

# 高血压的定义和危害

高血压是指动脉血压持续升高的一种常见慢性病。它不仅会导致心脏、大血管、肾脏等靶器官受损,还会大大增加中风、心脏病、肾衰等严重并发症的发生风险。及时有效地控制高血压,对预防和减少这些并发症发生至关重要。



by BD RR

# 高血压的发病机理

高血压的发病机理是一个复杂的过程,涉及多种因素。它主要包括肾素-血管紧张素系统的激活、自主神经系统失衡、内皮细胞功能障碍、氧化应激以及遗传因素等。这些因素共同作用,导致血管收缩和血管壁改变,最终引发持续性血压升高。

# 高血压的危险因素

12

## 年龄增长

随着年龄的增长,血管弹性降低,动脉硬化进行,易发高血压。60岁以上人群发病率显著上升。



## 肥胖超重

肥胖会增加心脏负担,导致血压升高。腹型肥胖尤其容易引发高血压。



## 遗传因素

有家族史的人群发病风险更高。基因差异会影响肾素-血管紧张素系统等调节机制。

# 高血压的临床表现

## 无明显症状

很多高血压患者在早期并无明显症状,因此被称为“沉默的杀手”。只有当血压升高到一定程度时,才会出现症状。

## 头痛头晕

高血压时常会引起头痛、头晕、耳鸣等症状,尤其是当血压突然升高时。这些症状通常会随着血压下降而缓解。

## 视力障碍

持续的高血压会损害眼底血管,导致视网膜出血、视盘水肿等改变,影响视力。严重时可出现视力模糊、视野缩小等症状。

## 胸闷气短

高血压会加重心脏负担,造成心肌肥厚和心衰,从而导致胸闷、气短等症状,尤其是运动后明显。

# 高血压的诊断标准



## 血压测量

诊断高血压的首要步骤是测量静坐5分钟后的血压。连续测量3次,取平均值作为诊断依据。



## 诊断标准

根据中国高血压防治指南,收缩压 $\geq 140\text{mmHg}$ 和/或舒张压 $\geq 90\text{mmHg}$ 即可确诊为高血压。



## 分级诊断

高血压分为3级,根据血压水平的不同予以分级治疗。分级有助于制定个性化的管理方案。

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/67712111110006132>