

• Peqqik

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

peqqik.gl

PEQQISSUTSIT NITTARTAKKAMI

vælg et emne

[DanskKalaallisut](#)

Ujaruk

[Attaveqarfissat](#)

... sammisaq toqqaruk

[danskkalaallisut](#)

Kommunerisat

[Qaasuitsup Kommunua](#)

[Qeqqata Kommunua](#)

[Kommuneqarfik Sermersooq](#)

[Kommune Kujalleq](#)

[Meeqqat](#)

- [Kigutigissaaneq](#)
- [Meeqqat nerisaqarnerat](#)
- [Akiuussutissanik kapitinneq](#)

[Coronavirus](#)

- [Coronavirusimik tunillatsissimasinnaanermut misissortinneq](#)

[Naartusog](#)

- [Naartuneq](#)
- [Ernineq](#)
- [MANU](#)

[Inuunermi pissutsit](#)

- [Imigassaq](#)
- [Nerisaqarneq](#)
- [Timigissarneq](#)

- [Pujortarnek](#)
- [Tamaasa takukkit](#)

[Nakorsaatit](#)

- [Nakorsaatit pisiassat](#)
- [Paasissutissiineq siunnersuinerlu](#)
- [Nakorsaataasivik -ammasarfiillu](#)
- [Umiaarsuarni nakorsaataasiviit nakorsaataasiviillu allat](#)
- [Tamaasa takukkit](#)

[Ajornartorsiutigaara](#)

- [Aangajaarniutit – katsorsartinnissamut neqeroorutit](#)
- [Imigassaq](#)
- [Suliffeqarfiit aangajaarniutit pinnguaatillu pillugit suliniuteqarnerannut najoqqutassiaq](#)
- [Hashi](#)
- [Tamaasa takukkit](#)

[Peqqinnissamik neqeroorutit](#)

- [Napparsimanermut leksikon](#)
- [Anigorsinnaanngisamik nappaateqalerneq](#)
- [Uppernarsaatit](#)
- [Sungiusarneqarneq](#)
- [Tamaasa takukkit](#)

[Kigutininik isumaginninneq](#)

- [Siunnersuutitsialaat](#)
- [Nunaatsinni kigutigissaanermi anguniagassatut siunniussat](#)
- [Kigutigissarfiup Ullua](#)
- [Salik Kigutigissartog](#)

[Napparsimasunut paasissutissiineq](#)

- [Siunnersorti](#)
- [Unitsitaaneq](#)
- [Angalatilluni napparsimanermi ikiorneqarsinnaaneq](#)
- [Napparsimasut peqatigiiffii](#)
- [Tamaasa takukkit](#)

[Aningaasaateqarfiit](#)

- [Peqqinnissamut tunngasunut illikartitat](#)

[Paasisitsiniutit](#)

- [Eqqartoruk](#)

[Pisussat](#)

- [Saqqummiineq - Kalaallit Nunaanni innuttaasut peqqissusaannik 2018-imi misissuineq](#)

[Meeqqat](#)

- [Kigutigissaaneq](#)
- [Meeqqat nerisaqarnerat](#)

Aannik qaffasittoorpunga

Piviusoq

Uummatip aak timimut ingerlatittarpaa. Aap naqitsinera imatut paasisassaavoq aak timimut ingerlatinniarlugu nukik uummatip atugaa aallu aqputaani taqqani nukik qanoq annertutiginersoq.

Aap naqitsinera marlunnik kisitsiseqartinneqarpoq, soorlu assersuutingalugu 120/80, oqaluinnarnermi ” 120 over 80”- mik taaneqartartoq. Aap naqitsinera millimeter kviksølvinik (tassa kiassitip imaa) uuttortarneqartarpoq (naalisarneqartartoq mmHg).

Kisitsit siulleq tassa taqarsuarmi naqitsinerusarpoq (systotiske blodtryk), taanna taqqani pisarpoq uummatip eqittartarnera pigaangat (tillerneq) tillernerullu aak timimut ingerlateqqittarpaa. Kisitsisip aappaa tassaavoq taqarsuup iigaani naqitsinermut (diastoliske) atorneqartartoq. Taannaavoq tassa taqqaniittoq uummatip eqqissiallannerani pisartoq tillernerit marluk akornanniittoq uummat aammik immerneqaraangat.

Nalinginnaavoq sulinerup nalaani tillernerit qaffattarnerat, tarnikkut eqqissisimajunnaarnermi nillimilluunniit eqqorneqarnermi, appartarporlu eqqissisimaaleraanni sininnermilu. Utoqqaliartornermi aap naqitsinera qaffakkajuttarpoq.

Aap naqitsinerata qaffattarnera

Aap naqitsineranik qaffasinneraasarpugut eqqissisimaarnermi aap naqitsinera 140/90-imiikkaangat taannaluunniit qaangerlugu.

Aap naqitsinerata qaffasittarnerinut pissutaasartut

Pissutaasoq ilisimaneqarajuttuunngilaq – kingornuttagaasinnaavoq. Aap naqitsinerata qaffattooqqanera uummatip taqarsuatigut nappaateqartuni, sukkortuni, kolesteroleqarpallaartuni, pualavallaarnikkut, tarajoqarpallaartunik nerisaqartartuni imaluunniit ulluinnarni imigassartorpallaartuni takuneqartarpoq. Ataasiakkaani allani aap naqitsinerata qaffasippallaarnera nappaatinik allarluinnarnik pissuteqartarpoq.

Aap naqitsineranik qaffasippallaartumik peqarnerup takussutissartai

Napparsimasut amerlanerpaat takussutissaasunik peqarneq ajorput. Aakkut naqitsineqarpallaarnerit ilaanni napparsimasut ilaat niaqorlulersinnaasarpud, uissanngunernik misigisinnaallutik, qinngakkut aassinnaasarlutik imaluunniit suliaqarnermi

issanngusinnaasarlutik. Takussutissaasartulli taakku aakkut naqitsinerup qaffasippallaarneranit allaanerusumik pissuteqarsinnapput.

Aap naqitsinerata qaffasippallaarnerata malitsiginnaasai

Aap naqitsinerata qaffasippallaarnera uummatikkut unittoornernut qaratsakkulluunniit aanaartoorsinnaanissamut pissutaasinnaasut ilagaat. Aap naqitsinera qaffasippallaaraangat ukioqqortugaannilu ajutooratarsinnaaneq annerusarpoq. Ajutoorsinnaaneq annerulertarpoq, pujortartartuugaanni, sukkortuugaanni imaluunniit aammi kolesteroleqarpallaartuugaanni (orsoqarpallaaraanni).

Aakkut naqitsinerup angivallaarneranik suussusiliineq

Suussusersineq pisarpoq aap naqitsinerata arlaleriarlugu uuttortarneqarneratigut.

Ajornartinnagu angerlarsimaffinni uuttortaaneq pisarpoq, tassani aap naqitsineranik uuttugaq eqqornerusoq pissarsiarineqartarmat. Nakorsiarnermi aap naqitsinera uuttorneqartoq qaffasippallaarsinnaasarpoq angerlarsimaffinnili nalinginnaanerusarluni.

Nalinginnaasumik aap akuanik misiligutissanik tigusisoqartarpoq, uummatip sulineranut uuttortaasoqartarpoq (ekg), quup akuanik misissuisoqartarluni aamma naappaatip suunera paasiniallugu isit misissuiffigineqartarput.

NEQEROORUTIT

Nakorsaatit atorlugit aap naqitsineranik katsorsartinneq qaratsakkut uummatikkullu ajutooriataarnissamut illersuutaalluarput. Matumunnga atorneqarsinnaasut iluaqutissat amerlasuut pigineqarput pisariaqarsinnaavorlu ataatsikkut arlariinnik atuisarnissaq.

Anguniagaagajuppoq aakkut naqitsineqarnissaq 140/90 mmHg ataallugu. Sukkortuunermili tartuluttuunermilu 130/80 mmHg.

Illit nammineq qanoq iliorsinnaavit?

- [Pujortarunnaarsinnaavutit](#) (pujortartartuuguit)
- Timinnik aalatitsiuarneq aallutissavat.
- Taratsit annikitsuinnarmik atortassavatit.
- [Imigassartorpallaarnaveersaartassaait](#).
- Pualasuujuguit sanigorsartariaqarputit.
- Nakorsaat ilinnut tunniunneqartoq/innersuunneqartoq
- ullut tamaasa pisassavat misissortikkiartukulagillu.

Itinerusumik atuarit

”[Inuuneq tunissutaavoq – Inuunermi pissutsinut najoqqutassaq](#)”.



aamma Peqqinnissaqarfimmi pissarsiarineqarsinnaavoq.

Saaffigisassat

[Najukkanni nakorsaqaarfik saaffigiuk](#)

[NassiussigitPDF-iliariukEmbed](#)

NUTAARSIASSAQ3. marsip 2021

Klinikassistentinngorniat 16-it atuagarsornerup immikkoortua siulleg naammassivaat

Kigutileriveqarfimmi 16-inik atuagarsornerup immikkoortuanik siullermik naammassinneqammersunik ilinniartoqarpugut. Ilinniarneq ukiunik marlunnik sivilissuseqartoq sisamanik sap. ak. sisamanik sivilissusilinnik sulineramik sungiusarnermik immikkoortortaqaarpoq.



NUTAARSIASSAQ25. februaarip 2021

Iisiniarnermi ajornartorsiuteqarneq ukkallugu

Nappaartit arlallit nalinginnaasumillu sanngiillisimaneq iisiiniarnermut ajornartorsiortitsilersinnaapput. Napparsimasunit iisiinarieerminnik ajornartorsiuteqartunit ajornanngitsumik nerineqarsinnaanngorlugit nerisassanik inuussutissanillu naleqqussaani Dronning Ingridip Napparsimmavissuani igaffimmi sulisut februaarip ulluisa qulinganni pikkorissarput.




Peqqik.gl pillugu


Ilinniartitaaneq


Suliaqartunut


Info in English


Nutaarsiassat


Videreuddannelse



Saqqummersitat

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