

高血压的定义和流行病学

高血压是一种常见的慢性疾病,是人体血管承受的压力超出正常范围的状态。它是中老年人中最常见的心血管疾病之一,随着人口老龄化,其患病率不断升高。及时发现和有效管理高血压对于预防心脑血管并发症至关重要。

BR

by BD RR

高血压的分类和诊断标准



高血压的分类

高血压根据血压数值分为正常血压、高血压1级、高血压2级和高血压3级。诊断标准为收缩压 $\geq 140\text{mmHg}$ 和/或舒张压 $\geq 90\text{mmHg}$ 。



诊断标准

确诊高血压需要在不同时间、不同环境下多次测量血压,排除一过性升高或白大衣效应。还需进行其他检查评估靶器官损害。



血压分级

血压分级包括正常血压、高正常血压、I级高血压、II级高血压和III级高血压。不同分级需采取相应的治疗措施。

高血压的危险因素

1

年龄增长

随着年龄的增长, 血压自然会逐渐升高。需要密切监测老年人的血压情况。

3

遗传因素

有家族史的人更容易发生高血压, 这可能与基因遗传和共同的生活方式有关。

2

肥胖和代谢异常

肥胖、糖尿病和高血脂等代谢性疾病会大幅增加高血压的风险。

4

不健康生活方式

过多的饱和脂肪、盐、酒精摄入, 以及缺乏运动等不良生活方式是高血压的诱发因素。

高血压的临床表现

无症状期

大多数高血压患者在早期阶段没有明显症状。血压偏高,但身体其他指标正常,这被称为"无症状期"。此时定期检查很重要,以及早发现和治疗。

典型症状

随着血压持续升高,患者可能出现头痛、眩晕、耳鸣、视力模糊等症状。部分患者还会有胸闷、心悸、乏力等表现。这些症状与器官受损程度有关。

并发症表现

若高血压长期未得到很好控制,可能会导致心脏、大脑、肾脏等器官受损。届时患者可能出现心绞痛、心肌梗死、中风、肾功能衰竭等并发症的临床表现。

个体差异

高血压患者的临床表现存在个体差异。有的人可能毫无感觉,有的人则会出现明显症状。这与患者的年龄、性别、生活方式等因素有关。

高血压的并发症



心血管并发症

高血压会损害心血管系统, 导致心脏病、中风和周围血管疾病等并发症。及时有效控制血压可以降低这些风险。



肾脏并发症

长期高血压会损害肾脏, 导致肾功能逐渐下降, 严重时可能需要透析治疗。定期检查肾功能非常重要。



眼部并发症

高血压可引起视网膜病变, 导致视力损害。定期进行眼底检查, 及时发现并治疗这些眼部并发症。

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/846002222104010202>