

သွေးပေါင်ချိန် အမျိုးအစားများ



Department
of Health

သွေးပေါင်ချိန် အမျိုးအစား	အပေါ်သွေး MM HG (အပေါ်ဂဏန်း)		အောက်သွေး MM HG (အောက်ဂဏန်း)	
ပုံမှန်	120 အောက်	နှင့်	80 အောက်	
မြင့်တက်နေသည်	120-129	နှင့်	80 အောက်	
အဆင့် 1 သွေးတိုးရောဂါ (သွေးတိုးခြင်း)	130-139	သို့မဟုတ်	80-89	
အဆင့် 2 သွေးတိုးရောဂါ (သွေးတိုးခြင်း)	140 နှင့်အထက်	သို့မဟုတ်	90 နှင့်အထက်	
ပြင်းထန် သွေးတိုးရောဂါ (ရောဂါလက္ခဏာများ* မပြုလျှင် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ပညာရှင်ထံ ဖုန်းခေါ်ပါ)	180 အထက်	နှင့်/ သို့မဟုတ်	120 အထက်	
သွေးတိုးရောဂါ အရေးပေါ်အခြေအနေ (ရောဂါလက္ခဏာများ* ပြုလျှင် 911 ထံ ဖုန်းခေါ်ပါ)	180 အထက်	နှင့်/ သို့မဟုတ်	120 အထက်	

*ရောဂါလက္ခဏာများ- ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း၊ အသက်ရှူမဝခြင်း၊ ကျောအောင့်ခြင်း၊ ထုံကျင်ခြင်း၊
အားနည်းခြင်း၊ အမြင်အာရုံပြောင်းလဲခြင်း သို့မဟုတ် စကားပြောရခက်ခဲခြင်း

ကိုးကားချက်- American Heart Association. (n.d.). *Understanding Blood Pressure Readings*. heart.org/bplevels

health.ny.gov