

高血压的症状和管理

高血压是一种常见的慢性疾病,可能会带来严重的健康隐患。了解高血压的典型症状及其有效的管理方法非常重要,可以帮助患者更好地控制病情,预防并发症的发生。

BR

by BD RR

什么是高血压

高血压是指血液在血管中流动时所受到的压力超过正常范围的一种慢性疾病。它通常由多种因素引起,如年龄、遗传、生活方式等,可能造成心脑血管等器官的损害。及时诊断和有效控制高血压对保护身体健康至关重要。



血压升高

高血压是指收缩压 $\geq 140\text{mmHg}$ 或舒张压 $\geq 90\text{mmHg}$ 。持续高血压会给心脏和血管造成伤害。



潜在风险

长期未得到控制的高血压可能导致中风、心脏病、肾脏病等严重并发症,威胁生命安全。



及时诊治

及时发现高血压并采取有效治疗,可以降低并发症的发生风险,维护身体健康。

高血压的危害



心脏健康受损

高血压会导致心脏过度负荷工作, 逐渐引起心肌肥厚、心力衰竭等严重问题。



血管功能受损

高血压会损害血管内皮, 导致血管硬化和狭窄, 增加心脑血管疾病的风险。



中风风险增加

持续的高血压会增加中风发生的概率, 严重威胁生命安全和神经系统健康。



肾脏功能受损

高血压会逐步损害肾脏的滤过功能, 导致肾功能衰竭, 甚至发展为终末期肾病。

高血压的常见症状



无明显症状

许多高血压患者在早期可能没有任何明显症状,这就增加了及时诊断和治疗的难度。



视力模糊、耳鸣

高血压会影响血液循环,可能导致视力模糊、耳鸣等不适症状。



头痛、头晕

持续性的头痛或头晕可能表示血压升高,需要引起重视。



胸闷、乏力

高血压会加重心脏负担,使患者感到胸闷乏力,这也是需要警惕的症状。

高血压的诊断标准

测量血压

诊断高血压需要多次测量患者的血压。医生会在静息状态下测量收缩压和舒张压。

诊断标准

收缩压 ≥ 140 mmHg 或舒张压 ≥ 90 mmHg 即被诊断为高血压。两次或以上测量达到此标准才能确诊。

血压分级

1. 正常血压: 收缩压 < 120 mmHg, 舒张压 < 80 mmHg
2. 正常高值: 收缩压 $120 - 139$ mmHg, 舒张压 $80 - 89$ mmHg
3. 1级高血压: 收缩压 $140 - 159$ mmHg, 舒张压 $90 - 99$ mmHg
4. 2级高血压: 收缩压 ≥ 160 mmHg, 舒张压 ≥ 100 mmHg

特殊群体

老年人、糖尿病患者等特殊人群的诊断标准有所不同, 需要医生根据具体情况进行判断。

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/938025052130006110>