

高血压的危害与治疗

段丙军

内江市第一人民医院 心血管内科 四川 内江 641000

【中图分类号】R544

【文献标识码】A

【文章编号】2096-1685(2021)25-0003-01

临床医师反馈当前高血压患者前来医院就诊时,有一个非常奇怪的现象,那就是大家对于高血压疾病的重视程度在下降。这可能与高血压疾病的普遍化有一定关系,越来越多的人患上高血压,从而导致人们对于这一疾病的关注度和重视度都开始下降,当然,这一现象的出现也与人们对于此种疾病的认知不够深入有关。所以,临床医师认为,非常有必要加大对于高血压这种疾病的科普教育,让患者以及非患者都对于高血压疾病会给健康机体带来的危害有确切的认知,从而提高对于自身疾病治疗的重视度,并掌握正确科学的治疗方法及手段。

1 关于高血压的危害的介绍

其实,有关于高血压的危害已经数不胜数,但人们对其认知却非常缺乏。首先即是高血压会引起脑梗死以及腔隙性脑梗死问题,长期保持较高的血压会导致颅内动脉逐渐形成粥样斑块,这也是导致脑梗死出现的最主要的原因,高血压还会导致大脑小血管发生闭塞,从而发展为腔隙性脑梗死。其次,比较严重的高血压患者很容易引发脑出血,其实由高血压所引发的脑出血也是比较好理解的,因为血压数值超出一定的承受范围,导致血管崩裂,颅内动脉血管存在先天性的畸形或者是动脉粥样硬化病变的患者发生脑出血的概率会更高。高血压问题还与冠心病息息相关,冠状动脉负责向心脏输送血液,高血压问题的存在会导致冠状动脉内形成粥样斑块,从而为患者的心绞痛及心肌梗死埋下健康隐患。出现心梗之后的高血压患者心脏功能会明显的减弱,进而逐步发展为心力衰竭。除了以上所提及的影响之外,还有可能会存在房颤、主动脉夹层、肾衰、致盲等比较严重的问题。

2 高血压患者治疗时应坚持的三大原则

由于高血压会导致血管内血液压力增大,所以高血压患者的首要治疗目标应该是要降低血管壁压力,不论采取何种治疗方案,首先应该要确保血管内压力能够被控制在目标值以下,这才是高血压患者整个治疗过程的根本所在。当然,整个血压降低过程也不能过于急躁,应该要在治疗过程中与患者进行耐心的沟通,告知患者坚持长期健康的生活方式以及接受稳定的药物治疗,才能够使自身血压长期保持在平稳的水平。长效制剂更有利于保持每日血压的平稳性,并避免心血管相关并发症的出血,相对而言更加推荐高血压患者服用此类药物。不少高血压患者不单单只患有此种

疾病,还患有与这一疾病紧密相关的其他疾病,从而导致多种疾病之间相互干预。在选择降压药物时,更是应该要将这多种疾病进行综合性的考虑,同时还应该要考虑到合并症的实际情况。对已经患有心血管病的患者,以及那些具有部分危险因素的患者,都应该要考虑给予抗血小板以及降脂治疗,以求有效降低心血管疾病的再发风险和患者的死亡风险。

3 高血压患者如何采取正确的药物治疗方法

一旦高血压患者开始接受药物治疗,临床医师一般都会建议患者在坚持服用药物的同时通过改善自我生活方式来起到辅助治疗的作用。一般来说,如若患者的收缩压在160 mmHg以下、舒张压在100 mmHg以下,这类患者没有合并存在其他疾病,譬如心力衰竭、脑卒中、肾脏疾病或者是糖尿病等,都可以先采取三个月的生活方式干预来尝试性降低血压。如若未能够借助这种方式使血压重回正常范围,可再启动药物治疗。在选择降压药物时,应该要尽量选择有确切治疗依据且可以改善患者预后情况的五大类降压药,这五大类降压药分别是ACEI、ARB、受体阻滞剂、CCB以及利尿剂。建议高血压患者在服用药物的过程中,应该要保持对于自身血压情况的密切观察,在每次调整药物服用剂量或者是调整药物服用种类的时候,都应该要保持2~4周的密切观察,用以评估此类药物的治疗有效性。治疗过程中不建议频繁更换药物,除非是在更换为某种药物之后出现了比较严重的不良反应或者患者表现出了对于此种药物不耐受症状。一般来说,不建议将ACEI药物与ARB药物进行联合应用。

在比较紧急的情况下,譬如患者的血压在180/110 mmHg以上,但不伴随着心脏、大脑或肾脏等急性并发症,那么可以口服短效性的降压药,比如常用的卡托普利以及酒石酸美托洛尔,1小时之后可以进行重复给药,需要保持门诊观察直到患者的血压降低到180/110 mmHg以下。需要注意的是,硝苯地平快速降压药不建议采取舌下含服的方式服用。

总而言之,高血压患者只有先意识到这种疾病会给自身健康带来的危害,才能够提高整个治疗过程中对于药物服用以及日常生活干预的重视度,在与医生沟通交流的过程中才能够更加细致、全面。除此之外,还应该要积极开展生活干预辅助治疗,努力养成健康的生活习惯和规律的饮食作息。

第一作者(通讯作者):段丙军(1981.9—),男,汉,四川遂宁人,硕士研究生学历,内江市第一人民医院心血管内科副主任医师,主要研究方向为心血管介入。