的毛病。

請小心遵照以下的指示：

- 盡快見您的醫生復查您的血壓。
- 除了再見您的醫生，您還須：
  1. 食物不要放鹽和避免鹹味濃的食物。
  2. 放鬆。。。盡可能避免或減輕壓力。
  3. 如果您超重，嘗試減輕您的體重。

如果病情惡化，或有以下病情發生，請馬上返回急症室或是見您的私人醫生：

- 視力模糊不清或是任何視覺的轉變。
- 劇烈頭痛或是感到愈來愈痛。
- 說話困難。
- 呼吸困難或是微弱。
- 胸口痛或是不舒服。
- 混亂，想睡或是任何變得不靈活。
- 頭昏眼花和昏厥。
- 手或腿無力或是麻木。
- 任何事使您感到焦慮。

急症室每天 24 小時服務。