

• Peqqik

- [Hop til indhold](#)
- [Hop til sogning og navigation](#)
- [Hop til footer](#)

peqqik.gl

DIN SUNDHED PÅ NETTET

vælg et emne

[DanskKalaallisut](#)

Søg

[Kontakt](#)

... eller vælg et emne

[danskkalaallisut](#)

Kommune valg

[Qaasuitsup Kommunia](#)

[Qeqqata Kommunia](#)

[Kommuneqarfik Sermersooq](#)

[Kommune Kujalleq](#)

[Børn](#)

- [Tandpleje](#)
- [Kost til børn](#)
- [Vaccinationer](#)

[Coronavirus](#)

- [Test for Coronavirus](#)

[Gravid](#)

- [Graviditet](#)
- [Fødsel](#)
- [MANU](#)

[Livsstil](#)

- [Alkohol](#)
- [Kost](#)
- [Motion](#)

- [Rygning](#)
- [Se alle](#)

[Medicin](#)

- [Håndkøbsmedicin](#)
- [Information & Rådgivning](#)
- [Apoteket og åbningstider](#)
- [Skibskister og medicinkister](#)
- [Se alle](#)

[Jeg har problemer med](#)

- [Rusmidler - behandlingstilbud](#)
- [Alkohol](#)
- [Rusmidler og spil - guide til virksomheder](#)
- [Hash](#)
- [Se alle](#)

[Sundhedstilbud](#)

- [Sygdomsleksikon](#)
- [Kroniker](#)
- [Attester](#)
- [Genoptræning](#)
- [Se alle](#)

[Tandsundhed](#)

- [Gode råd](#)
- [Grønlands Tandplejens strategi](#)
- [Tandbørstedag](#)
- [Salik Børster Tænder](#)

[Patientinformation](#)

- [Patientvejleder](#)
- [Indlæggelse](#)
- [Sygehjælp ved rejse](#)
- [Patientforeninger](#)
- [Se alle](#)

[Puljer](#)

- [Sundhedspuljen](#)

[Kampagner](#)

- [Snak om det](#)
- [Vidste du](#)

[Arrangementer](#)

- [Præsentation - Befolkningsundersøgelsen i Grønland 2018](#)

Jeg har forhøjet blodtryk

FAKTA

Hjertet pumper blodet rundt i kroppen via kredsløbet.

Blodtrykket er et udtryk for, den kraft hjertet bruger på at pumpe blodet rundt og på hvor stor modstand, der er i blodkarrene.

Blodtrykket angives med to tal, for eksempel 120/80, hedder i talesprog “120 over 80”. Blodtrykket måles i millimeter kviksølv (forkortet mmHg).

Det første tal er det systoliske blodtryk, der opstår i pulsårerne, mens hjertet trækker sig sammen og presser blodet ud i kroppen. Det andet tal er det diastoliske tal. Det er det tryk, der er i pulsårerne, mens hjertet afslappes mellem to slag og fyldes med blod.

Det er normalt at blodtrykket stiger under fysisk arbejde, psykisk stress og kuldepåvirkning og falder, når man slapper af og under søvn. Blodtrykket stiger ofte med alderen.

Forhøjet blodtryk

Man taler om forhøjet blodtryk, hvis blodtrykket i hvile ligger på 140/90 eller derover.

Årsagen til forhøjet blodtryk

Årsagen er ofte ukendt – kan være arvelig. Forhøjet blodtryk ses også ved hjerte-karsygdomme, diabetes, forhøjet kolesteroltal, overvægt, stor saltindtagelse eller et dagligt overforbrug af alkohol. I enkelte tilfælde kan det forhøjede blodtryk skyldes helt andre sygdomme.

Symptomer på forhøjet blodtryk

De fleste patienter har ingen symptomer.

Ved svær blodtryksforhøjelse kan nogle patienter få hovedpine, svimmelhed, næseblod eller blive forpustede ved anstrengelse. Disse symptomer kan dog have mange andre årsager end forhøjet blodtryk.

Følger af forhøjet blodtryk

Forhøjet blodtryk er en risikofaktor for at få blodpropper og hjerneblødning. Jo højere blodtryk og jo højere alder, des større er risikoen.

Risikoen øges ydermere, hvis man er ryger, [har diabetes](#) eller har forhøjet kolesterol (fedtstoffer) i blodet.

Diagnosen forhøjet blodtryk

Diagnosen stilles ved at måle blodtrykket flere gange.

Helst under hjemlige forhold, da det giver det mest præcise blodtryk. Blodtrykket kan ofte måles til at være for højt i konsultationen, mens det er helt normalt hjemme.

Der tages typisk blodprøver, hjertekardiogram, urinundersøgelse og øjenundersøgelse for at afklare sygdommen.

TILBUD

Behandlingen med blodtryksmedicin giver en høj grad af beskyttelse mod den øgede risiko for blodpropper i hjerne og hjerte.

Der findes en række forskellige præparater, der bruges hertil og det kan være nødvendigt med flere slags på engang.

Målet er typisk et blodtryk på under 140/90 mmHg. Ved diabetes og nyresygdom dog 130/80 mmHg.

HVAD KAN JEG SELV GØRE

- [Hold op med at ryge](#) (hvis du er ryger)
 - Vær fysisk aktiv.
 - Spar på saltet.
 - Spar på [alkoholindtagelse](#).
 - Tab dig, hvis du er overvægtig.
 - Tag den anbefalede medicin hver dag og gå jævnlige til kontrol.
-

LINKS TIL ANDET MATERIALE

Læs mere i

”[Livet er en gave - Livsstilshåndbogen](#)”



som du kan få hos Sundhedsvæsnet.

KONTAKTINFORMATION

Se mere [under Sundhedscentre](#)

[Send til ven](#)[Generer pdf](#)[Embed](#)

NYHED13. maj 2020

Besøg på landshospitalet og sundhedscentre

For at beskytte vores syge og sårbare patienter mod coronavirus er det kun i særlige tilfælde tilladt for pårørende at ledsage eller besøge patienter.



NYHED15. maj 2020

Fortsat ingen pårørende på Det Grønlandske Patienthjem

Da Det grønlandske Patienthjem huser særligt sårbare patienter gælder retningslinjerne om besøg ligesom i resten af Sundhedsvæsenet.





Om peqqik.gl



Job & Uddannelse



Fagpersoner



Info in English



Nyheder



Vide

Videreuddannelse



Publikationer

Denne side bruger cookies for at gemme nogle informationer på din computer. Acceptér eller [læs mere her](#).