



Why does high blood pressure matter?

High blood pressure often has no symptoms, but it can damage the heart, brain, kidneys, and eyes. A reading around 180/120 mm Hg or higher can be a hypertensive crisis. If high blood pressure comes with chest pain, shortness of breath, or stroke signs, call 911.

Emergency Warning Signs



BP 180/120+

Very high blood pressure may be an emergency if symptoms are present.



Chest pain

Pressure, tightness, or pain in the chest.



Shortness of breath

Trouble breathing or feeling like you cannot get air.



Stroke signs

Face drooping, arm weakness, speech trouble, confusion.



Vision changes

Blurred vision, loss of vision, or new trouble seeing.



Severe headache

Bad headache, dizziness, or confusion with high BP.



Heart symptoms

Fast heartbeat, weakness, back pain, or feeling very ill.



Call 911

Do not wait for the number to come down if symptoms are present.

What Should You Do?



GREEN - Track & Prevent

Check BP, take medicines as prescribed, reduce salt, move daily, and keep appointments.



YELLOW - Call a Doctor

Repeated high readings or missed medicines. Ask how to safely adjust your care plan.



RED - Call 911 Now

BP 180/120+ with chest pain, shortness of breath, stroke signs, vision changes, or severe headache.

Higher Risk:

Diabetes, kidney disease, obesity, smoking, family history, older age, stress, high-salt diet, or missed BP medicine.



SCAN FOR VIDEOS

Ask: "Is this a hypertensive emergency?"
Bring your BP readings and medicines.

Need Help? Call 911 for emergencies. For local referrals, dial 2-1-1.

For educational purposes only. Always consult a healthcare professional.



¿Por qué importa la presión alta?

La presión alta muchas veces no tiene síntomas, pero puede dañar el corazón, cerebro, riñones y ojos. Una lectura cerca de 180/120 mm Hg o más puede ser una crisis hipertensiva. Si viene con dolor de pecho, falta de aire o señales de derrame, llame al 911.

Señales de emergencia



180/120 o más

La presión muy alta puede ser emergencia si hay síntomas.



Dolor de pecho

Presión, opresión o dolor en el pecho.



Falta de aire

Dificultad para respirar o sentir que falta aire.



Señales de derrame

Cara caída, brazo débil, habla difícil o confusión.



Cambios de visión

Visión borrosa, pérdida de visión o dificultad para ver.



Dolor fuerte de cabeza

Dolor fuerte, mareo o confusión con presión alta.



Síntomas del corazón

Latidos rápidos, debilidad, dolor de espalda o sentirse muy mal.



Llame al 911

No espere a que baje si hay síntomas.

¿Qué debe hacer?



VERDE - Controle

Revise la presión, tome medicinas, baje la sal, muévase y vaya a sus citas.



AMARILLO - Llame al médico

Lecturas altas repetidas o medicinas olvidadas. Pregunte cómo ajustar su plan.



ROJO - Llame al 911

180/120+ con dolor de pecho, falta de aire, señales de derrame, visión o dolor fuerte de cabeza.

Mayor riesgo:

Diabetes, enfermedad renal, obesidad, fumar, historial familiar, edad avanzada, estrés, mucha sal o no tomar medicinas.



ESCANEE PARA VIDEOS

Pregunte: "¿Es una emergencia hipertensiva?"
Lleve sus lecturas y medicinas.

¿Necesita ayuda? Llame al 911 para emergencias. Para recursos locales, marque 2-1-1.

Solo con fines educativos. Consulte siempre a un profesional de la salud.