



Department
of Health

بلڈ پریشر کے درجے

	ڈائیسٹولک MM HG (نیچے والا نمبر)		سسٹولک MM HG (اوپر والا نمبر)	بلڈ پریشر کا درجہ
	80 سے کم	اور	120 سے کم	نارمل
	80 سے کم	اور	129-120	بڑھا ہوا
	89-80	یا	139-130	اسٹیج 1 ہائپرٹینشن (ہائی بلڈ پریشر)
	90 یا اس سے زیادہ	یا	140 یا اس سے زیادہ	اسٹیج 2 ہائپرٹینشن (ہائی بلڈ پریشر)
	120 سے زیادہ	اور/یا	180 سے زیادہ	شدید ہائپرٹینشن (اگر آپ میں علامات ظاہر نہیں ہو رہی ہیں، تو اپنے ہیلتھ کیئر پروفیشنل کو کال کریں)
	120 سے زیادہ	اور/یا	180 سے زیادہ	ہائپرٹینشن ایمرجنسی (اگر آپ میں علامات ظاہر ہو رہی ہیں، تو 911 پر کال کریں)

*علامات: سینے میں درد، سانس لینے میں دشواری، کمر میں درد،
سن ہونا، کمزوری، بینائی میں تبدیلی، یا بولنے میں دشواری

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

health.ny.gov