

高血压的定义

高血压是一种常见的慢性疾病,指血管中血液对血管壁的压力持续升高的状态。它是由多种因素综合作用导致的,可能与遗传、年龄、饮食、体重等有关。及时发现并控制高血压,能有效预防心脑血管疾病的发生。

Ba by BD RR

高血压的危害

1

心脏负担加重

持续高血压会使心脏负担加重, 最终导致心肌肥厚、心衰等心脏疾病。

3

肾脏损害

高血压是导致肾脏疾病的主要原因之一, 会逐渐损害肾小球功能。

2

血管受损

高血压会损害血管内膜, 促进动脉硬化的发生, 增加中风和心脏病的风险。

4

视力受损

高血压可引起视神经和视网膜的病变, 增加白内障、青光眼等眼部疾病的发生率。

高血压的常见症状



头痛

持续性头痛是高血压最常见的症状之一,可能是由于血压升高导致血管扩张和刺激神经引起的。



眩晕

高血压可能导致脑供血不足,引起头晕、眼花乱视等症状。这是警示身体出现问题的重要信号。

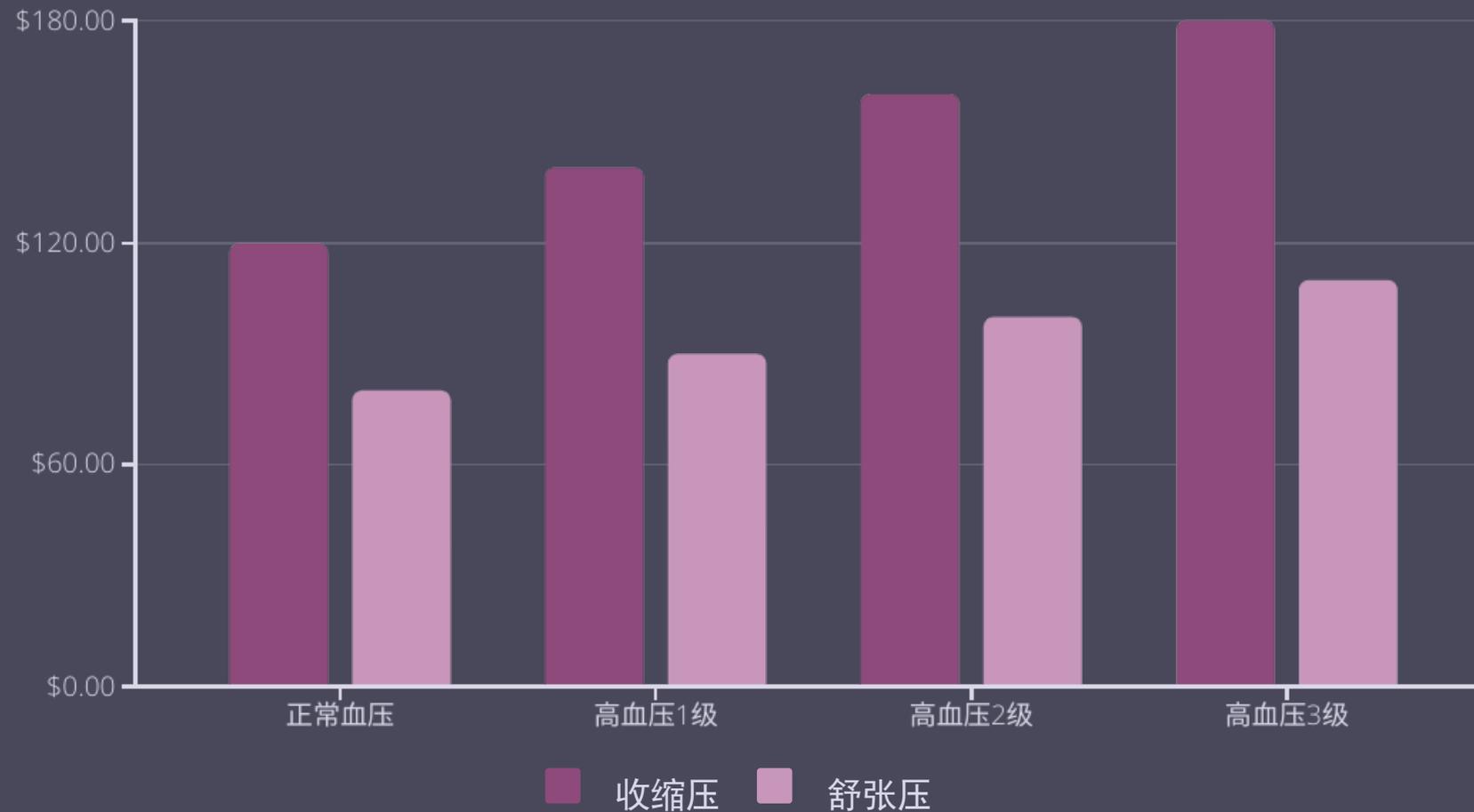


乏力

长期高血压会使心脏和血管负担过重,导致疲劳乏力、精神不振等症状出现。及时治疗很重要。

高血压的诊断标准

高血压的诊断是通过测量血压来进行的。根据中国高血压防治指南,正常血压的定义为收缩压低于120mmHg、舒张压低于80mmHg。当血压上升至收缩压大于等于140mmHg或舒张压大于等于90mmHg时,即可诊断为高血压。



定期检查并掌握自己的血压情况非常重要,只有这样才能及时发现并控制高血压,从而有效预防各种并发症的发生。

高血压的危险因素

遗传因素

如果家族中有高血压病史,个人也更容易罹患此病。这可能与基因遗传有关。

年龄因素

随着年龄增长,血管弹性下降,高血压发病率也随之上升。50岁以上人群患病风险更高。

性别因素

男性比女性更容易发生高血压,但绝经后女性也易出现此症。

种族因素

一些少数民族如黑人和印第安人更容易患高血压,其原因可能与生活环境和遗传有关。

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/328112131115006111>