



فئات ضغط الدم

	فئة ضغط الدم	ضغط الدم الانقباضي بمم زئبق MM HG (الرقم العلوي)	و	ضغط الدم الانبساطي بمم زئبق MM HG (الرقم السفلي)	
	طبيعي	أقل من 120	و	أقل من 80	
	مرتفع	بين 120 و 129	و	أقل من 80	
	المرحلة الأولى من فرط ضغط الدم (ارتفاع ضغط الدم)	بين 130 و 139	أو	بين 80 و 89	
	المرحلة الثانية من فرط ضغط الدم (ارتفاع ضغط الدم)	140 أو أعلى	أو	90 أو أعلى	
	فرط ضغط الدم الشديد (إذا لم تكن لديك أعراض*، فاتصل بمختص رعايتك الصحية)	أعلى من 180	و/أو	أعلى من 120	
	حالة طارئة من فرط ضغط الدم (إذا كانت لديك أعراض*، فاتصل بالرقم 911)	أعلى من 180	و/أو	أعلى من 120	

*الأعراض: ألم في الصدر، أو ضيق في التنفس، أو ألم في الظهر،
أو خدر، أو إحساس بالوهن، أو تغيير في الرؤية، أو صعوبة في الكلام

المراجع: American Heart Association. (n.d.). Understanding Blood Pressure Readings. heart.org/bplevels