

# 2亿人戴上高血压“高帽子”

高血压病的患病率逐年升高,已是不争的事实。目前估计,全国高血压病患者有2亿以上,还在以每年1000万人的速度继续增加。

## 1 “高帽子”戴上就摘不下来了

为什么高血压病的患病人群直线上升?专家指出三大成因:

一是体重普遍增加。20年间,中国人的体重平均增加三四公斤。体重与血压的升高成正比,体重越重,血压越高。

二是生活节奏加快,工作竞争激烈。生存的压力、工作的压力、竞

争的压力,导致现代人精神紧张,植物神经失调,血压也由此升高。

三是因为交际应酬增多,饮水量大大增加,吸烟也成为普遍现象,高血压病也自然紧随其后。而且高血压病因为病因不明,无法治愈,用专家的话说:“‘高帽子’戴上就摘不下来了。”

## 2 血压面前无小事

研究表明,无论是哪一类的高血压病,对脏器的损害都是十分严重的,如不加以控制,将产生各种不同的并发症,专家说,“这不是危言耸听”。

据介绍,在彩超的监测下,高血压病对心脏的损害可分为5个阶

段,从出现左心室舒张功能障碍,左心房代偿性扩大,室间隔肥厚,到左心室扩大,直至左心衰竭。

对大脑的损害也让人“心惊肉跳”,如一过性脑供血不足,脑卒中、肾功能障碍、衰竭,对脑血管、主动脉的损害最终导致周围血管疾病。

## 3 慎用腕式血压仪



绘图: 仁伟

高血压病既然如此凶险,一旦确诊之后,应到正规医院做全面检查,明确病因,对症服药,坚持治疗。

专家在此提醒说,高血压分为原发性高血压和继发性高血压,二者的治疗原则、用药治疗方案都不同,因此明确病因是首要问题。

服药后,必须每天坚持测血压。专家特别强调,在家自测血压的仪器,目前最准确的,还是水银柱血压计,电子测压计也可以用,但使用之前,应与水银柱血压计对比其误差。不推荐使用腕式或指套式血压计,因为测量结果不够准确。

人体血压与季节关系密切。比如生活在北京地区,“五一”之前,“十一”之后,血压偏高;六月至八月血压偏低。这与血管热胀冷缩有关。

天冷时,血管收缩,但血管中的血容量不会变化,因此血压升高,所以高血压病人在冬季时,降压药的用量要适当增加;而夏季血管扩张,出汗多,血压自然偏低,降压药的剂量也要相应减少,有人干脆就停药,但必须注意观

察血压的情况,一般医生都主张减药而不是停药。无论加药、减药、停药,都应该在医生的指导下进行,以免发生并发症。

高血压病是多基因的疾病,一般认为是遗传和环境综合作用的结果。

据流行病学调查:若父母双方都患有高血压病,子女的患病概率是45%;父母一方患有高血压病,子女患病的概率为28%,父母都正常者,只有3%的子女会患高血压病。

同时,除了父母一级亲属,二级亲属(包括祖父母、外祖父母)的患病情况对隔代也有明显的影响。若两代人都有高血压病,子女的发病率就更高。

一级亲属和二级亲属中,有一人患有高血压病,就可认为是有家族史的。据调查,16岁左右的孩子,有家族史与没有家族史,他们的血压有差别,尽管都在正常范围内。

## 4 降压药,今生与你难分手

高血压病因复杂,需要每天、长期、终身服药,以保护心脑血管和大血管免受损害。

目前的降压药,其药效持续时间少则6个小时,最长的也不

会超过24小时。每天服药是必须的。

有些高血压病患者缺乏常识,以为高血压病是可以治愈的,一旦血压恢复正常就停药,其实

这样做十分危险。因为停药后血压很快会回升到原来的水平,容易因停药而出现并发症如发生前壁心肌梗死,甚至导致死亡。

(据39健康网)

# 洛阳人看 洛阳手机报



1. 权威、专业、及时、准确,洛阳手机报由洛阳日报报业集团精心打造,萃取本地、国内、国际新闻资讯,时尚实用,服务贴心。

2. 洛阳手机报本地新闻资讯内容丰富,总量占到了60%以上。

定制方法:

移动用户发送短信 LYD 到 10658300 订阅, 3元/月。不收GPRS流量费。

联通用户发送短信712到10655885订阅, 3元/月。不收GPRS流量费。