

4 أسباب تؤدي إلى عدم انتظام ضغط الدم تعرف عليها



الخميس 12 مايو 2016 10:05 م

ضغط الدم من الأمراض المنتشرة التي نجمت عن ضغوط الحياة اليومية ويرجع للعديد من العوامل، ووفقاً لتقرير نشره الموقع الهندي "بولد سكاي" فارتفاع ضغط الدم هو واحد من الأمراض الشائعة، ففي الوقت الحالي هناك الكثير من الأشخاص الذين يعانون ارتفاع ضغط الدم، مما يسبب الإصابة بأمراض القلب.

وفي هذا الإطار ذكر التقرير عدة أسباب قد تؤدي إلى عدم انتظام ضغط الدم:

- 1- حساسية الطعام: إذا كان الشخص يعاني من حساسية بعض أنواع الطعام فقد يعاني تقلبات في مستوى ضغط الدم، لذا يجب تجنب الوجبات المالحة أكثر من اللازم.
- 2- استهلاك كميات كبيرة من الكافيين: الكافيين يعد من أحد الأسباب السائدة لعدم انتظام مستوى ضغط الدم، لأنه قد يؤدي إلى انقباض في الأوعية الدموية.
- 3- الإجهاد: في هذه الحالة فالإجهاد والتوتر يؤديان إلى صعوبة في ضخ الدم بسبب الانقباض السطحي للشرايين، كما أن التعرض للكثير من التوتر يمكن أن يؤدي إلى ارتفاع في ضغط الدم.
- 4- الأدوية: هناك بعض الأدوية خاصة المضادة للالتهابات والاحتقان، يمكن أن تسبب تقلبات في مستوى ضغط الدم.