



健康血壓。 健康大腦。

隨著年齡的增長，大腦發生變化是很正常的。健康的血壓可以降低記憶喪失及思維混亂的風險。請遵照醫療保健提供者的指引來控制血壓。



獲取更多資訊

關於控制血壓

- 注意風險
<https://www.mindyourrisks.nih.gov>
- 關心大腦健康 (Take Brain Health to Heart)
<https://dph.sc.gov/diseases-conditions/conditions/cognitive-impairment-dementia-and-alzheimers-disease/take-brain>
- 高血壓
<https://www.cdc.gov/bloodpressure>
- Million Hearts 倡議
<https://millionhearts.hhs.gov>

關於大腦健康

- CDC 阿茲海默症及健康老齡化計畫 (Alzheimer's Disease and Healthy Aging Program)
<https://www.cdc.gov/alzheimers-dementia/>
- 美國各州慢性疾病主任協會健康老齡化計畫 (National Association of Chronic Disease Directors Healthy Aging Programs)
<https://www.chronicdisease.org/page/HealthyAging>
- 阿茲海默症協會 (Alzheimer's Association)
<https://www.alz.org>



**NATIONAL ASSOCIATION OF
CHRONIC DISEASE DIRECTORS**
Promoting Health. Preventing Disease.



「CDC」標誌為美國衛生及公眾服務部所有，並經許可使用。本標誌的使用不代表 HHS 或 CDC 對任何特定產品、服務或企業的認可。

將阿茲海默症資訊整合到慢性疾病項目 (Integrating Alzheimer's Messages into Chronic Disease Programs) 計畫由美國衛生及公眾服務部 (U.S. Department of Health and Human Services, 簡稱 HHS) 轄下的疾病控制及預防中心支援，為總額達 50 萬美元的財政援助獎勵的一部分，100% 由 CDC/HHS 提供資助。本資料內容是作者的觀點，並不一定代表 CDC/HHS 或美國政府的官方觀點或獲得其認可。

