

## 2분이면

검사할 수 있습니다

고혈압은 뇌졸중 위험요인 중에서 인위적으로 조절할 수 있는 첫 번째 요인입니다. 고혈압은 전신의 동맥을 손상시킬 수 있습니다. 약화된 뇌동맥은 뇌졸중의 위험을 훨씬 높입니다.

혈압은 두 가지 수치로 기록됩니다. 심장이 박동할 때 동맥 내 압력을 측정하는 수축기 혈압(최고 수치)과 심장 박동 사이에 동맥 내 압력을 측정하는 이완기 혈압(최저 수치)이 있습니다.

범주	수축기	이완기
정상	<120	<80
고혈압 전 단계	120-139	80-89
높음	>140	>90

혈압이 180/110이면 의학적 응급상황입니다.

## 혈압 기록

날짜/시간

혈압

메모

_____	____ / ____	_____
_____	____ / ____	_____
_____	____ / ____	_____
_____	____ / ____	_____
_____	____ / ____	_____
_____	____ / ____	_____
_____	____ / ____	_____
_____	____ / ____	_____
_____	____ / ____	_____
_____	____ / ____	_____
_____	____ / ____	_____
_____	____ / ____	_____
_____	____ / ____	_____
_____	____ / ____	_____
_____	____ / ____	_____



COVIDIEN



World Stroke  
Organization

출처: 미국심장협회(American Heart Association)/  
미국뇌졸중협회(American Stroke Association)