

有问有答,高血压用药不简单

□李艳利

今日诊疗工作在—对夫妻的争执中拉开帷幕。

妻子说：“血压这么高，得吃药。”

丈夫：“我又没不得劲，药吃上就不能停，不想吃。”

一眼望去，该青年男性体型肥胖，测血压为180毫米汞柱/101毫米汞柱，他自述无明显头晕、头痛等症状，心肺听诊无异常，发现血压高两年，未治疗。今天，就他是否需要口服降压药、怎样口服、血压高对人体有无危害等内容，进行答疑。

问题1 何时应启动降压治疗？

如无不舒适，血压小于160毫米汞柱/100毫米汞柱而大于等于140毫米汞柱/90毫米汞柱，可通过低盐饮食、减重、运动锻炼、放松心情等生活方式干预，3个月后如仍不正常，请医生给予降压治疗。

如果血压 \geq 160毫米汞柱/100毫米汞柱，不管有无不适症状都应立即启动降压治疗。

问题2 降压药吃了就不能停？

基本上是的。但在血压低或者休克时，需停用降压药。

问题3 发现血压升高，就要开始口服降压药吗？

非同日三次测量血压 \geq 140毫米汞柱/90毫米汞柱，排除继发性血压升高，即可诊断为高血压病，应由医生制订降压方案，开始口服降压药。

问题4 血压虽高，但无不舒适症状，需服用降压药吗？

需要。长期血压高可造成血管内皮损害、斑块形成、斑块破裂等心脑血管并发症，从而引发不可逆疾患，抱憾终身。

问题5 生活方式干预对降低血压有无意义？

生活方式干预和口服降压药一样重要。低盐低脂饮食、运动、减重、戒烟限酒、平和心态、作息规律等都有利于降低血压。

问题6 服用降压药后，血压正常即可停药？

在服用降压药后，血压正常是应用降压药物的结果，可观察或请医生调整药物用量。

问题7 在单一用药降压效果不佳时，是加大剂量还是联合用药？

可尝试联合用药，药物降压作用相加，每一种降压药用量少，副作用可相互抵消或减少。

问题8 应用降压药后血压控制在多少算达标？

一般患者血压 \leq 140毫米汞柱/90毫米汞柱，合并糖尿病患者



李艳利

血压 \leq 130毫米汞柱/80毫米汞柱，合并糖尿病肾病患者血压 \leq 120毫米汞柱/70毫米汞柱即为达标。

问题9 服用降压药是每日三次还是每日一次更合理？

具体情况应遵医嘱。相对来说，每日一次口服长效降压药更合理，长效降压药可使24小时内血压维持在—定范围内，且每日晨起服用—次，不易漏服。

问题10 口服降压药物后，无须监测血压？

监测血压是应用降压药的保障，病情平稳，可—周测—天血压，依据测量血压值的高低来调整药物用量。

问题11 —年四季降压药口服剂量—样多？

夏季降压药口服剂量相对少，冬季、夏秋季节交换时口服剂量或者种类相对多。

问题12 突然血压升高，增加降压药用量即可？

不可盲目增加药物，应及时到医院就诊，先排除心、脑、肾血管并发症，避免贻误病情。

问题13 血压高对心、脑、肾有没有影响？

有，高血压可造成高血压性心脏病、蛋白尿、脑卒中等。

问题14 食物或水果不影响降压药作用？

影响。柚子类水果，特别是西柚，影响地平类降压药的作用，用药期间尽量避免进食此类水果。重口味饮食，饮酒、浓茶、咖啡可造成交感神经兴奋，使血压升高，影响降压药作用。

问题15 同一类降压药可联合应用？

不建议。这样药物副作用会增加，降压作用—定增加。

通过以上的问答，您是否已经掌握高血压及口服降压药物相关知识？

（作者供职于洛阳市中心医院周山院区内科门诊）

认识慢性阻塞性肺疾病

□胡伟强

慢性阻塞性肺疾病，简称COPD，是一种严重的肺部疾病，其特征—在于气道气流受限且此限制不完全可逆。这种气流受限常随时间推移而逐渐加重，给患者带来显著困扰。那么，COPD究竟是什么？其症状有哪些？我们又该如何有效预防和治疗呢？

COPD的主要症状包括慢性咳嗽、咳痰、气短或呼吸困难、喘息以及胸闷等。其中，慢性咳嗽和咳痰往往是COPD的早期预警信号，而气短或呼吸困难是其标志性症状，且会随着病情的恶化而日益加剧。

关于COPD的病因，目前尚未有明确定论，但普遍认为是内外因素共同作用的结果。内因主要涉及个体的易患因素，如遗传倾向、体质差异等；而外因涵盖环境因素，如长期吸烟、职业性粉尘

和化学气体的吸入、空气污染等。特别值得注意的是，长期吸烟是引发COPD的最主要原因。

预防COPD的关键—在于戒烟和避免吸入有害颗粒与气体。对吸烟者而言，戒烟是预防COPD的首要举措。同时，减少在空气污染严重环境中的长时间停留，以及降低职业性粉尘和化学气体的吸入，也是预防COPD不可或缺的措施。

对已确诊的COPD患者，治疗主要包括药物治疗、氧疗和康复治疗等。药物治疗以支气管扩张剂为主，旨在缓解患者气道痉挛，改善通气状况。氧疗则适用于慢阻肺伴慢性呼吸衰竭的患者，通过提高血氧饱和度，有效改善缺氧症状。康复治疗则涵盖运动锻炼、肺功能锻炼等，旨在提升患者的活动能力，进而改善其生活质量。

（作者供职于洛阳市中心医院呼吸与危重症医学科）

出现这些症状，警惕肺癌来“敲门”

□时振国

患肺癌会出现哪些症状，主要取决于肿瘤发生部位、病理类型、有无转移和并发症、患者的反应程度和耐受性等。肺癌早期症状—较轻微，甚至患者可无任何不适。中央型肺癌症状出现早且重，周围型肺癌症状出现晚且较轻，甚至无症状，常在体检时被发现。肺癌的症状大致分为：局部症状、—全身症状、肺外症状、浸润和转移症状。

1. 咳嗽为肺癌最常见的症状，多为刺激性干咳，无痰或少许白色黏液痰。咳嗽往往是肿瘤累及各级支气管所引起的症状。—这种情况下，就算使用相当长—段时间的消炎药也是没有效果的。

2. 血痰是肺癌最典型的症状，多为血丝痰或痰中带血，是肿瘤侵犯支气管黏膜微细血管所致，常混有脱落的癌细胞，痰细胞学检查阳性率高。

3. 胸闷、胸痛，—早期仅表现为轻度胸闷，当肿瘤累及壁层胸膜或直接侵犯胸壁时，可引起该部位持续性疼痛。

4. 气促，肿瘤堵塞支气管引

起阻塞性肺炎或肺不张是肺癌患者气促的原因之一，气促程度随阻塞范围不同而异。

5. 发热，阻塞性肺炎是肺癌发热的主要原因。这种发热的特点是迁延反复，时好时坏，—难于治愈。另外，发热也可为癌性毒素或骨髓转移所致。

6. 非特异性—全身症状，如食欲不振、—体重减轻等，还可能—导致四肢关节疼痛的不良症状，不但给患者带来严重的精神困扰，其活动能力也会受限。

综上所述，如果出现以上症状，—定要提高警惕，—尽早到医院接受检查，—进行对症治疗。

（作者供职于河南科技大学—第一附属医院肿瘤放疗科）

