

Obsah:

Zvlášť důležité informace najdete na červených stranách.

Všeobecně o vysokém krevním tlaku	3 - 13
Samostatné měření krevního tlaku	14 - 31
Výživou ke ztrátě přebytných kilogramů	32 - 51
Omezení kuchyňské soli	52 - 61
Alkohol a vysoký krevní tlak	62
Kouření a vysoký krevní tlak	63 - 65
Medikamenty v léčbě vysokého krevního tlaku	66 - 97
Vysoký krevní tlak u starších lidí	98 - 99
Medikamenty nejsou účinné	100
Hypertenzní krize	101
Sport a vysoký krevní tlak	102 - 104
Těhotenství a hypertenze	105
Hypertenze a diabetes mellitus	106
Hypertenze a řízení motorových vozidel	107
Vysoký krevní tlak a stres	108-109
Závěrem	110