

Kalpdamar Tansiyon Hastalığı

Tanım ve Genel Bilgi

Kalpdamar hastalıkları, kalp ve kan damarları ile ilgili çeşitli sağlık sorunlarını içerir. Hipertansiyon (yüksek tansiyon), kan damarlarında anormal yüksek basınç durumudur.

Risk Faktörleri

Kalpdamar hastalıklarının gelişiminde genetik faktörler, yaşam tarzı (kötü beslenme, az fiziksel aktivite, stres) önemli rol oynar.

Belirtiler ve Teşhis

Yüksek tansiyon genellikle belirgin belirtiler göstermez. Teşhis, kan basıncı ölçümü ile yapılır.

Tedavi Yöntemleri

İlaç tedavisi ve yaşam tarzı değişiklikleri (sağlıklı beslenme, düzenli egzersiz) kalpdamar hastalıklarının yönetiminde temeldir.

Önleme ve Yönetim

Düzenli sağlık kontrolleri, tuz tüketiminin azaltılması ve aktif bir yaşam tarzı hastalık riskini azaltabilir.