

市第一人民医院高血压达标中心提醒： 重视高血压 远离并发症

□本报记者 魏应钦 文/图

高血压是我们常见的一种疾病，也是心脑血管疾病的重要危险因素，是损伤心、脑、肾等重要器官的潜在威胁。血压越高，心、脑、肾等主要器官的血管受到损害的风险就越大。最新数据显示，我国的高血压患者目前大约有2.9亿人，我省目前大约有2000万人。与高血压的高发病率相比，我国高血压的控制率却处于较低水平，具有“三低一高”的特点，即低知晓率、低控制率、低达标率和高发病率。

高血压患者年轻化

“近年来，年轻人高血压发病率有升高的趋势，门诊上经常遇到十六七岁的患者。”5月7日下午，市第一人民医院高血压主任、心内三科副主任赵文娟表示，高血压这一慢性疾病目前不再是我们所认知的那样常发于中老年人。由于工作压力大，不良生活习惯、肥胖、缺乏锻炼等原因，越来越多的年轻人逐渐遭到高血压的困扰。年轻人有了高血压，一定要遵医嘱按时服用降压药，平时在生活中也要注意缓解工作压力和改善生活习惯。

赵文娟说，正常情况下，人在静息时的血压应该低于140/90mmHg，若是超出这个上限，或者在三个不同的时间测量均超过140/90mmHg，即可诊断为高血压。高血压是一种以动脉血压持续升高为主要表现的慢性疾病，常引起心、脑、肾等重要器官出现严重的并发症。早期症状包括头痛、眩晕、心悸、胸闷、气短、肢体麻木等。但是，不少病人平时没有丝毫症状，或者仅在早期有轻微症状，如轻微头晕、头痛等，极易被忽视，从而造成高血压患者知晓率低。长期的血压升高得不到有效的控制，容易引起各种并发症，例如冠心病、心绞痛、心肌梗死、脑卒中、肾病等疾病甚至猝死，被称为无声的杀手。目前为止，只有少部分的继发性高血压可以查到病因，从根本上得到治疗，但仍有大部分原发性高血压查不到病因，那么治疗的目的是控制病情，将血压控制在正常范围内，不引发其他并发症。因此，建议人们每年到正规医院检查一次，做到早发现、早诊断、早治疗，与此同时，还要提高服药依从性，这样才能有效控制好血压。



赵文娟在为患者诊疗

高血压“伤心”“伤脑”又“伤肾”

“高血压本身并不可怕，可怕的是它的并发症，会导致多个器官受损。”赵文娟说，有数据显示，在脑卒中患者中，约有70%都与高血压有关，而脑卒中又可导致痴呆、瘫痪、致死、致残等严重后果。高血压还会诱发心梗、冠心病、心衰等疾病。高血压若长期没有得到治疗，可导致肾小球压力增高，导致肾小动脉硬化发生病变，进而影响肾功能，甚至可

导致肾衰竭。另外，高血压患者中，有不少人都伴随眼底病变，可影响患者的视力，甚至造成失明。总之，血压高造成的危害是很大的。

赵文娟表示，高血压分为原发性高血压与继发性高血压两大类。与只能终身服药控制的原发性高血压不同，继发性高血压是由于其他疾病导致血压升高，找到病因并祛除后，高血压往往可以治愈。为了

避免对健康造成严重损害，高血压患者在生活中要严格控制好血压，坚持在医生指导下规律服药治疗，不可擅自停药或改变药量。生活中也要注意调节饮食，不吃高盐、高脂肪的食物，还应积极进行各项运动，保持轻松、愉悦的心态。生活习惯的调节配合药物治疗，可以使血压得到良好的控制，也可以防止高血压并发症的发生。

知晓高血压的危害，规范治疗

“目前，人们对高血压的认识还存在不少误区，比如没有症状就不需要治疗、降压药物有依赖性、过度地夸大药物的副作用等。”赵文娟说，近年来，市第一人民医院积极通过多种途径让广大群众重视高血压，知晓其严重危害，规范诊治。

据介绍，2019年，市第一人民医院荣获中国高血压达标中心、中国心血管健康联盟等认证授牌，标志

着该院高血压疾病的规范化诊疗又上了一个新台阶。近年来，市第一人民医院高血压达标中心通过开展创新诊疗管理方式，为高血压患者提供更加科学、规范、专业的健康服务。作为中心负责人，赵文娟专门建立了高血压患者微信群，对高血压患者进行健康宣教和问诊随访，并在微信群里开展“高血压患者健康云课堂”，定期进行高血压健康知

识讲座，受到广大患者一致称赞。另外，为了促进高血压的规范诊治，让群众重视高血压，尽早就医，该中心还经常通过院内宣教、社区科普教育、义诊筛查等多渠道向公众宣传，并结合基础社区医护人员的教育培训，把分级诊疗的成果惠及更多市民。自2019年以来，该中心组织开展几十场患教会，着力提高广大群众对高血压的认识。

市中医院妇产科致力破解不孕不育难题 仁心仁术情系万家 中西合璧助力圆梦

“没有孩子，我的生活缺失了一大块。”家住示范区的叶女士再婚后想和丈夫要个健康的宝宝，无奈她曾多次流产、宫外孕，让孕育成了难圆的“梦”。得知平顶山市中医医院妇产科开设规范不孕不育治疗后，叶女士找到科室寻求治疗。在市中医院中西医结合的“精准助孕”下，今年4月，叶女士终于成为幸福的母亲。

难——再婚后不孕，饱受压力折磨

叶女士今年36岁，2019年经朋友介绍，得知市中医院开展中西医结合不孕不育治疗，内心燃起希望之光。

市中医院妇产科主任孙秋峰仔

细问诊各方面情况后，建议叶女士进行输卵管造影检查。结果显示：她的双侧输卵管一侧梗阻，另一侧通而不畅。结合其他辅助检查结果，被诊断为输卵管性不孕、盆腔炎、多囊卵巢综合征。

明确诊断后，在科室成熟的宫腹腔镜联合手术的护航下，孙秋峰成功为叶女士实施了输卵管疏通整形术。住院期间，科室中医团队通过中医望闻问切、四诊合参，进行中医辨证论治。根据叶女士的痰湿瘀滞的体质，科室采用化痰祛湿、行气化瘀的方法，通过中医五联疗法——中药内服、盆腔注射、中药穴位贴敷、中药直肠滴入、中药封包外敷进行治疗。

喜——精准助孕，喜迎健康宝宝

孙秋峰说，市中医院妇产科中医团队成员经验丰富，詹杰主任中医师、左瑞芬副主任、王艺主治医师等曾多次到国内省级中医院不孕不育科、生殖医学科进修。在中医治疗方面，中药口服遵循中医“整体调养，阴平阳秘”的思路，根据每个患者自身体质不同辨证用药，扶正固本，改善盆腔内微循环；中药直肠给药则经直肠黏膜直接吸收的药物可快速在盆腔弥散，促进盆腔血液循环，改善组织营养，降低毛细血管通透性，减少炎症渗出，有利于抑制结缔组织增生，促进局部炎症消散；中药封包

外敷加强了口服与直肠给药的效果，增加了药力。

通过中西医结合助孕治疗3个月，叶女士成功怀孕。经过定期、规范的产前检查，今年年初，叶女士顺利分娩。

深耕不孕不育专业诊疗数十年，市中医院在妇产科诊疗的道路上孜孜以求、深耕细作，成为患者心中的“助孕圣手”，帮助更多家庭看见曙光。每年，该院妇产科副主任医师赵春燕不孕不育门诊量达1.5万余人次，助力众多女性圆了妈妈梦。在中西医结合的优势背景下，科室形成了中西医结合的诊疗特色，为推动鹰城妇幼健康事业高质量发展作出重要贡献。（李莹）