**الگوریتم تشخیص و درمان پرفشاری خون**

**افراد بالای 75 سال با فشار خون mmHg 150≥SBP و/یا mmHg 90≥DBP**

**افراد زیر 75 سال و بدون بیماری همراه، با فشار خون mmHg 140≥SBP و/یا 90≥DBP**

**رژیم غذایی مطلوب**

** کاهش نمک دریافتی**

** انجام فعالیت های بدنی هوازی**

** اجتناب از هوای آلوده**

** نگهداری شاخص توده بدنی و دور کمر در محدوده سالم**

** استفاده از روشهای مقابله با استرس مانند تن آرامی و یوگا**

** خودداری از مصرف هر نوع دخانیات (سیگار، قلیان و ...) و الکل**

**آغاز درمان دارویی**

**اصلاح سبک زندگی**

SBP≥140 **mmHgویا**

**≥90 mmHg** **DBP**

**SBP≥135 mmHgویا**

**DBP≥85 mmHg**

**SBP≥135 mmHg ویا**

**DBP≥85 mmHg**

**SBP≥130 mmHg ویا**

**DBP≥80 mmHg**

**SBP≥150 mmHgویا**

**≥90 mmHg DBP**

**بزرگسالان زیر 75 سال و**

**بدون بیماری همراه**

**SBP=130-139mmHgو یا**

**DBP= 80-89 mmHg**

**افراد بالای 75**

سال

**میانگین اندازه گیریها**

**میانگین کل**

**روز (24 ساعت)**

**میانگین ساعات بیداری**

**در مطب**

**در منزل (HBPM )**

**اندازه گیری سیار (ABPM )**

**افراد با فشار خون mmHg 130≥SBP یا mmHg 80≥DBP و یکی از موارد زیر:**

**● مبتلا به بیماری قلبی-عروقی**

**● مبتلا به بیماری مزمن کلیه(که آلبومینوری بیش از cr g/mg 30 دارند)**

**● مبتلا به دیابت**

**● سابقه ی قبلی استروک**

**خط اول درمان دارویی**

**درمان ترکیبی**

**یک دارو از دسته های دارویی زیر:**

**a) Angiotensin receptor blockers (ARBs)**

**یاb) Angiotensin converting enzyme inhibitor(ACEi) یا**

**c) Calcium channel blocker (CCB) ) یا**

**d) Thiazide or thiazide-like agentsیا**

**فواصل ویزیت:**

** هنگام شروع درمان دارویی یا پس**

**از هرگونه تغییر در نوع یا دوز**

**داروهای ضد فشار خون، فواصل**

**ویزیت تا رسیدن به هدف درمان به**

**صورت ماهیانه**

** پس از رسیدن به هدف درمان**

**بررسی بیمار هر 3-6 ماه**

**اهداف درمانی:**

**DBP<90 mmHg و SBP<140 mmHg **

**در بزرگساالن زیر 75 سال و بدون بیماری همراه**

**DBP<90 mmHg و SBP<150 mmHg **

**در سالمندان باالی 75 سال**

**به مبتلایان در DBP<80 mmHg و SBP<130 mmHg **

**بیماری قلبی-عروقی، دیابت، بیماری مزمن کلیه (آلبومینوری**

**بیش از cr g/mg 30 )و افراد دارای سابقه ی استروک**

** ارزیابی اولیه ی بیمار (در آغاز درمان دارویی):**

**1 .انجام آزمایشات: سطح الکترولیتهای سرم، کراتینین،**

**پروفایل لیپید، قند ناشتا، کامل ادرار**

**Electrocardiography )ECG.2)**

** ارزیابی حین درمان: انجام آزمایشات به فواصل**

**مشخص طبق شرایط بیمار**

** در بیمارانی که بیماری همراه ندارند، تکرار آزمایشات به**

**صورت سالیانه**

**یک قرص ترکیبی از دسته های دارویی ضد فشار خون زیر:**

**a) ACEi/ARB**

**b) CCB**

**c) Thiazide/Thiazide-like agents**

**درمان**

**تک دارویی**

**منبع: راهنمای طبابت**

**<<تشخیص و درمان فشار خون باال در ایران>>بهار1402**