

## **PROFILAKTYKA I POSTĘPOWANIE PRZY NADCIŚNIENIU TĘTNICZYM U DZIECI**

Leczenie nadciśnienia zależy od przyczyny jego powstania np.: w przypadku nadciśnienia wtórnego podstawą jest odpowiednie rozpoznanie i leczenie choroby np.: choroba nerek.

Zalecenia dla rodziców dzieci z nadciśnieniem:

- regularne kontrole u lekarza specjalisty (Kardiolog),
- przyjmowanie leków zaleconych przez lekarza,
- wykonywanie zleconych badań (krwi, USG),
- aktywność fizyczna,
- normalizacja wagi ciała ( u osób z nadwagą posiłki ubogokaloryczne, rezygnacja z napojów z dodatkiem cukru, spożywanie warzyw, unikanie produktów przetworzonych, zmniejszenie spożywania tłuszczu zwierzęcych),
- ograniczenie spożywania soli.