

¿Qué medicinas se usan para la presión arterial alta y cómo trabajan?

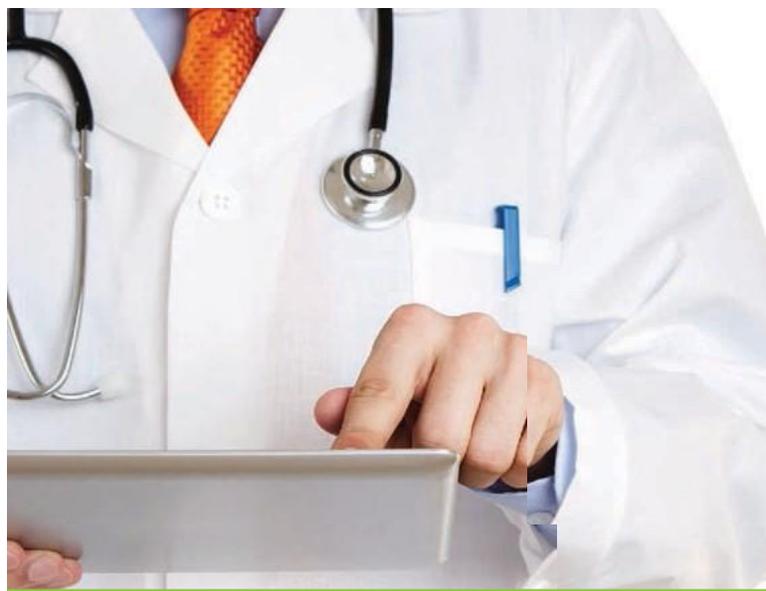
Categoría de medicina (Medicinas comunes usadas)	Cómo trabajan
Diuréticos – CTZ, Chlorthalidone, Spironolactone	A veces llamadas “pastillas de agua” porque trabajan en los riñones y eliminan el exceso de agua y sodio del cuerpo a través de la orina.
Bloqueadores Beta – Metoprolol, Atenolol	Reducen los impulsos nerviosos al corazón y vasos sanguíneos. Hacen que el corazón lata menos a menudo y con menos fuerza. La presión arterial baja y el corazón trabaja menos.
Inhibidor del enzima convertidor de angiotensina – Lisinopril, Prinivil, Ramipril, Quinapril	Detienen al cuerpo de hacer una hormona llamada angiotensina II, que causa que los vasos sanguíneos se estrechen. Los vasos sanguíneos se relajan y la presión baja.
Bloqueadores del canal de calcio – Amlodipine, Felodipine, Diltiazem, Verapamil	Evitan que el calcio penetre las células del músculo del corazón y los vasos sanguíneos. Los vasos sanguíneos se relajan y la presión baja.
Bloqueadores alfa – Terazosin, Prazosin, Doxazosin	Reducen los impulsos nerviosos a los vasos sanguíneos, permitiendo que la sangre pase más fácilmente.
Bloqueadores alfa-beta – Labetolol, Carvedilol	Trabajan igual que los bloqueadores alfa pero también hacen los latidos del corazón más lentos como los betas.
Inhibidores del sistema nervioso - Clonidine	Relajan los vasos sanguíneos al controlar los impulsos nerviosos.
Vasodilatadores – Hydralazine	Directamente abren los vasos sanguíneos al relajar el músculo en la pared de los vasos.

Control de la presión arterial alta con medicinas



Eat Well Live Well for Healthy Blood Pressure es una coalición de más de 50 organizaciones, encabezadas por la Rochester Business Alliance y la Rochester Finger Lakes Health Systems Agency, cuyo objetivo es mejorar la salud de la región de Rochester reduciendo el impacto serio de la presión arterial alta en nuestra comunidad. Para información adicional visite www.iHeartEatWellLiveWell.org.





Si tiene presión arterial alta, su doctor podría darle una o más medicinas para ayudar a controlarla.

Hay muchas medicinas disponibles para bajar la presión arterial. Trabajan de maneras diferentes.

Trabaje con su doctor para obtener la medicina y dosis mejor para usted. **Si tiene efectos secundarios, dígalos a su doctor.** Si no puede pagar su medicina, dígalos a su doctor o farmacéutico. Podría haber otras medicinas más baratas.

Tome su medicina. Tomar las medicinas según prescritas puede ayudar a prevenir ataque cardíaco, apoplejía o fallo congestivo del corazón.



Es fácil olvidar tomar las medicinas. Consejos para recordar tomar las medicinas para la presión arterial:

- Ponga una foto suya o de un ser querido en la refrigeradora con la nota que dice, “Recuerda tomar tu medicina.”
- Mantenga su medicina en la mesa de noche al lado de su cama.
- Mantenga su medicina al lado del cepillo de dientes y tómla después de cepillarse los dientes.
- Ponga una nota adhesiva en lugar visible, tal como refrigeradora, espejo o puerta.
- Establecer sistema con amigo que toma medicinas a diario y recordarse mutuamente.
- Pida a su niño o nieto que le llame a diario para recordarle. Una gran manera de mantener contacto, ¡y a los niños les gusta ayudar a los adultos!
- Ponga sus medicinas en una caja semanal para pastillas, vendidas en muchas tiendas y farmacias.
- Si usa computadora a diario, establezca un recordatorio o email.
- Recuerde sus repuestos. Anote en un calendario cuando le toca el otro repuesto, y obtenga la medicina una semana antes de terminarla.
- Puede descargar recordatorio de medicina a su teléfono, tal como MYMedList.

Usted podría tomar medicinas y aún no tener controlada su presión arterial. Todo el mundo—especialmente los adultos mayores—deben cuidar de mantener su presión arterial por debajo de 140/90 mmHg. Si su presión arterial es más alta que eso, consulte a su doctor. Él podría tener que ajustar sus medicinas o trabajar con usted para hacer cambios en el estilo de vida para ayudar a mantener sana su presión arterial.



Chequee su presión arterial a menudo
– en el colmado, farmacia, centro o en casa – y lleve un

récord de las lecturas. Traiga sus lecturas a las visitas médicas. Algunas de las medicinas sin receta, tales como las de artritis y dolor, y suplementos dietéticos tal como efedra, ma haung y naranja agria, pueden subir su presión. Diga a su doctor acerca de las medicinas sin receta o suplementos que toma y pregunte si le hacen más difícil controlar su presión arterial.

Visite www.iHeartEatWellLiveWell.org para los lugares de los kioscos de presión arterial en el área de la comunidad de Rochester.