

Αρτηριακή πίεση

Η πίεση που ασκείται από το αίμα στα τοιχώματα των αιμοφόρων αγγείων είναι η πίεση του αίματος.

Συνήθως αναφερόμαστε στην πίεση των τοιχωμάτων των αρτηριών

Όταν η καρδιά συστέλλεται η πίεση στις αρτηρίες κυμαίνεται

από 110 έως 150 mmHg και ονομάζεται

συστολική ή μέγιστη αρτηριακή πίεση

Όταν η καρδιά χαλαρώνει – διαστέλλεται, η πίεση γίνεται περίπου

80 mmHg και ονομάζεται

διαστολική ή ελάχιστη αρτηριακή πίεση

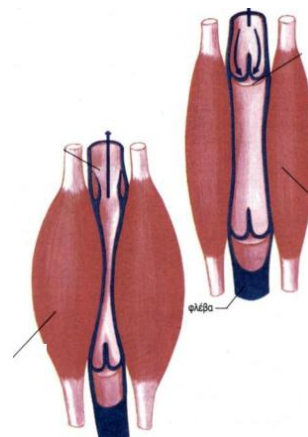


Καθώς το αίμα κινείται μέσα στις αρτηρίες η πίεση του μειώνεται και στις φλέβες ελαχιστοποιείται.

Η πτώση αυτή της πίεσης οφείλεται στην τριβή του αίματος με τα τοιχώματα των αγγείων.

Η ταχύτητα ροής του αίματος που εξαρτάται από την πίεση του ελαχιστοποιείται στα τριχοειδή και έτσι διευκολύνεται η ανταλλαγή των ουσιών από τα τριχοειδή.

Μέσα στις φλέβες το αίμα επιταχύνεται με τη συστολή των σκελετικών μυών



Αρτηριακή υπέρταση είναι η παθολογική αύξηση της αρτηριακής πίεσης και

Αρτηριακή υποτάση είναι η παθολογική μείωση της αρτηριακής πίεσης.

Η Αρτηριακή υπέρταση είναι ένας ύπουλος εχθρός για την υγεία γιατί συνήθως την αγνοούμε.

Οι κίνδυνοι της υπέρτασης αφορούν τις λειτουργίες της καρδιάς του εγκεφάλου και των νεφρών.

Πρέπει να ελέγχεται η πίεση αλλά και να επιλέγουμε τρόπους ζωής που να μας προφυλάσσει από την εμφάνιση της υπέρτασης.

Παράγοντες που προκαλούν υπέρταση είναι το κάπνισμα η διατροφή και η άσκηση.

