



高血压患者的药物治疗方案

高血压是一种常见的慢性疾病，会对心血管系统产生负面影响，并增加患心脏病、脑卒中、肾病等疾病的风。据世界卫生组织统计，全球每年死于高血压及相关疾病的人数在不断增加，而药物是目前治疗高血压的主要方法，因此，对高血压患者进行科学合理的药物治疗至关重要。那么，高血压患者的药物治疗方案是如何制定的呢？

高血压药物治疗的基本原则

药物是治疗高血压的主要手段，其基本原则包括以下几个方面。首先，药物治疗的目的是降低血压，预防或减轻心、脑、肾等器官的损害；其次，药物治疗需要长期甚至终身进行，患者需遵医嘱按时服药；再次，药物治疗应遵循个体化原则，根据患者的具体情况选择适合的药物和剂量。

常用的降压药有哪些？

在制定药物治疗方案前，医生需要对患者进行全面的评估，再根据患者的评估结果选择适合的药物。首先要了解患者的病史和症状，确定高血压的类型和程度；然后进行全面的身体检查，包括血压、心率、体重等指标；最后评估患者的危险因素，如年龄、性别、体重、肾功能、种族、生活方式、遗传因素，以及其他疾病史和用药史。临幊上常见的降压药主要有以下几种。

1. 利尿剂 利尿剂是治疗高血压的常用药物，主要作用是通过排钠排水来降低血压，常用的有氢氯噻嗪、吲达帕胺等。

2. β 受体拮抗剂 β 受体拮抗剂可降低心输出量、抑制交感神经活性，从而降低血压，常用的有普萘洛尔、美托洛尔等。

3. 钙通道阻滞剂 钙通道阻滞剂可抑制钙离子进入细胞内，松弛血管平滑肌，达到降压的效果，常用的有硝苯地平、维拉帕米等。

4. ACE抑制剂 ACE抑制剂可抑制血管紧张素转换酶的活性，减少血管紧张素Ⅱ的生成，从而降低血压，常用的有卡托普利、依那普利等。

5. ARB类药物 血管紧张素Ⅱ受体拮抗剂可抑制血管紧张素Ⅱ受体的作用，从而降低血压，常用的有氯沙坦、缬沙坦等。

调整药物治疗方案有哪些方法？

药物治疗过程中如果血压控制不理想或出现不良反应，就需要对治疗方案进行调整，以达到最佳的治疗效果，调整药物方案主要有如下方法。

1. 增加剂量 使用某些药物后，血压没有明显下降，可以增加药物的剂量。需要注意的是，增加药物剂量可能会增加药物不良反应的发生率。

2. 更换药物 使用某种药物的效果不佳或出现不良反应，可以更换其他药物。更换药物时需考虑药物的作用机制、用法、副作用等方面差异。

3. 联合用药 一种药物无法使血压达标，可以考虑使用两种或多种药物联合治疗。联合用药也需要注意药物之间的相互作用和副作用的叠加效应。

4. 逐渐停药 如果血压经过某种药物得到良好控制并长期维持稳定，则可以在医生的指导下逐渐减少药物剂量或停药一段时间。

非药物治疗的重要性

除了药物治疗外，非药物治疗也是高血压管理的重要手



段之一。以下是非药物治疗措施的建议。

1. 饮食调整 高血压患者应遵循低盐、低脂、低糖的饮食原则，适当控制饮食中的钠、钾、镁等元素的摄入量，增加水果、蔬菜、全谷类食物的摄入。

2. 适当运动 适度的有氧运动可以降低血压、减轻体重、增强心肺功能，建议高血压患者进行适量的快走、慢跑、游泳等有氧运动。

3. 控制体重 肥胖是高血压的危险因素之一，减轻体重可以降低血压并改善心血管功能。患者可以通过合理饮食和适量运动来控制体重。

4. 戒烟限酒 吸烟和饮酒都会增加高血压的风险，而戒烟限酒有助于降低血压，并改善心血管健康。

5. 心理调节 心理压力过大和焦虑、紧张等负面情绪也是导致血压升高的因素之一，因此，通过放松训练、冥想等方法调节心理状态，同样有助于降低血压并改善心血管功能。

综上所述，高血压患者的药物治疗方案是个体化的、动态的，需要根据患者的具体情况进行制定和调整。在强调药物治疗重要性的同时，也应该重视非药物治疗，即通过健康的生活方式来辅助降压，以减少心血管事件发生的风险，提高整体健康水平。

南宁市第八人民医院
李清 周荣旺

急性心力衰竭的急救措施

急性心力衰竭是由于急性的心肌损伤、心律失常或突然加重的心脏负荷，使心功能在短时间内发生衰竭的临床综合征，根据具体受累的心脏不同，可分为急性左心衰、急性右心衰，不论是哪一种，都需要立即开展积极救治。以下是一些主要的急救措施。

1. 维持呼吸道畅通 急性心力衰竭会引起呼吸困难，因此，患者头部应稍微后仰，保持呼吸道畅通，有条件者可以吸氧。

2. 监测生命体征 密切监测

患者的血压、心率、呼吸等生命体征，如有异常，及时处理。

3. 控制液体摄入 急性心力衰竭的病因之一就是液体潴留。因此，应严格控制患者液体的摄入量，尤其是盐分摄入。

4. 合理饮食 患者应以易消化、营养丰富的食物为主，避免进食过咸、过油腻的食物。如食欲不佳，可适当使用静脉营养。

5. 保持大便通畅 便秘会增加心脏负担，因此，患者应保持大便通畅，如有需要可使用轻泻剂或开塞露。

6. 预防感染 心力衰竭患者的抵抗力一般较弱，应避免前往人群密集的公共场所，如无法避免，应佩戴口罩。

7. 康复训练 病情稳定后应尽早进行康复训练，如散步、太极拳等，以增强心肺功能，提高生活质量。

8. 心理护理 心力衰竭往往会给患者带来极大的心理压力，家属和医务人员应给予患者足够的关心和支持，帮他们树立战胜疾病的信心。

中山市人民医院 刘晓玲

急性脑卒中的早期识别与急救护理

急性脑卒中是指脑血管突然发生阻塞或破裂，导致大脑缺血或出血而引起的急性脑功能障碍，患者会突然出现认知、运动和言语障碍，早期识别和及时正确的救治可以提高治愈率，改善患者的预后，提高患者的生活质量。本文将详细介绍急性脑卒中的早期识别和急救护理方法。

早期识别

1. 症状 急性脑卒中的常见症状包括突然眩晕、视觉模糊、口角歪斜、一侧肢体无力或麻木、言语不清或理解困难等。

2. 观察 一旦出现上述症状或发现身边的人有上述症状，应立即就医。因为这些症状持续时间越长，病情就会越重，救治难度就会越大。

3. 预警信号 患有高血压、糖尿病、心脏病等慢性病疾病，以及家族中有脑卒中病史者，应特别注意自己的健康状况，定期到医院进行健康检查，以便及时发现并处理潜在的健康问题。

急救护理

1. 保持冷静 面对急性脑卒中患者时，家属一定要保持冷静，并在第一时间拨打120急救电话，等待专业救援人员的到来。

2. 心肺复苏 如果患者出现心跳呼吸骤停，应立即进行人工呼吸和胸外心脏按压，为下一步救治争取时间。

3. 急性处理 对于已确诊为脑卒中的患者，应立即采取相应的治疗措施，如静脉输液、手术等。同时密切关注患者的病情变化，以便及时调整治疗方案。

廉江市人民医院 杨玉凤

白内障的发病原因有哪些？

白内障是一种常见的眼部疾病，也是全球范围内导致视力丧失的主要原因之一，其特征是晶状体变混浊，影响光线进入眼睛并聚焦在视网膜上。那么，白内障究竟是哪些因素引起的？该如何治疗呢？

白内障的发病原因

1. 遗传 某些人可能天生对晶状体蛋白更敏感，这会导致晶状体变性更快或更容易混浊。

2. 年龄 随着年龄的增长，晶状体的蛋白多糖出现变性，导致蛋白质在晶状体内沉积，从而出现混浊，引起白内障。

3. 环境因素 长期暴露于某些环境因素，如紫外线、辐射等，会增加患白内障的风险。

4. 眼部外伤 如穿通伤、钝挫伤、眼内异物等直接伤害，也是造成晶状体混浊的常见原因。

5. 眼部或全身疾病 某些疾病，如青光眼、糖尿病等，可能导致眼内代谢异常，继而影响晶状体的正常功能，引发白内障。

白内障的治疗方法

白内障的主要影响是导致视力下降。随着晶状体的混浊，患者的视力会逐渐下降，最终导致完全失明。由于视力受到影晌，患者可能无法阅读或从事一些需要清晰视力的活动。

值得庆幸的是，白内障是一种可以治疗的疾病，目前主要有药物治疗和手术治疗两种方法。通过手术移除混浊的晶状体，并植入人工晶状体，患者可以恢复部分或全部视力。

南阳市眼科医院 杨正印