

- Артеріальний тиск природно коливається протягом дня і у відповідь на певні види діяльності, такі як фізичні вправи та відпочинок.
- Зазвичай не корисно перевіряти артеріальний тиск щодня, оскільки це може викликати непотрібний стрес.
- Таблетки від артеріального тиску можна приймати тільки після консультації з лікарем.
- Якщо лікар рекомендує приймати таблетки від артеріального тиску, їх слід приймати в один і той же час щодня.
- Не приймайте більше таблеток від артеріального тиску, ніж рекомендує лікар, оскільки це може спричинити шкідливі побічні ефекти, такі як пошкодження нирок та надто низький артеріальний тиск.