

专科护士实践手册



高血压病

专科护士实践手册

Hy

林秀铭 陈丽丽 ○ 主编

么莉 李红 ○ 主审



化学工业出版社

专科护士实践手册



高血压病

专科护士实践手册

柯静霞 陈耀群 主编
王莉 李敏 副主编

中国医药出版社

专科护士实践手册



高血压病

专科护士实践手册

Hypertension Care

林秀铭 陈丽丽 ○ 主编

李莉 李红 ○ 主审



化学工业出版社

· 北京 ·

本书采用问答形式,介绍血压的相关概念、高血压病的发病机制、血压的测量与监测、特殊人群高血压、高血压的诊断与危险程度的评估、高血压的治疗、健康教育、防治及高血压合并相关疾病的防治等内容。内容丰富广泛,深入浅出,言简意明,条理清晰,利于记忆,便于应用,实用性强。

本书适合护士,特别是高血压专科护士及实习护士阅读参考;也适合高血压患者阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

高血压病专科护士实践手册/林秀铭,陈丽丽主编. —北京:
化学工业出版社, 2013. 3

(专科护士实践手册)

ISBN 978-7-122-16506-0

I. ①高… II. ①林…②陈… III. ①高血压-护理-手册
IV. ①R473. 5-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 027747 号

责任编辑:戴小玲

文字编辑:赵爱萍

责任校对:吴 静

装帧设计:史利平

出版发行:化学工业出版社

(北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011)

印 装:化学工业出版社印刷厂

787mm×1092mm 1/32 印张 6 字数 141 千字

2013 年 5 月北京第 1 版第 1 次印刷

购书咨询:010-64518888 (传真:010-64519686)

售后服务:010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书,如有缺损质量问题,本社销售中心负责调换。

定 价: 18.00 元

版权所有 违者必究

本书编写人员名单

主 编 林秀铭 陈丽丽

副主编 杨 榕 黄秀芳 卢剑萍

编 者 马琳晔 叶 芳 卢剑萍 孙 洁

张小青 宋志虹 陈丽丽 陈晓英

李 彬 杨 榕 杨小春 林秀铭

郑云斌 黄秀芳 黄 瑛 谢 莉

主 审 么 莉 李 红

序一

护理工作是医疗卫生事业的重要组成部分，广大护士在协助诊疗、促进康复、减轻痛苦以及构建和谐医患关系方面担负着重要责任。近年来，我国护理服务领域进一步扩展，护理人员队伍进一步壮大，护理工作者运用护理知识和技术，不断努力为人民群众提供全面、全程、专业和人性化的优质护理服务，以爱心、耐心、细心、责任心满足患者的护理需求，提高患者的满意程度，力求做到贴近患者、贴近临床、贴近社会。

随着人民群众对健康需求的不断提高，现代诊疗技术的飞速发展，护理工作职责范围的日益拓宽，护理专科化已成为临床护理实践发展的方向。一些发达国家如美国、英国、澳大利亚、日本等提出并实施专科护理实践活动，使得护理专业的职能在广度和深度上都有了很大的拓展。我国高度重视专科护理的探索和发展，早在2005年卫生部《中国护理事业发展规划纲要（2005—2010年）》中提出：“根据临床专科护理领域的工作需要，有计划地分步骤在重点临床专科护理领域，包括：重症监护、急诊急救、器官移植、手术室护理、肿瘤病人护理等专科护理领域开展专业护士培训，培养一批临床专业化护理骨干，建立和发展临床专业护士。”《中国护理事业发展规划纲要（2011—2015年）》明确提出：“开展对临床专科护士的规范化培

训，加大重症监护、急诊急救、血液净化、肿瘤、手术室等领域专科护士的培养。”

福建省护理质量控制中心根据国内外专科护理的新发展及研究成果，组织专家及经验丰富的专科护士编写了针对重症监护、急诊急救、手术室、糖尿病、高血压、肿瘤、静脉输液、伤口造口、康复护理、血液净化、老年护理专业护理实践系列丛书。相信这套丛书一定有益于专科护士进行临床实践，一定会在专科护士的培养工作中发挥积极的作用。

借此丛书出版之际，谨致此序。希望广大护理工作者加强学习、钻研业务，努力提高专业技术水平，为促进护理事业健康发展，为增进人民群众的健康水平做出更新、更大的贡献！



卫生部医院管理研究所护理中心主任 么莉

2012年8月

序二

随着社会对健康需求的不断增长，百姓对护理服务的要求也向多元化、专业化发展。2010年全国护理工作会议召开，做出在全国范围内开展“以病人为中心”优质护理服务示范工程的部署，标志着我国护理事业进入了一个新的发展阶段，护理工作努力贴近临床、贴近病人、贴近社会，积极开展优质护理服务，大大改善了老百姓的就医体验。

福建省立医院是集危重患者救治、教学科研、干部保健为一体的综合性医院，福建省护理质量控制中心挂靠医院，也是卫生部首批专科护理国家临床重点专科建设项目医院。医院始终重视护理专业的发展，铸造专业化的护理服务品牌。医院自2005年起，选派60多名护理人员赴美国、日本、德国、英国、新加坡、菲律宾、中国台湾省、中国香港等地进修学习护理管理和专科护理，结合我国护理实践，着手建立和实践以适应临床岗位需要的专科护理发展模式，不断探索与实践，通过建立院内专科护士认证制度，制定专科实践标准，规范护理专业行为，开展护理门诊、护理会诊、专科社区延伸服务等实践活动，推动专科护理质量持续改进，搭建专科护理研究平台。借助福建省护理质控中心的平台，请进海内外专业人员授课，开展急诊、重症医学、手术室、静脉输液、糖尿病、血液净化、康复

等专科护理培训、建立省内专科护理培训基地，培养福建省内专科护士 600 余名，迅速推进了我省临床专科护理质量的提升，提高患者对专科护理工作满意度，同时也充分体现专科护士的专业价值，促进了护理学科的发展。

本书是由福建省护理质量控制中心组织有关专家，在卫生部医院管理研究所护理中心的指导下，精心编写而成，既是专科护士实践经验的积累，也是循证护理研究的结晶。希望这套丛书能够成为广大临床护士工作的好助手，为践行全面、全程、专业的优质护理服务提供保证。



福建省干部保健委员会常务副主任

福建省卫生厅原副厅长

福建省立医院院长 林才经

2012 年 8 月

序三

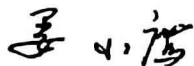
随着医学科学和现代诊疗技术的飞速发展，人们对护理服务需求的不断提高，护理学的专业化已成为我国临床护理实践发展的必然趋势。专科护士是在护理学专业化进程中形成和发展起来的高级临床护理工作者，是指在某一特殊或者专门的护理领域具有较高水平和专长的专家型临床护士，她们能熟练运用专科护理知识和技术为服务对象提供专业化服务。专科护士在拓展护士的角色与功能，提升护理专业地位，发挥医护之间的桥梁作用，增进医疗团队合作，以及提升医疗质量等方面发挥着重要作用。

自 20 世纪 80 年代以来，我国专科护士的发展受到了政府和护理界的重视和支持，已有一大批训练有素的专科护士经过专门培训进入临床护理服务。实践表明，专科护士的培养不仅需要持续强化相关专业和人文理论知识，而且需要在临床实践中不断提高专科护理业务技能水平。因此立足临床一线，高度重视专科护士的持续性培养和指引已成为当前深化专科护士培训制度非常重要的一个问题。

福建省各医院对发展专科护理工作积极进行探索，先后在急危重症护理、手术室护理、糖尿病护理、造口护理等领域取得了显著成绩，逐步建立了专业化的护理骨干队伍，以满足医

疗技术的发展和人民群众多元化健康服务需求。

本套丛书以适应社会对 21 世纪护理人才的需要为宗旨，以培养护士的综合素质为目标，具有较强的科学性、系统性、实用性和可读性，为我国临床专科护士提供了诸多临床关键问题和信息资源，必然启迪专科工作领域的同道，服务于人民群众的健康，服务于医药卫生体制改革的大局，推动临床护理学科的发展。

A stylized, handwritten signature in black ink, likely belonging to Jiang Xiao'e, the author of the endorsement.

中华护理学会副理事长
福建省护理学会理事长
福建医科大学护理学院院长 姜小鹰

2012 年 8 月

前言

高血压是危害人类健康的最常见心血管疾病，也是全球范围内的重大公共卫生问题。根据世界卫生组织《2012年世界卫生统计》报告，全球1/3成年人患有高血压，这种病症的死亡人数约占脑卒中和心脏病所导致的总死亡人数的一半。在我国，由于社会经济的快速发展和人们生活方式的变化，由高血压引起的心血管疾病在疾病负担和死因顺位中均居首位，不仅严重威胁人民群众的健康，而且消耗大量医疗和社会资源，给国家和家庭带来沉重的负担。

近二十年来，在党和政府的极大关注下，我国高血压病的防治工作取得了明显的进步。高血压的管理已经作为促进基本公共卫生服务均等化的重要措施，并被纳入深化医疗卫生体制改革的实施方案中。但是，我国人群高血压患者的疾病知晓率、治疗率及控制率与发达国家相比仍很低，高血压防治任务仍十分艰巨。

为了加强我国高血压人群的防治工作，提高心血管疾病的防治效果，本书根据《中国护理事业发展规划纲要（2011—2015）》对专科护理的发展要求和《中国高血压防治指南（2010年修订版）》及国内外最新研究成果，在高血压专科护士临床实践经验的基础上，广泛征求专家意见编写而成。适合护士，特别是高

血压专科护士及实习护士阅读；也适合高血压患者及家属阅读。

全书共分为六个章节：第一章阐述高血压基本知识，包括相关概念、流行病学特点、发病机制、血压波动规律、血压测量及临床表现等；第二章介绍高血压的诊断和危险程度的评估；第三章叙述高血压治疗方法；第四章为健康教育，从饮食运动、心理行为、服用药物以及相关指标的监测管理等对患者进行专科指导；第五章介绍社区高血压防治，规范化管理以及高血压患者异常情况的紧急处理；第六章介绍高血压与代谢综合征主要相关疾病的关系及防治概要。

本书编写过程中得益于福建省护理质量控制中心护理专家的指导和所有参编人员的共同努力，同时承蒙多位医疗同仁的帮助，特别感谢高血压病医疗专家陈慧、吴小盈、张祖杰的悉心帮助和鼎力支持，在此谨致以最诚挚的谢意！

本书不仅适用医疗、护理、保健等专业人员，对患者及关注健康的公众也有指导意义。由于编写时间仓促，难免有所不足，恳请广大读者批评、指正！

编者
2013年1月

目录

第一章 概述	1
第一节 相关概念	1
第二节 高血压流行病学特点	5
第三节 高血压发病机制	9
第四节 血压波动规律	12
第五节 血压的测量与监测	13
第六节 高血压的临床表现	21
第七节 特殊人群高血压	24
第八节 继发性高血压	28
第二章 高血压的诊断与危险程度的评估	33
第一节 诊断与鉴别诊断	33
第二节 危险程度的评估	44
第三章 高血压的治疗	48
第一节 治疗总原则	48
第二节 治疗方法	51

第四章	高血压的健康教育	67
第一节	饮食与运动	67
第二节	心理与行为	78
第三节	抗高血压药的管理	87
第四节	高血压患者相关指标的监测与管理	90
第五节	随诊	93
第五章	高血压的防治	95
第一节	高血压防治对策和策略	95
第二节	高血压的社区规范化管理	98
第三节	高血压的预防措施	102
第四节	高血压患者发生异常情况的紧急处理	109
第六章	高血压与代谢综合征主要相关疾病的 关系及防治概要	116
第一节	高血压与冠心病	116
第二节	高血压与脑卒中	133
第三节	高血压与肾病	141
第四节	高血压与高脂血症	143
第五节	高血压与痛风	146
第六节	高血压与糖尿病	148
第七节	高血压与肥胖症	151
附录 A	高血压治疗的分级推荐	153
附录 B	高血压患者非药物治疗的效果比较表	157

附录 C 常用的降血糖药物	159
附录 D 常用的调脂药物	160
附录 E 各种食物成分表 (每 100g 可食部分含量) ...	161
附录 F 患者自测血压登记表	164
附录 G 福建省立医院高血压意识评估问卷	165
参考文献	168

问题目录

相关概念	1
什么是血压?	1
什么是脉压?	1
什么是高血压?	1
什么是原发性高血压?	2
什么是继发性高血压?	2
什么是白大衣高血压?	2
什么是隐蔽性高血压?	2
什么是老年单纯收缩期高血压?	3
什么是H型高血压?	3
什么是体位性高血压?	3
什么是体位性低血压?	4
什么是餐后低血压?	4
什么是难治性高血压?	4
什么是高血压急症?	4
什么是高血压亚急症?	5
高血压急症与亚急症有哪些区别?	5
高血压流行病学特点	5
高血压的“三高”和“三低”分别指的是什么?	5
高血压患病率有多少? 有什么样的变化趋势?	5
我国高血压患者的知晓率、治疗率和控制率如何?	6
高血压有哪些流行规律?	6
高血压发病的重要危险因素有哪些?	6
心血管疾病的危险因素有哪些?	8