



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、肾病等疾病的风险。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。临床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、呋塞米等。
- 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、副作用等方面的差异。
- 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。由于视力受到影响,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

急性心力衰竭的急救措施

急性心力衰竭是由于急性的严重心肌损伤、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