

فريقنا يواجه قطر بنصف نهائي آسيا لكرة اليد الشاطئية



تأهل منتخبنا الى نصف نهائي بطولة آسيا لكرة اليد الشاطئية الخميس، رغم خسارته امام نظيره العماني ٢-١ في الجولة الاخيرة من دور المجموعات للمسابقة المقامة في الصين. وسيواجه منتخب ايران نظيره القطري اليوم السبت، في اطار الدور النصف نهائي للنسخة السابعة من بطولة آسيا لكرة اليد الشاطئية ٢٠١٩.

يشار الى أن منتخب قطر أحرز لقب البطولة ٤ مرات ومرشح قوي لاضافة اللقب الخامس في تاريخه.

رأسية خيمينيز تنقذ أوروغواي من مفاجأة اليابان

حسم التعادل (٢-٢) نتيجة مباراة أوروغواي واليابان، التي أقيمت في الساعات الأولى من صباح أمس الجمعة، على ملعب جريميو أرينا، في اطار الجولة الثانية من منافسات المجموعة الثالثة بكوبا أمريكا ٢٠١٩ في البرازيل. وافتتح كوجي ميوشي النتيجة لصالح اليابان في الدقيقة ٢٥، وتعادل لويس سواريز لأوروغواي في الدقيقة ٣٢ من ركلة جزاء، ثم عاد ميوشي وسجّل الهدف الثاني للساموراي في الدقيقة ٥٩، قبل أن يحرز خوسيه ماريما خيمينيز هدف التعادل في الدقيقة ٦٦.



ورفع منتخب أوروغواي رصيده إلى ٤ نقاط في المركز الأول، في حين أصبح رصيد اليابان نقطة واحدة في المركز الثالث.

زيادة أعضاء فريق اللاجئين قبل أولمبياد طوكيو

قالت اللجنة الأولمبية الدولية، إن فريق اللاجئين المشارك في أولمبياد ٢٠٢٠ في طوكيو، سيكون أكبر من النسخة الأولى للفريق التي تشكلت من ١٠ رياضيين وشاركت في ريو دي جانيرو. وأعلنت اللجنة الأولمبية، قائمة مكونة من ٢٧ لاعباً حصلوا على منح دراسية، قبل الإعلان عن الفريق النهائي. وأوضح توماس باخ رئيس اللجنة الأولمبية "لا يمكن الحديث حالياً عن عدد أفراد الفريق المشارك، ما نستطيع قوله وبثقة إن الفريق سيكون أكبر من ذلك الذي شارك في ريو ٢٠١٦". ونوه القائمة المكونة من ٢٧ لاعباً، تريد التأهل إلى فريق اللاجئين بالأولمبياد.

وأعلنت اللجنة الأولمبية الدولية عن فريق اللاجئين الأول، من أجل زيادة الوعي بالمشكلة،



وكانت واحدة من أبرز القصص في الأولمبياد. وضم هذا الفريق، للاجئين من سوريا والكونغو وإثيوبيا وجنوب السودان، وكان في دائرة الضوء، بعدما دخل حفل الافتتاح قبل البرازيل البلد المستضيف مباشرة. ويعمل الفريق

الحالي من أجل مكان في طوكيو، ولن يكون على الرياضيين تحقيق معايير التأهل، لكن يجب عليهم الاقترب منها.

وقال باخ "التأهل لا يعني الوصول إلى المعايير الدولية. نريد التعرف على الرياضيين الذين سيحققون تلك المعايير أو على الأقل الاقترب منها".

وتتكون القائمة الحالية من لاجئين من أفغانستان والكاميرون والكونغو الديمقراطية وإريتريا وإثيوبيا وإيران وجنوب السودان والسودان وسوريا.

رئيس وزراء كندا يحثي أمام مسؤولين أمريكيان بإنجاز رابتورز

أخذ رئيس وزراء كندا جاستين ترودو، استراحة قصيرة من محادثات رفيدة المستوى في واشنطن ليذكر مضيفه بلطف بأن فريقاً كندياً فاز للمرة الأولى على الإطلاق بدوري كرة السلة الأمريكي.

ونهب ترودو إلى اجتماع مع رئيسة مجلس النواب الأمريكية نانسي بيلوسي محملاً



بهدايا عليها شعار فريق تورونتو رابتورز الذي هزم حامل اللقب جولدن ستيت ويريورز في نهائي دوري كرة السلة الأمريكي.

ويتخذ فريق جولدن ستيت ويريورز من كاليفورنيا مقراً وهي الولاية التي تمثلها بيلوسي في مجلس النواب.

وفعل ترودو ذلك برغم أنه فاز برهان ودي مع بيلوسي بشأن الفائز في المباراة النهائية.

وسبق أن هنأت بيلوسي ترودو بفوز فريق بلده وقدمت له سلة بها بعض الأطعمة الشهية من كاليفورنيا مثل الشوكولاتة والمكسرات والنيبذ.

في الدور نصف النهائي لبطولة شباب اسيا..

خسارة منتخب شباب ايران امام نظيره الياباني بكرة الصالة

خسر منتخب شباب ايران تحت ٢٠ عاما امام نظيره الياباني بنتيجة ٤-٨ في الدور نصف النهائي لبطولة اسيا



لهذه الفئة العمرية. وكاد منتخب شباب ايران ان ينهي المباراة لصالحه ٤-٢ الا ان شباب اليابان حصل على ركلة جزاء احرز منها هدف التعادل في الدقيقة الاخيرة . وفي الوقت الاضافي تمكن شباب اليابان من احراز ٤ اهداف اخرى لينتهي المباراة لصالحه ٤-٨ .

سجل لايران كل من مهدي دهقان نجاد «هدفين» وسجاد سرباز ومسعود يوسف فيما سجل لليابان كل من هيروتو اوتسوكا و ري را هاشيموتو وماساشي اوساوا وتاكاهيرو موتو ايشي ورينتارو ايغوجي ويوكي هاتاكياما ويوتا كيمورا ويامادا جي.

وبهذه النتيجة فقد تاهلت اليابان الى النهائي لتلاقي افغانستان فيما ستلاقي ايران اندونيسيا لتحديد المركزين الثالث والرابع.

وقبل مباراة ايران واليابان خاضت افغانستان المباراة الاولى للدور نصف النهائي امام اندونيسيا حيث تمكنت افغانستان من الفوز بنتيجة ٤-٢ والتاهل الى النهائي.

فرناندو توريس يعلن اعتزاله اللعب نهائيا

أعلن مهاجم أتلتيكو مدريد الإسباني ومنتخب إسبانيا لكرة القدم السابق فرناندو توريس الجمعة اعتزاله اللعب نهائياً.

وقال توريس (٣٥ عاماً) الفائز بكأس العالم مع منتخب بلاده عام ٢٠١٠ وكأس أوروبا عامي ٢٠٠٨ و٢٠١٢ على موقعه على تويتر «لدي شيء مهم سأعلنه، بعد ١٨ عاماً مليئة بالشغف، حان الوقت لانهاء مسيرتي كلاعب في الملاعب».

وأضاف «سأشرح كل الأمور في مؤتمر صحفي سأعقدته غداً الاحد في ٢٣ حزيران/يونيو في تمام الساعة العاشرة صباح بتوقيت اليابان».

وكان توريس انتقل الى صفوف ساغان توسو الياباني قادما من أتلتيكو مدريد علما بأنه دافع أيضا عن ألوان ناديي ليفربول وتشلسي الإنكليزيين.

وسجل توريس في صفوف أتلتيكو الذي نشأ في صفوفه، ١١ هدفا في ٢٣٤ مباراة، و٨١ هدفا في ١٤٢ مع ليفربول و١٤ هدفا في ١٧٢ مع تشلسي.

تشيلسي يعلن عودة بيتر تشيك

أعلن تشيلسي، امس الجمعة، عودة التشيكي بيتر تشيك للعمل مع البلوز مرة أخرى، بعد اعتزاله لكرة القدم، ووفقاً للموقع الرسمي لتشيلسي، فإن تشيك سيعمل كمستشار فني، وسيؤيد منصبه حول تقديم النصيحة في كل الأمور التي تتعلق بكرة القدم في البلوز، بالإضافة إلى العمل على الربط بين فرق الرجال في النادي والأكاديمية.

وأوضح الموقع الرسمي أن مقر عمل تشيك سيكون في كوبهام، وسيكون دوره مرتبطاً إلى حد كبير بمارينا جرانوفسكايا مديرة تشيلسي.

وقال تشيك «أشعر بالفخر الشديد عقب العودة إلى تشيلسي، والمساعدة في صنع بيئة عمل على أعلى مستوى، لمواصلة حالة النجاح التي يعيشها النادي».

وأضاف «أتطلع إلى التحدي الجديد وأمل أن أتمكن من استغلال خبراتي في كرة القدم، لمساعدة النادي على تحقيق المزيد من النجاحات في المستقبل».

يذكر أن بيتر تشيك سبق له تمثيل تشيلسي خلال الفترة من ٢٠٠٤ وحتى ٢٠١٥، كما نجح في التتويج مع البلوز بلقب الدوري الإنجليزي ٤ مرات، ودوري أبطال أوروبا والدوري الأوروبي مرة واحدة.



أنتر ميلان يصل إلى اتفاق نهائي مع لوكاكو

أكد تقرير صحفي إيطالي، أمس الجمعة، أن إنتر ميلان وصل إلى اتفاق نهائي بشأن التعاقد مع البلجيكي روميلو لوكاكو، مهاجم مانشستر يونايتد، في الميركاتو الصيفي.

ووفقاً لصحيفة «لاجازيتا ديللو سبورت» الإيطالية، فإن جوسيبي ماروتا المدير التنفيذي لإنتر وبييرو أوسيليو المدير الرياضي توصلا إلى اتفاق نهائي مع لوكاكو يقضى بحصوله على راتب سنوي رفقة النيرازوري يبلغ ٦,٥ مليون يورو.

وأشارت الصحيفة إلى أن المفاوضات بين إنتر واليوناييتد لإنهاء الصفقة لا تزال طويلة، خاصة أن إدارة الشياطين الحمر تطلب الحصول على ٨٠ مليون يورو، للتخلي عن خدمات النجم البلجيكي.

وأوضحت أن إدارة إنتر ترى أن النادي عليه التخلص أولاً من المهاجم الأرجنتيني ماورو إيكاردى، لاستغلال أموال الصفقة في التعاقد مع لوكاكو.

يذكر أن أنطونيو كوتتي، المدير الفني الجديد للإنتر، هو من طلب التعاقد مع لوكاكو، للرهان عليه في هجوم النيرازوري بالموسم الجديد.



ارتفاع الضغط المفاجئ.. يؤدي بالحياة في الحال

ارتفاع ضغط الدم المفاجئ يمكن أن يؤدي بحياة أحدهم، فهو يعرف بارتفاع في الضغط الانقباضي حيث يصل إلى ١٨٠ ملم زئبقي بشكل سريع أو أكثر من ذلك، أو يمكن أن يكون ارتفاع في الضغط الانبساطي ليصل إلى ١٢٠ ملم زئبقي بشكل سريع أو أكثر، ويترتب على ذلك حدوث التهاب في الأوعية الدموية، أو خروج الدم، أو السوائل من الأوعية، ويمكن أن يؤدي ذلك الارتفاع المفاجئ، إلى سكتة دماغية تؤدي بحياة المريض.

وهناك الكثير من الأسباب التي يمكن أن تكون السبب الرئيسي في ارتفاع ضغط الدم المفاجئ، ومنها تعرض الشريان الأورطي للتمزق، أو حدوث النوبات القلبية، أو السكتة الدماغية، أو الإصابة بالفشل الكلوي، أو إصابات نوبات الاختلاج في أثناء الحمل، وحدثت تفاعلات بين نوعين أو أكثر من الأدوية، أو الإصابة بفشل القلب.

* أسباب ارتفاع الضغط وتنوع أنواع ارتفاع ضغط الدم المفاجئ: فهناك ارتفاع ضغط الدم الطارئ، ويصنف كارتفاع حاد في ضغط الدم يمكنه أن يؤدي إلى إضرار بأعضاء الجسم؛ لذا يتم علاجه في العناية المركزة بشكل فوري، وقد تنتج عنه الإصابة بفشل القلب، والسكتة الدماغية، والإصابة بالذبحة الصدرية غير المستقرة، والإصابة بالوذمة الرئوية، والنوبات القلبية.

كما يوجد ارتفاع ضغط الدم العاجل، وذلك عند ارتفاع ضغط الدم ليصل إلى ١٨٠/١١٠، أو ما يفوق ذلك، ويتم علاجه بعد عدة ساعات من استخدام أدوية الضغط، ولا يضر بأعضاء الجسم.

* ارتفاع الضغط المفاجئ ويمكن تصنيف قراءات ضغط الدم المختلفة إلى طبيعي، وتكون القراءات ١٢٠/٨٠مم زئبقي، عليك أن تستمر في تلك الحالة على ممارسة التمارين الرياضية، والحفاظ على الغذاء المتوازن، وهناك قراءة ضغط الدم المرتفع، وتكون القراءات فيه بين ١٢٠ و١٢٩ مم زئبقي، ويكون ضغط الدم الانبساطي أقل من ٨٠ مم زئبقي، ولكن المصابين بذلك يكونون معرضين دائماً للإصابة بارتفاع ضغط الدم في حالة ما لم يتخذوا أي إجراءات للحفاظ على أنفسهم.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.



ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.

وهناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم في المرحلة الأولى، وتكون قراءات ضغط الدم فيه ما بين ١٣٠ و١٣٩مم زئبقي، وضغط الدم الانبساطي يكون بين ٨٠ و٨٩ مم زئبقي، ويجب على هؤلاء البدء باستشارة الطبيب وتحديد أحد أدوية خفض ضغط الدم، وأيضاً هناك تصنيف ارتفاع ضغط الدم المرحلة الثانية، وفيها يكون ضغط الدم الانقباضي ١٤٠ مم زئبقي، أو أكثر، أو ضغط الدم الانبساطي ٩٠ مم زئبقي أو أعلى، ويتم فيه وصف أكثر من دواء للسيطرة على الوضع.