

關心自己的健康 請您定期量血壓

20歲以上民眾約有420萬人罹患高血壓，但其中有1/3的人並不知道自己患有高血壓！
提醒您定期測量血壓，瞭解自己的血壓值，及早發現及早治療！

18歲以上成人血壓分類標準及定義

血壓分類	收縮壓 (毫米汞柱mmHg)		舒張壓 (毫米汞柱mmHg)
正常	<120	和	<80
高血壓前期	120-139	或	80-89
第一期高血壓 (輕度)	140-159	或	90-99
第二期高血壓 (中、重度)	≥160	或	≥100

資料來源：美國高血壓預防、檢測、評估和治療全國聯合委員會發表之第七次報告 (JNC7)



關心血壓 關心健康



行政院衛生署國民健康局

關心您