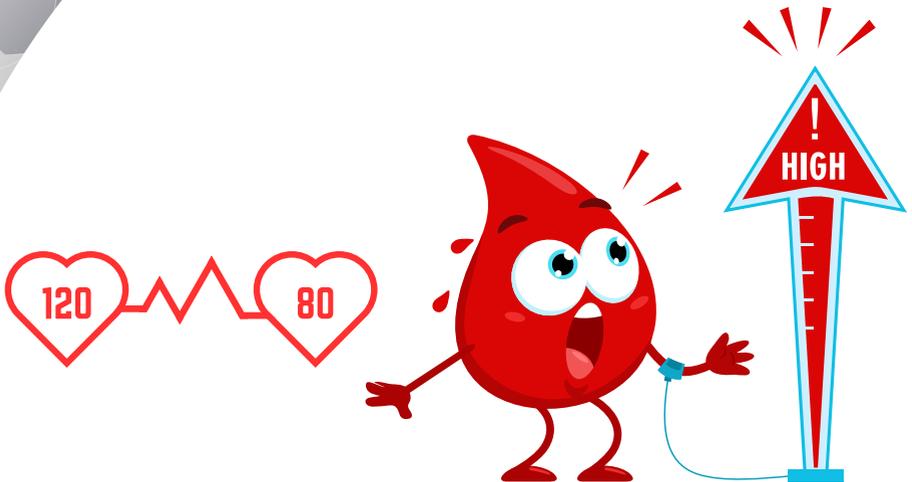


INFORMASI PENYAKIT

F.1.13/063/A/2024



HIPERTENSI



Rumah Sakit Jantung dan Pembuluh Darah Harapan Kita

Jl. Let. Jend. S. Parman Kav. 87 Slipi - Jakarta

Telp: (Hunting) 021 568 4093 - 021 568 1111 - 021 568 4085

Fax 568 4130 E-mail: info@pjnkh.go.id

<http://www.pjnkh.go.id>

Hipertensi (Tekanan Darah Tinggi)

Hipertensi adalah penyakit jantung yang diakibatkan oleh tekanan darah yang tinggi dan kelainan metabolisme tubuh yang menyertainya seperti: **Gula Darah, Asam Urat dan Kolesterol Tinggi**



GEJALA

- Sakit kepala
- Jantung berdebar-debar, rasa lelah, sesak nafas dan nyeri pada dada
- Sakit pada tengkuk
- Mudah lelah
- Penglihatan kabur
- Mimisan
- Bisa juga tanpa gejala

CIRI

- Biasanya timbul disertai dengan faktor risiko penyakit jantung yang lain seperti **Diabetes Melitus, Kegemukan, dll.**
- Pembesaran bilik kiri jantung menyebabkan tekanan darah yang meningkat memaksa kerja jantung lebih keras dan cepat dari biasanya
- Penurunan elastisitas arteri, yang menyebabkan pembuluh darah menjadi kaku

AKIBAT

- Kerusakan ginjal
- Kerusakan pembuluh darah
- Pendarahan otak dan kelumpuhan
- Pembesaran jantung
- Penyempitan pembuluh darah koroner yang mengakibatkan serangan jantung

PENCEGAHAN

- Melakukan pemeriksaan tekanan darah secara teratur
- Tetap meminum obat secara rutin meski tidak memiliki keluhan
- Mengurangi konsumsi garam dan perbanyak sayuran
- Melakukan olahraga secara teratur
- Menjaga berat badan untuk tetap ideal
- Tidak merokok
- Istirahat dengan teratur

