

高血压的定义和概述

高血压是指动脉血压持续高于正常水平，是全球最常见的慢性疾病之一。高血压通常没有明显的症状，但会对心血管系统造成严重损害，增加心血管疾病、肾病和脑卒中等疾病的风险。

BR

by BD RR

高血压的危害和并发症

高血压会导致心脏病、中风、肾衰竭、视力下降等严重疾病。心脏病是高血压最常见的并发症，会导致心脏衰竭、心律不齐和猝死。中风是高血压导致的另一种常见并发症，会导致大脑损伤，引起瘫痪、语言障碍和记忆力下降。

肾衰竭是高血压引起的另一个重要并发症，会导致身体无法正常过滤废物，最终需要进行透析治疗。高血压还会导致视力下降，甚至失明。高血压对身体的危害是巨大的，所以及时控制血压至关重要。

高血压的病因和危险因素



遗传因素

家族史中有高血压的人更容易患高血压，基因可能影响血压的调节机制。



不良生活习惯

高盐饮食、高脂肪饮食、缺乏运动、吸烟、酗酒等不良生活习惯都是高血压的重要危险因素。



精神压力

长期处于紧张、焦虑和压力状态会使交感神经兴奋，导致血压升高，增加患高血压的风险。



其他疾病

糖尿病、肾病、睡眠呼吸暂停综合征等疾病也会增加患高血压的风险。

高血压的诊断和筛查



筛查高血压可以及早发现高血压，并进行早期干预，降低高血压带来的风险。筛查高血压建议每年至少进行一次，如果存在高血压家族史或其他危险因素，建议更频繁地进行筛查。

高血压的治疗目标和原则

血压控制

治疗目标是将血压控制在理想范围内，以降低心血管疾病风险。

个体化治疗

根据患者的年龄、性别、并发症等因素，制定个性化的治疗方案。

长期管理

高血压是一种慢性病，需要长期管理，包括药物治疗和生活方式干预。

监测随访

定期监测血压，并根据情况调整治疗方案，确保血压稳定控制。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/028055103047006112>