

# 我国高血压治疗如何破局

罗琴永

(眉山市彭山区观音镇卫生院, 四川眉山 620864)

随着社会经济快速发展,人们的物质生活水平不断地提高。在物质生活得到了极大的充裕下,高血压患病人数不断地增多,患病概率不断地提高。我国高血压患病人数已经达到了上亿人,为提高高血压治疗水平,保证患者健康生活,我国需要积极地研究高血压治疗方法,突破高血压治疗局面。

## 1 高血压病因

高血压病因大体分为六种,包括遗传因素、精神和环境因素、年龄因素、生活习惯因素、药物的影响、其他疾病的影响。

一是遗传因素。高血压病症受到遗传的影响作用较大。比如,父母患有高血压,就可能导子女患高血压。据调查发现,大约 60% 的高血压患者有家族史。二是精神和环境因素。在现代社会下,人们的精神压力比较大,情绪易产生波动。这样人们患有高血压的概率将会增加。与此同时,人们也会因受到外界环境的影响,发生高血压。比如,人们长期处于噪声的环境中就容易患高血压。三是年龄因素。随着年龄的升高,人们患有概率也会提高。一般而言,40 岁以上者概率将会增加。所以需要警惕年龄对高血压病症的影响。四是生活习惯因素。在饮食结构不合理的情况下,人们容易患高血压。另外,吸烟也会提高人们患有高血压的概率。因此,人们要戒烟或者选择少吸烟。五是药物的影响。有的药物会导致人们升高血压。比如,避孕药、激素、消炎止痛药等都会对人们的血压产生影响。为此,要谨慎地使用这些药物。六是其他疾病的影响。在患有肥胖、糖尿病、睡眠呼吸暂停低通气综合征、甲状腺疾病等疾病时,患者的血压容易升高。在得不到较好地治疗时,患者就容易患高血压。

## 2 提升高血压治疗水平的方法探究

### 2.1 推荐强化降压早期达标使获益最大化

为保证高血压病症治疗效果,医生需要采取降压措施,降低患者血压,避免患者出现生命危险。尤其是对于高危患者来讲,医生更加需要对患者采取强化降压举措,确保患者及时恢复正常身体状态。通过实践研究发现,通过对合并心、肾、糖尿病合并症的患者采取药物以及强化血压控制工作,他们的血压得到了有效地降低,大大减少了患病生命危险。所以,要积极地推荐强化降压治疗方式,以此达到最大化地降压效果。

### 2.2 单纯降压药治疗转变为联合药物治疗

最初,我国治疗高血压的药物比较少。比如,医生在最初治疗高血压患者时常常使用复方降压片、罗布麻片及降压 0 号片药物。随着社会发展以及高血压药物研究工作的深入发展,治疗高血压的药物不断地增加。目前,上百种药物均可以用于治疗高血压。降压药主要分为六大类,即  $\beta$  受体阻滞剂、利尿剂、 $\alpha$  受体阻滞剂、ACEI (血管紧张素转换酶抑制剂)、ARB (血管紧张素受体阻滞剂)、CCB (钙拮抗剂)。医生需要根据患者高血压病症实际情况,选择合适地降压药物,

以此提高治疗效果。高血压治疗模式愈加成熟,之前,医生主要对患者行一种药物,现在,医生多采取多药联合治疗的方式,对患者进行治疗。其中,ACEI+利尿剂、CCB+ACEI、CCB+利尿剂等常被用于多药联合治疗之中。为保证高血压患者治疗质量,医生还需要继续地研究多药联合治疗方式,优化多药联合治疗方案,以此更好地为实际治疗提供可靠的依据。

### 2.3 西医治疗转变为中西医结合治疗

通常情况下,医生多应用西药治疗高血压。通过对患者进行西药治疗,可以确保患者及时降压。当前,中医在治疗高血压中也凸显着重要的作用。实践证明,按摩、针灸、中医药等都有利于患者降低血压。在中医专业的努力下,中药治疗高血压取得了突破性的进展。现如今,西医治疗逐渐地转变为中西医结合治疗,使得更多地患者获得了有效地治疗服务。高血压中西医结合治疗方式包括:西医降压药联合中药药膳、食疗,西医降压药联合中药制剂或按摩或针灸等。在进行中医针灸治疗时,可以应用硝普钠、长压定、胍苯达嗪,扩张患者血管,降低血压。在进行中医针灸治疗时,就需要开展以下治疗工作,取风池、百会、合谷、阳陵泉等穴进行疗效。而艾灸足三里、绝骨、涌泉或石门等穴,也有降压效果。由于中西医结合治疗方式对降低患者血压具有重要的意义,我国有必要广泛地推广中西医结合治疗模式,提高高血压患者生活质量。

### 2.4 从药物治疗转变为改良生活习惯

药物对于提升高血压患者治疗水平具有重要价值。因此,药物成了我国治疗高血压的主要方式。如今,我国从药物治疗转变为改良生活习惯。这种治疗方式无疑更加的安全,并且能够在一定的程度上切断高血压患病源头。改良患者生活习惯涉及的内容包括:一是帮助患者构建科学的饮食结构,通过平衡患者的饮食结构,达到控制患者血压的目的。二是患者应禁止吸烟、喝酒等,避免高血压病症的扩大化。三是指导患者做一些有氧运动,比如患者可以通过跑步、打太极等运动方式,降低血压。四是患者在日常生活中要注意稳定自己的情绪,以平常的心态看待疾病与周围事物。现如今,改良生活习惯已经得到了越来越多医生重视与推广。

### 2.5 单纯降压转变为保护靶器官治疗与防治

以往,医生只是单纯地对患者进行降压治疗。如今,医生由单纯降压转变为保护靶器官治疗与防治。比如,医生应用心、脑、肾保护性药物,降低患者服用高血压药物所产生的损伤。与此同时,提出要采取预防高血压疾病的措施,希望通过采取预防高血压疾病的措施,降低我国高血压发病率。比如,我国积极对高血压等基础性疾病进行宣传,使得人们认识到这些疾病的危害。同时加大在社会上宣传采取预防高血压疾病的方法,帮助人们掌握高血压预防技巧。