

Nā Māhele o ke Koko



MĀHELE KAOMI KOKO	SYSTOLIC mm Hg (helu luna/helu ki'eki'e)		DIASTOLIC mm Hg (helu lalo/helu ha'aha'a)
MA'AMAU	'OI AKU KA LI'ILI'I MA MUA O 120	a	'OI AKU KA LI'ILI'I MA MUA O 80
KI'EKI'E	120 – 129	a	'OI AKU KA LI'ILI'I MA MUA O 80
KE KI'EKI'E O KA PAE 1 (Kaha Koko Ki'eki'e)	130 – 139	a i 'ole	80 – 89
KE KI'EKI'E O KA PAE 2 (Kaha Koko Ki'eki'e)	140 A I 'OI AKU	a i 'ole	90 A I 'OI AKU
KE KOKO KI'EKI'E KO'IKO'I (Inā 'a'ohe ou mau hō'ailona*, e kelepona i kâu loea mālama ola)	'OI AKU MA MUA O 180	a/a i 'ole	'OI AKU MA MUA O 120
PŌPILIKIA KOKO KI'EKI'E (Inā loa'a iā 'oe kekahi o kēia mau hō'ailona*, e kelepona iā 911)	'OI AKU MA MUA O 180	a/a i 'ole	'OI AKU MA MUA O 120

*Nā Hō'ailona: 'eha umauma, pōkole o ka hanu, 'eha kua, pau ka mana'o, nāwaliwali, ho'ololi i ka 'ike maka, a i 'ole pilikia i ka 'ōlelo 'ana

heart.org/bplevels (pūnaeweale ma ka 'ōlelo Pelekania)

© Kuleana kope 2025 American Heart Association, Inc., 501(c)(3) he hui waiwai 'ole.
Mālama 'ia nā kuleana a pau. Pāpā 'ia ka ho'ohana 'ole 'ia me ka 'ae 'ole.
WF-950650 9/25