高血壓，~~也稱為高血壓症或高血壓病，~~是一種常見的慢性疾病，其特徵是動脈血壓持續升高~~，在持續的時間內超過正常範圍~~。

~~正常情況下，~~心臟將血液泵送到全身，血液在動脈中流動時產生的壓力被稱為血壓。~~根據常見的血壓分類，~~正常的血壓範圍是指收縮壓（收縮時心臟對血液施加的壓力）在90到120毫米汞柱（mmHg）之間，舒張壓（心臟在放鬆時血液對血管壁的壓力）在60到80毫米汞柱（mmHg）之間。若收縮壓超過140毫米汞柱，或舒張壓超過90毫米汞柱，被認為是高血壓。

高血壓通常分為兩個分類：

1. 原發性或本態性高血壓：這是最常見的高血壓形式，沒有明確的原因，可能與遺傳、生活方式因素、年齡和其他未知因素有關。

2. 次發性高血壓：這是由於其他疾病或藥物使用引起的高血壓。例如，腎臟疾病、內分泌疾病、某些藥物等可能導致血壓升高。

高血壓是心血管疾病的主要風險因素之一，可能導致心臟病、中風、腎臟疾病和其他健康問題。

控制高血壓的方法包括改變生活方式和藥物治療。生活方式上的改變包括飲食調整、適量運動、減少鈉攝入、限制酒精和戒菸等。藥物治療則根據個人情況和血壓水平選擇適合的藥物。

預防和治療高血壓的方法除了服用醫師開立的藥物外，還可以從生活型態上做改善，