

关于高血压的护理

一、概 念

WHO定义：未服抗高血压药情况下，正常成人动脉的收缩压（SBP） $\geq 140\text{mmHg}$ 和（或）舒张压（DBP） $\geq 90\text{mmHg}$ 。根据血压升高的水平，可进一步分为高血压1、2、3级。

血压水平的定义和分类 (WHO/ISH)

DBP (mmHg)	SBP (mmHg)
理想血压 <80	<120
正常血压 <85	<130
正常高值 85-89	130-139
1级高血压 <u>90-99</u>	<u>140-159</u>

二、病因

n高血压=遗传(40%)+环境(60%)

1 遗传因素

2 环境因素:

(1) 饮食:

- 高盐、高脂、高蛋白、低钙、低钾
- 饮酒

(2) 精神应激:

- 紧张、焦虑
- 环境噪音
- 视觉刺激

3 其他: 肥胖、避孕药、阻塞性睡眠呼吸暂停综合征

三、临床表现

1 症状：早期无症状

头痛、头晕、头胀、颈项板紧、疲劳、心悸、
耳鸣。视物模糊，鼻出血以心、脑、肾并发症
为首发

2 体征：血压随季节、昼夜、情绪有较大波动；体
检： A_2 亢进，SM或收缩早期喀喇音

3 恶性或急进行高血压

4 并发症：高血压危象、高血压脑病

脑：脑出血、脑血栓形成等

心：左室肥厚、心力衰竭、冠心病

肾：肾动脉硬化、慢性肾功能衰竭

血管：主动脉夹层、视网膜病变

高血压危象： 在高血压病程中，致全身小动脉发生暂时性强烈痉挛，周围血管阻力明显增加，血压急剧升高，出现一系列急诊临床症状，称为～

高血压脑病： 血压极度升高的情况下，脑部小动脉先出现持续性痉挛，继而被动性或强制性扩张，出现急性脑循环障碍，导致脑水肿和颅内压升高及一系列临床表现，称为～

四、实验室检查

1. 实验室检查：血常规、尿常规、血脂、血糖、肾功能
2. ECG
3. 胸片
4. 心脏彩超
5. 眼底检查
6. 24h动态血压监测

五、治 疗

- 最大限度降低心血管疾病的发病和死亡危险
- 在治疗高血压的同时，干预病人存在的危险因素
- 适当处理病人并存的各种临床情况

五、治 疗

1改善生活行为

- 1) 合理膳食
- 2) 戒烟限酒
- 3) 适当运动、减轻体重
- 4) 减少精神压力，保持心理平衡

2降压药物治疗

降压药物种类：

利尿剂

β 受体阻滞剂：

钙通道阻滞剂（CCB）：

血管紧张素转换酶抑制剂（ACEI）：

血管紧张素II受体阻滞剂（ARB）：

2 降压药物治疗

降压药物种类：

- 1) 利尿剂：呋塞米、螺内酯
- 2) β 受体阻滞剂：普萘洛尔
- 3) 钙通道阻滞剂（CCB）：硝苯地平
- 4) 血管紧张素转换酶抑制剂（ACEI）：
卡托普利、贝拉普利
- 5) 血管紧张素II受体阻滞剂（ARB）：缬沙坦、氯沙坦

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/297013164015006060>