



CONTACT NEMS

CONTÁCTENOS:

1-888-500-1886

WWW.NEMS.ORG

Questions	Answers
<b>I feel fine! Why do I need to take medications?</b>	People with high blood pressure often do not have any symptoms. Even though you do not feel anything, your high blood pressure can still damage your blood vessels and organs. Medications will lower your chance of having a heart attack and stroke.
<b>My blood pressure is normal at home but high in clinic. Why should I worry?</b>	If your blood pressure is high in clinic because you are nervous or stressed, most likely it is also high whenever you are in a stressful situation. This may include having an argument with a family member, missing your bus, stress from work, etc. These frequent “highs” of your blood pressure can also cause damage to your blood vessels and organs over time.
<b>Will I get side effects from medication?</b>	All medications have side effects, but the benefits of the medications outweigh the risks. Your doctor is aware of the side effects of each medication. They will likely monitor for side effects at your next visit or with future blood tests.
<b>Will medications damage my body?</b>	NOT taking your medications will allow your high blood pressure to damage your blood vessels, brain, heart, and kidneys. It is very important to take your medications as prescribed. Blood pressure medications help, not harm your body.
<b>Will I get addicted to my medications?</b>	No. You cannot become addicted to your blood pressure medications.
<b>Will I have to take these medications forever?</b>	Most people who take blood pressure medications need to take them for their whole life. However, some people are able to lose weight, eat less sodium, or stop smoking. This can help decrease your blood pressure so that medications are no longer needed.
<b>Besides taking medication, what else can I do?</b>	You can: Keep a normal body weight, exercise regularly, eat a balanced and healthy diet, quit smoking, and cut down on alcohol.

**Free Blood Pressure Check at the following NEMS locations**

**Chinatown Stockton Clinic 1520 Stockton St., SF**  
**1st Floor Health Promotion Room**

**Every Tuesday, Friday, and Saturday 8:00am-12 pm, 1pm-5pm**

Tenga en cuenta que esta información no tiene la intención de diagnosticar problemas de salud ni sustituye el consejo de un profesional médico. North East Medical Services se exime de cualquier responsabilidad por las decisiones que usted tome basadas en esta información. Please note that this information is not intended to diagnose health problems or to replace the advice of a health care professional. North East Medical Services disclaims any liability for the decisions you make based on this information.

NEMS complies with all applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

Free language assistance services and auxiliary aids and services are available.

Si habla español, se encuentran disponibles servicios de asistencia lingüística gratuitos y ayudas/servicios auxiliares.

如果您說中文，我們可提供免費語言協助和輔助設施服務。

Nếu quý vị nói tiếng Việt, chúng tôi có thể cung cấp dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí và các thiết bị và dịch vụ hỗ trợ phụ trợ.



CONTACT NEMS

CONTÁCTENOS:

1-888-500-1886

WWW.NEMS.ORG

Preguntas	Respuestas
<b>¿Me siento bien! ¿Por qué necesito tomar medicamentos?</b>	Las personas con presión arterial alta a menudo no tienen ningún síntoma. Aunque no sienta nada, su presión arterial alta puede dañar los vasos sanguíneos y los órganos. Los medicamentos reducirán la probabilidad de sufrir un ataque cardíaco y un accidente cerebrovascular.
<b>Mi presión arterial es normal en casa, pero alta en la clínica. ¿Por qué debería preocuparme?</b>	Si su presión arterial es alta en la clínica es porque está nervioso o estresado, lo más probable es que también sea alta cuando se encuentra en una situación estresante. Esto puede incluir tener una discusión con un miembro de la familia, perder el autobús, el estrés del trabajo, etc. Estos frecuentes "altos" de la presión arterial también pueden causar daño a los vasos sanguíneos y órganos con el tiempo.
<b>¿Tendré efectos secundarios por los medicamentos?</b>	Todos los medicamentos tienen efectos secundarios, pero los beneficios de los medicamentos superan los riesgos. Su médico está al tanto de los efectos secundarios de cada medicamento. Es probable que controle los efectos secundarios en su próxima visita o con futuros análisis de sangre.
<b>¿Los medicamentos dañarán mi cuerpo?</b>	NO tomar sus medicamentos permitirá que su presión arterial alta dañe los vasos sanguíneos, el cerebro, el corazón y los riñones. Es muy importante tomar sus medicamentos según lo recetado. Los medicamentos para la presión arterial ayudan, no dañan su cuerpo.
<b>¿Me volveré adicto a mis medicamentos?</b>	No. No puede volverse adicto a sus medicamentos para la presión arterial.
<b>¿Tendré que tomar estos medicamentos para siempre?</b>	La mayoría de las personas que toman medicamentos para la presión arterial necesitan tomarlos durante toda su vida. Sin embargo, algunas personas pueden perder peso, comer menos sodio o dejar de fumar. Esto puede ayudar a disminuir la presión arterial para que los medicamentos ya no sean necesarios.
<b>Además de tomar medicamentos, ¿qué más puedo hacer?</b>	Puede: Mantener un peso corporal normal, hacer ejercicio regularmente, comer una dieta equilibrada y saludable, dejar de fumar y reducir el consumo de alcohol.

**Chequeo gratuito de la presión arterial en las siguientes ubicaciones de NEMS**

**Clínica Chinatown Stockton 1520 Stockton St., SF**  
**1ª Planta Sala de Promoción de la Salud**

**Todos los martes, viernes y sábados de 8:00 a.m. a 12 p.m., de 1 p.m. a 5 p.m.**

Tenga en cuenta que esta información no tiene la intención de diagnosticar problemas de salud ni sustituye el consejo de un profesional médico. North East Medical Services se exime de cualquier responsabilidad por las decisiones que usted tome basadas en esta información. Please note that this information is not intended to diagnose health problems or to replace the advice of a health care professional. North East Medical Services disclaims any liability for the decisions you make based on this information.

NEMS complies with all applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

Free language assistance services and auxiliary aids and services are available.

Si habla español, se encuentran disponibles servicios de asistencia lingüística gratuitos y ayudas/servicios auxiliares.

如果您說中文，我們可提供免費語言協助和輔助設施服務。

Nếu quý vị nói tiếng Việt, chúng tôi có thể cung cấp dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí và các thiết bị và dịch vụ hỗ trợ phù hợp.