



战吧！ 血压！

了解什么是高血压



人物介绍

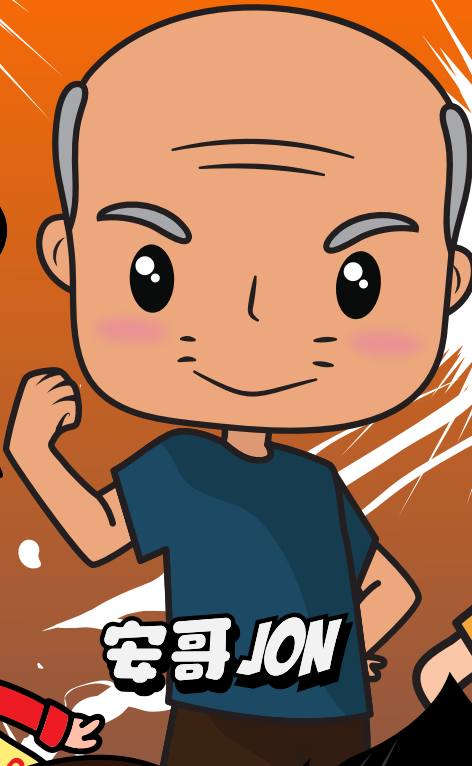
快递员 (血液)



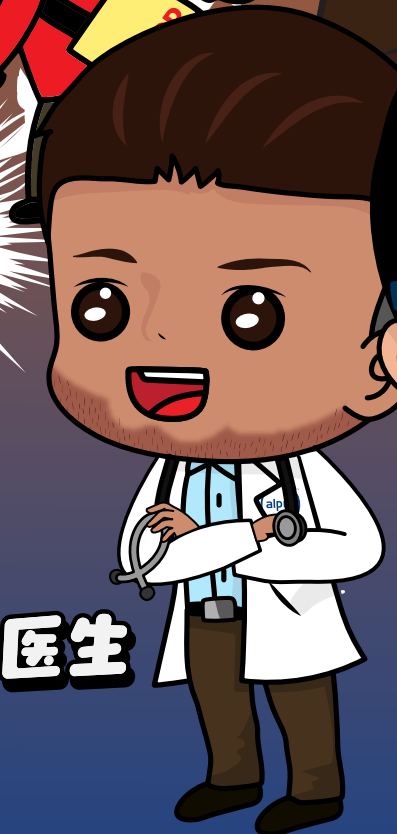
阿姨 LINA



宅哥 JON



RAM 医生



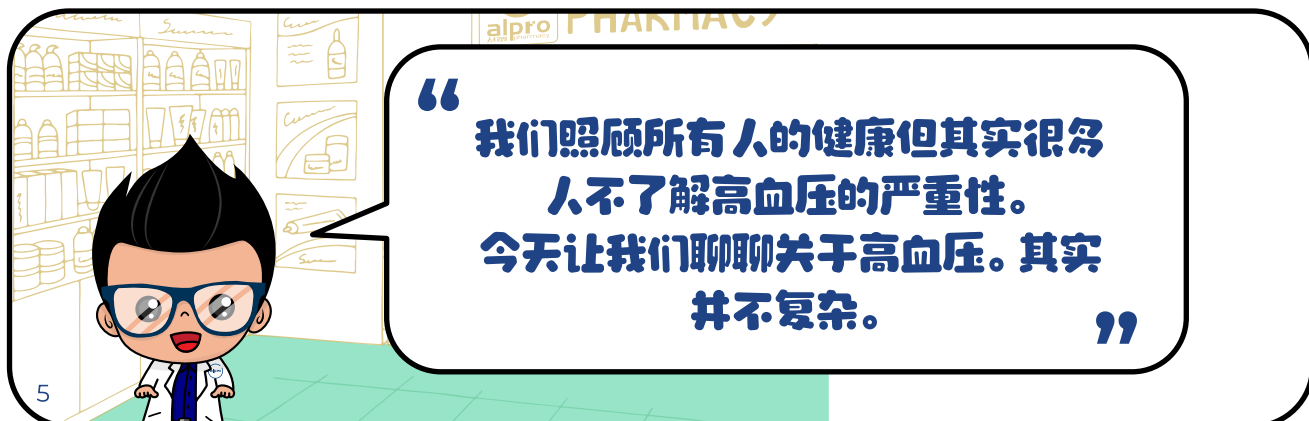
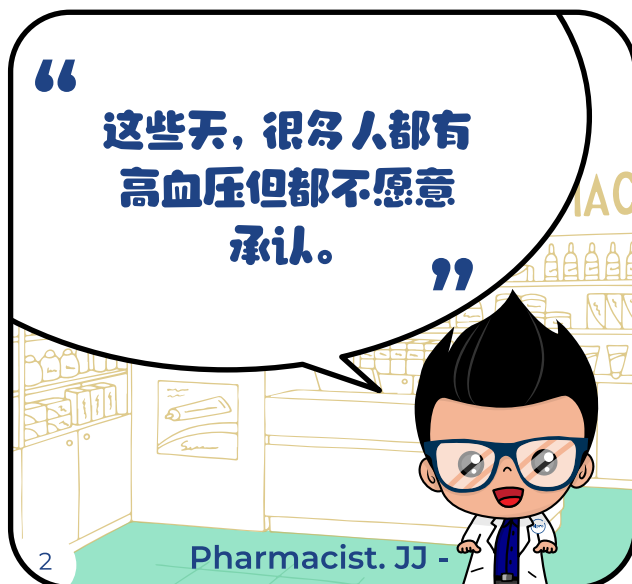
药剂师



需要帮助?
联系我们的线上药房服务: 019-612 9006

营业时间:
9.00 a.m. to 10 p.m.
星期一至星期日

你的血压很重要!



1.什么是血压?

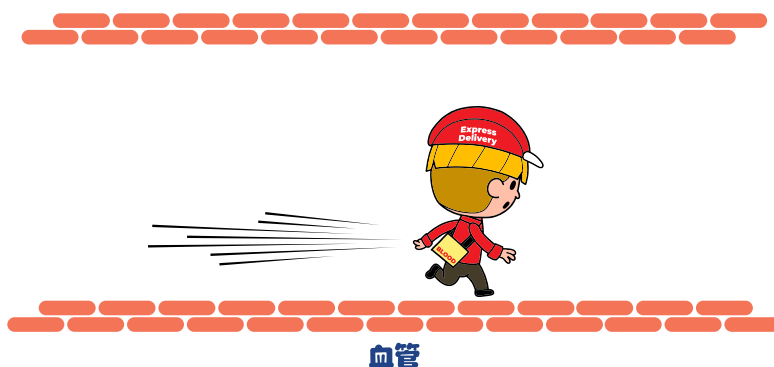
让我们先认识以为老朋友，血液。



6

快递员：我们（血）是负责输送氧气和营养去身体的其他部位。你可以理解我们为快递员。

很多人以为快递员的送货过程是畅通无阻。

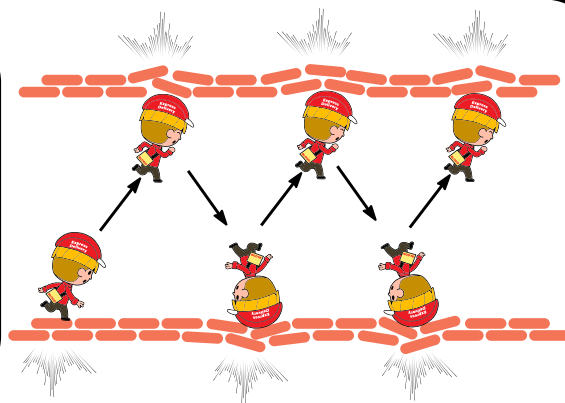


7

“你会惊讶！其实送货的过程其实是凹凸不平。”



8



一直撞击血管会造成血管压力形成血压。
如果撞击力度变大和撞击次数提高，这便会形成高血压。

9

需要帮助?

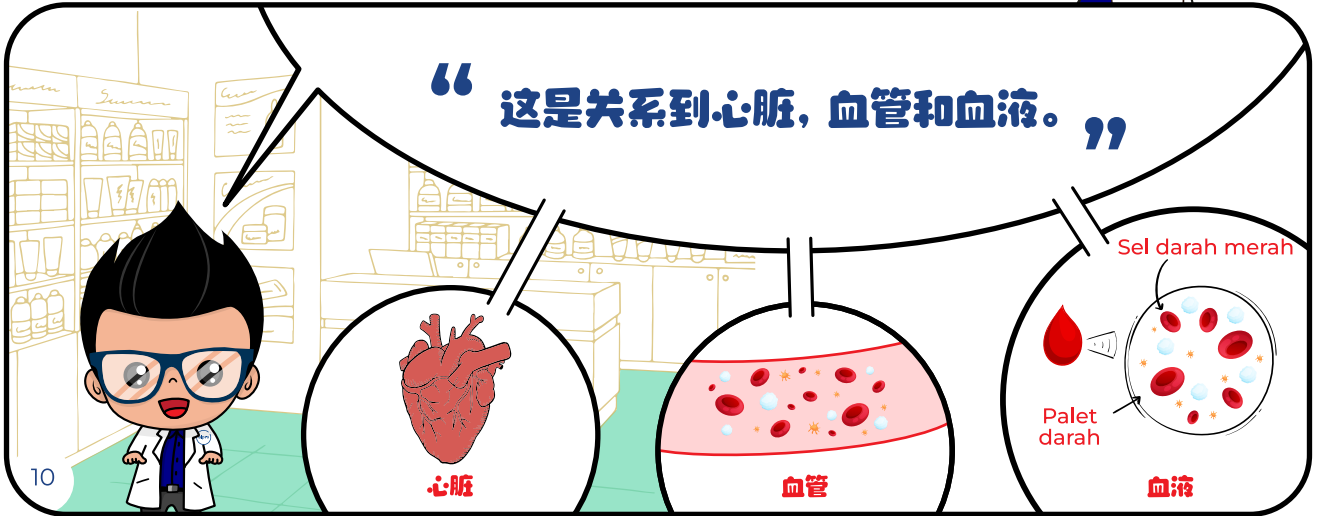
联系我们的线上药房服务：019-612 9006

营业时间：
9.00 a.m. to 10 p.m.
星期一至星期日

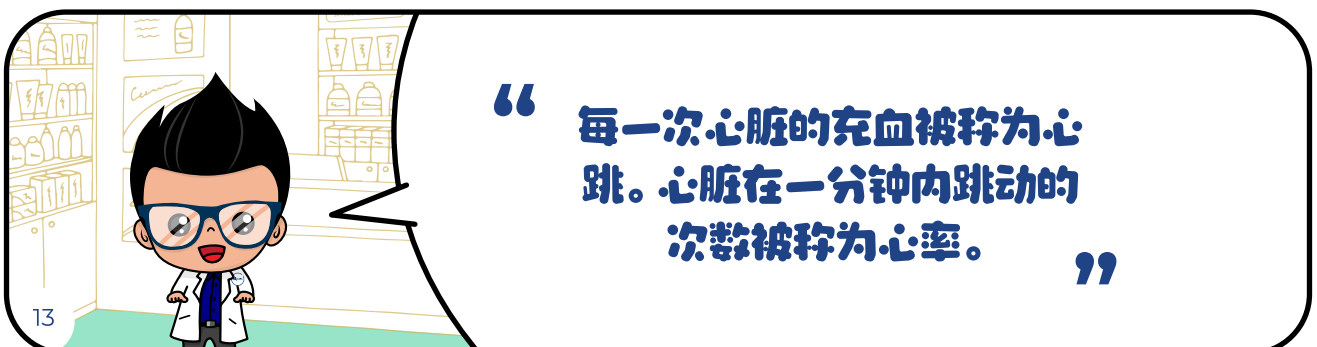
2

好的，问题又来了。

2. 什么造成血液升高？



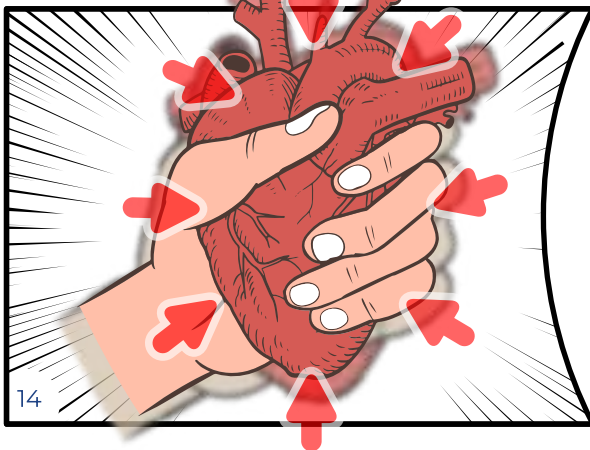
2.1. 心脏的刺激



需要帮助？

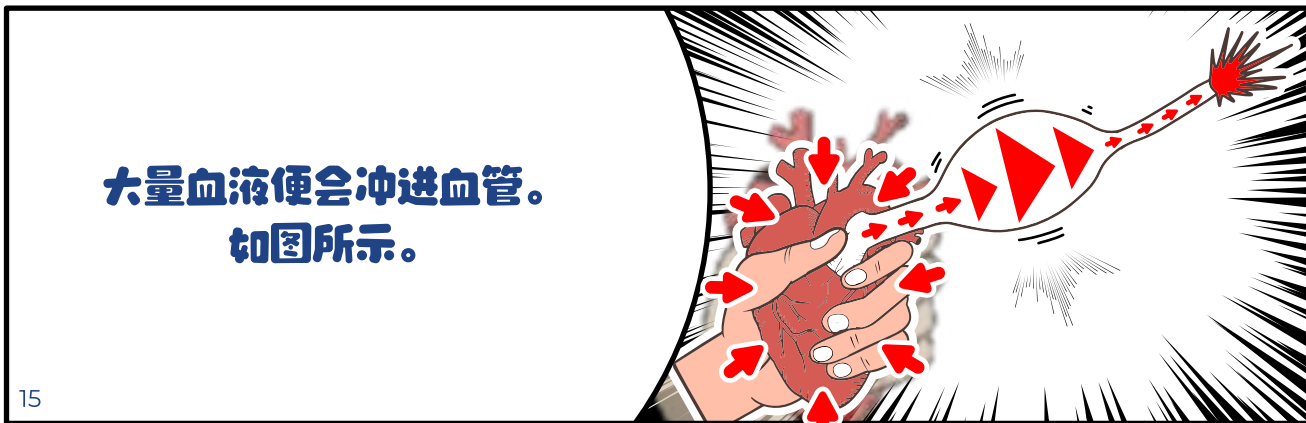
联系我们的线上药房服务：019-612 9006

营业时间：
9.00 a.m. to 10 p.m.
星期一至星期日



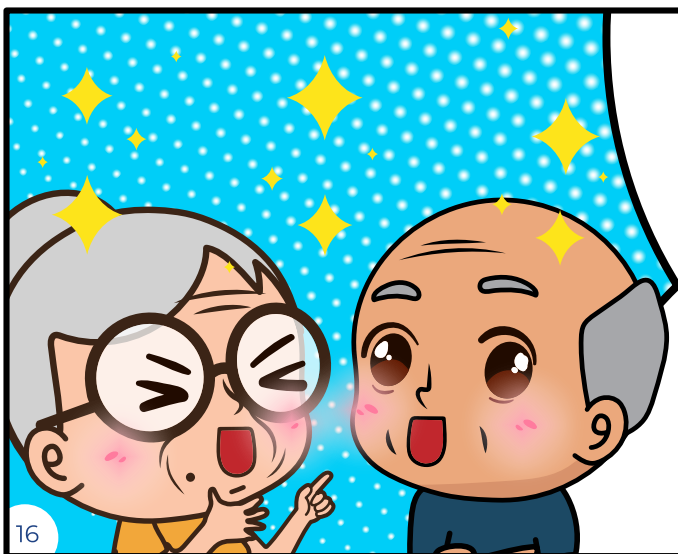
14

不过如果心脏跳得更厉害，
或者节奏变快，



15

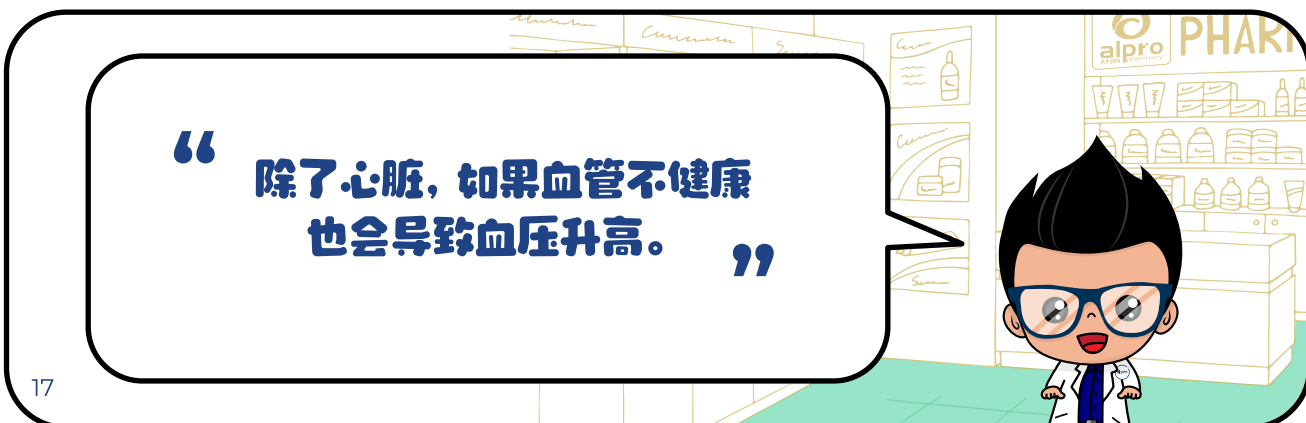
大量血液便会冲进血管。
如图所示。



16

现在你知道我们为什么脸红的时候
会心跳加速了吗？！因为血压升高了！

哦，我现在脸红，一定是因为
血管很饱满。。。



17

“ 除了心脏，如果血管不健康
也会导致血压升高。 ”

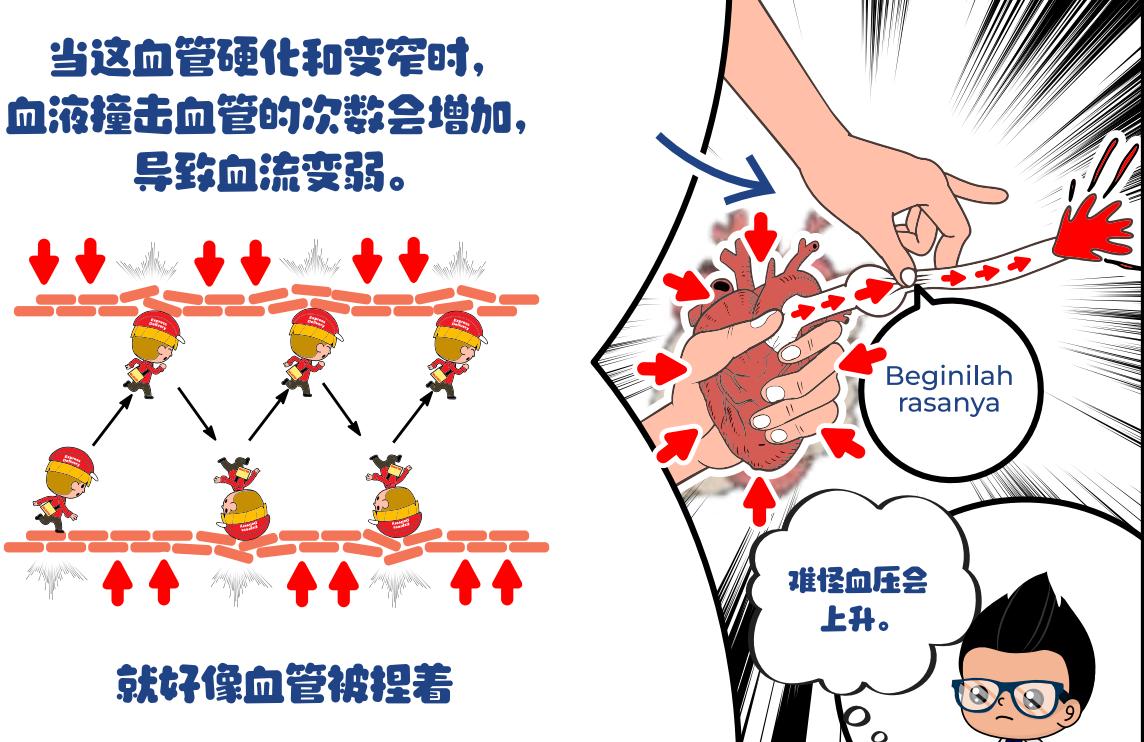
需要帮助？

联系我们的线上药房服务：019-612 9006

营业时间：
9.00 a.m. to 10 p.m.
星期一至星期日

2.2 血管硬化和变窄。

当这血管硬化和变窄时，
血液撞击血管的次数会增加，
导致血流变弱。



就好像血管被捏着

Beginilah rasanya

难怪血压会上升。

18

2.3 血液增加



当我们体内的血液增加时，就会好像快递员们都在挤着同一条路。

所以，血管被撞击的次数也会越来越多。

19

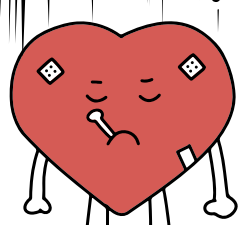
就好像在一个局限的通道里同时有多量车子要同时经过。好像在大道塞车那样。

三条不一样的路变成一条。

3 jalan berbeza menuju kepada 1 jalan


20

3. 高血压的风险



21

首先，我们的心脏可能承受不了太久。这是因为，虽然太多的血流量或血管变窄，但我们的心脏会尽可能像正常情况下的充血，导致血管有压力。

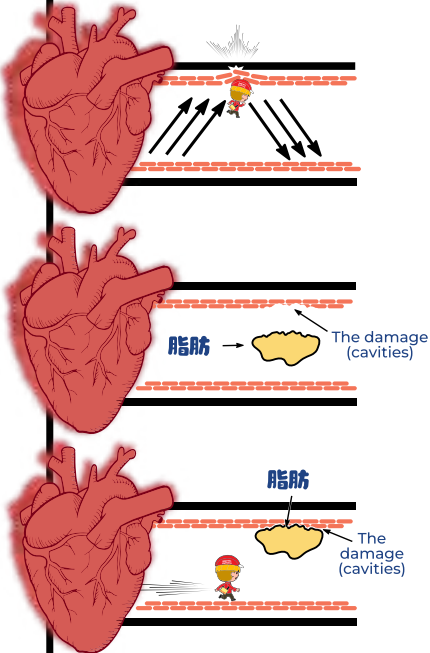


22

“ 如果有高血压，心脏和血管容易超负载导致心脏衰竭。救命 ”

TOLONG!

4. 为什么拥有健康的血管很重要？



23

当血流的压力更大时，这会增加血管受伤的概率。

当血管受伤时，就会有小东西尝试停留例如脂肪。

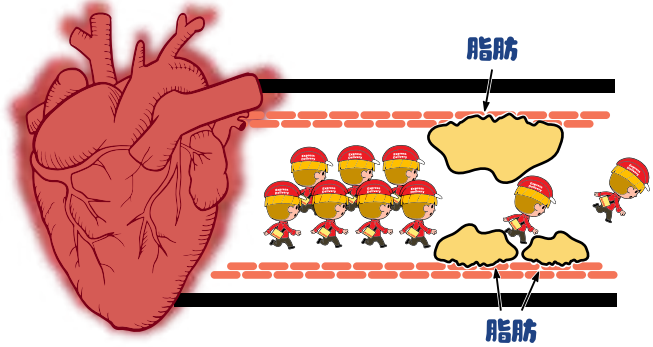
脂肪是一种油腻且粘腻的物质。平时跟着快递员一起送货，但当遇到崎岖不平的路时，脂肪容易被遗留下来，然后粘在受伤的血管上。

需要帮助？

联系我们的线上药房服务：019-612 9006

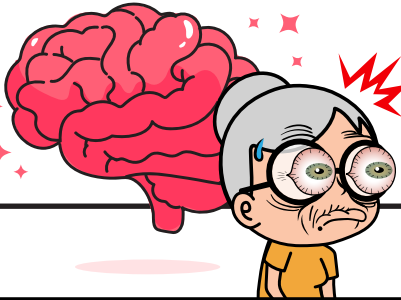
营业时间：
9.00 a.m. to 10 p.m.
星期一至星期日

当大量的脂肪累计时，便会形成脂肪包，也被称作“斑块”。



24

Menunggu pengantaran...



为什么我的氧气还没到我脑里？

现在当血管有阻尼时，我们便能体会到等待的滋味。

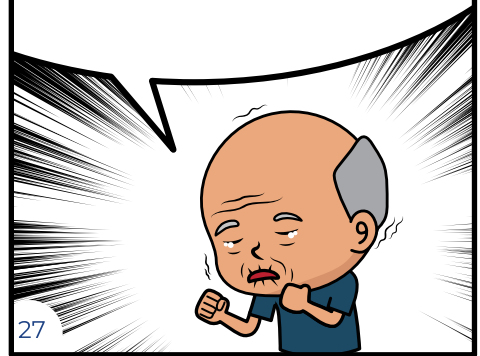
25

“当我们的细胞缺少氧气和其他营养时，细胞会在几分钟内死去。就好像血流中断，会导致我们中风，心脏病，急性肾功能衰竭以及其他的严重性突发疾病。”



26

我的心脏好像阻塞了，肾也变弱了。



27

这还没完如果血压一直在较危险（高）水平。血管每天都被撞击，有一天会——

一旦血管爆裂，有可能导致脑出血，或视网膜血管爆裂，有可能导致失明

BOOM!

.....



28

需要帮助？

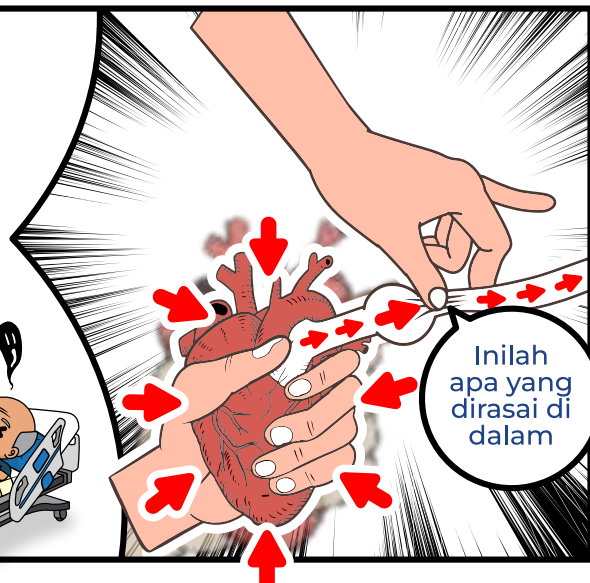
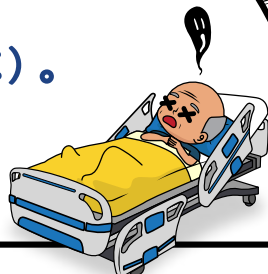
联系我们的线上药房服务：019-612 9006

营业时间：
9.00 a.m. to 10 p.m.
星期一至星期日

7

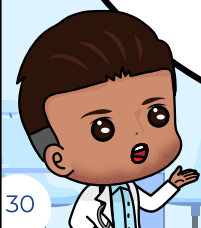
所以我们希望你**知道**。实际上**高血压**其实很危险。如果**血管**压力太大又被堵住，会导致严重的健康问题，甚至死亡。

捏着血管（就好像这样）。



29

我们平时不会感觉到任何不同。但当情况被低估时，会导致**血管**坍塌引发很严重又致命的健康问题。



Doctor Ram

30

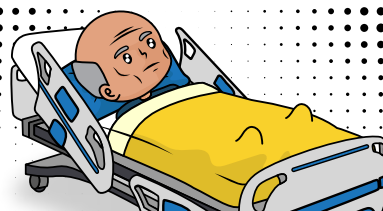
“为了面对这种**隐形杀手**，我们不能让其成长到不可控的地步。”



31

吃重咸食物，抽烟，喝酒，迟睡，变胖，压力变大，年龄增长和亲人有高血压的病史。

这些都有可能**导致**健康问题，**血管**问题，也是直接增加**高血压**的概率。



32

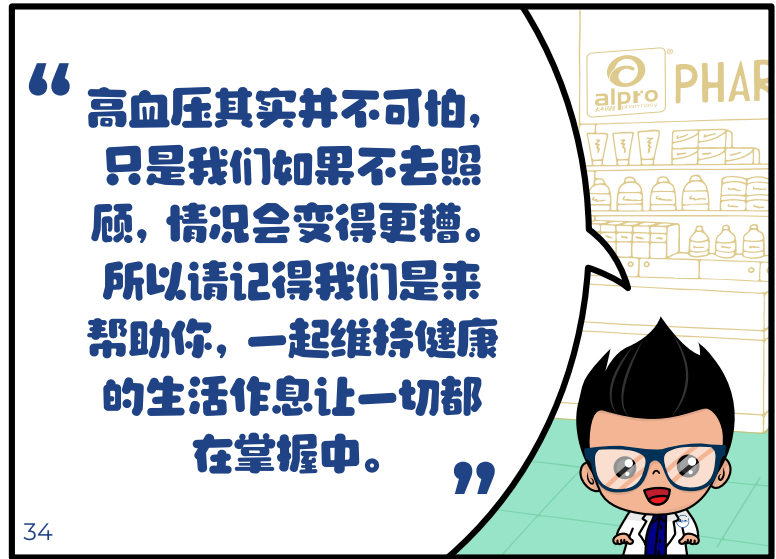
需要帮助？

联系我们的线上药房服务：**019-612 9006**

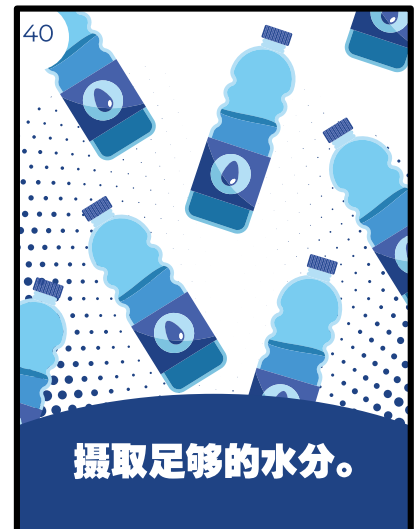
营业时间：
9.00 a.m. to 10 p.m.
星期一至星期日

8

5. 我们该怎么应对?



做这些来维持健康的血压





血压能够 被控制!

开始检测你
的血压吧!

SCAN QR CODE FOR
ALPRO STORE LOCATOR



Illustrated by : Mohamad Fikri