

5月17日是世界高血压日,专家提醒: 警惕“无形杀手”高血压

□记者 魏应钦 文/图

本报讯 5月17日是世界高血压日,今年的主题是“准确测量,有效控制,健康长寿”。市第一人民医院心内三科副主任赵文娟表示,高血压是一种常见疾病,以血压升高为主要表现,是多种心脑血管疾病的重要病因。高血压会影响心、脑、肾等重要脏器的结构和功能,最终导致脏器的衰竭。值得警惕的是,高血压常被称为“无形杀手”,血压升高可能不会产生警示信号或症状表现,因此大多数高血压患者不会意识到自己有危险。

高血压分为原发性高血压和继发性高血压

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。我国高血压患病率较高,然而患者对病情及其危害的知晓率较差,血压达标率和药物依从性也不高。

赵文娟介绍说,高血压起病缓慢、渐进,20%的人可无症状。一般常见症状有头晕、头痛、恶心、疲乏

无力、鼻出血等;如果脏器受累,还可表现为心悸、胸闷、心绞痛和多尿等。高血压分为原发性和继发性两种,我们常常听到的是原发性高血压。原发性高血压是指原因不明的高血压,占90%,目前很难根治,但能控制。继发性高血压是指血压升高有明确病因,占5%-10%,大多由肾脏疾病、内分泌疾病所致。随着医学的发展,目前已发现有50多种疾病可引起血压升高,比较常见的有以下几种:青光眼、甲状腺疾病、睡眠呼吸暂停综合征、主动脉缩窄、原发性醛固酮增多症、皮质醇增多症、肾炎、肾动脉狭窄、焦虑症等。

继发性高血压的检出在临床高血压的诊治中具有重要意义。市第一人民医院高血压门诊通过开展多种继发性高血压检查手段,包括动态血压监测、肾上腺静脉取血(AVS)、盐水负荷试验、肾素-血管紧张素-醛固酮系统检查、左侧肾上腺瘤、肾动脉狭窄、呼吸睡眠监测等,对有继发性高血压线索的患者进行专科检查,以明确继发性高血压的病因。针对病因的治疗可有力提高高血压的治愈率和控制率,避免靶器官的损害,改善生活质量。

高血压:“无形杀手”

“高血压患者中有症状的只占30%左右,约70%的高血压患者是没有症状的。”赵文娟说,无论是否有症状,高血压对人体的危害是一样的。因此,那些没有症状的患者,更不容易发现高血压,也就不会诊治。对于这部分患者来说,高血压就变成了更加危险的疾病。因此,我们称高血压为“无形杀手”。引起高血压升高的因素有很多,包括遗传、环境以及肥胖、超重等。高血压具有明显家族聚集性,父母双方均患高血压,子女患病率可达46%;父母单方面患病,子女患病率可达25%。高盐饮食、高脂肪饮食、抽烟、饮酒与血压升高具有正相关性。脑力劳动者高血压患病率高于体力劳动者。

赵文娟表示,得了高血压一定要找医生诊治。首先,需查清是什么原因引起的高血压,有无血脂异常症和糖尿病,有无心、脑、肾损害或相关疾病。其次,要坚持正确的生活方式,规律服药,平稳降压,任何降压药物的选择均应在医生指导下进行。

导读

市一院 NICU
成功救治
640克超早产儿

[B4]

“裸食”
帮代谢回归正常

[B5]

多吃蔬菜水果
有助于缓解压力

[B6]

女性吸烟越多
心理痛苦越大

[B6]

过敏性鼻炎
高发季
“通鼻五式”
缓解过敏

[B7]



5月17日上午,市一院心内三科的医护人员在该院门诊大厅举行“世界高血压日”义诊活动



健康视界



平顶山金融圈