

刘国树 主编

高血压防治

(修订版)

G A O X U E Y A N F A N G Z H I



金盾出版社

高 血 压 防 治

(修订版)

主 编

刘国树

编著者

王广义 王玉堂 刘国树

李素勤 司全金 张 晶

吕晓川

本书荣获首届金盾
版优秀畅销书奖

金 盾 出 版 社

内 容 提 要

本书在《高血压防治 200 问》的基础上,作了较大调整,增补了有关国内外高血压研究最新成果的内容,重点介绍了常见高血压病、症状性高血压、高血压性心力衰竭、高血压危象、高血压脑病和肺动脉高压的诊治方法,以及高血压的预防和康复知识。内容系统,文字通俗,方法实用,适合广大患者及城乡基层医护人员阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

高血压防治/刘国树主编. —修订版. —北京:金盾出版社,2000.6

ISBN 7-5082-1166-9

I. 高… II. 刘… III. 高血压-防治 IV. R544.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 12110 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 68218137

传真:68276683 电挂:0234

封面印刷:北京 3209 工厂

正文印刷:北京 2207 工厂

各地新华书店经销

开本:787×1092 1/32 印张:8 字数:176 千字

2001 年 6 月修订版第 12 次印刷

印数:349001—360000 册 定价:9.50 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

前 言

高血压是人群中常见病之一,其发病率在世界各国都很高,欧美国家成人高血压患病率达 10%~20%。我国也大有上升趋势,1979 年在 26 个省、自治区、直辖市高血压抽样普查 350 万人的结果,患病率为 3%~9%。按这个比率推算,当时全国成人高血压患者不少于 4 000 万人。1991 年全国流行病学抽样调查结果,高血压患病率已增至 11.88%,高血压患者接近 1 亿人;根据最近有关文献报道,我国目前高血压患者的人数已超过 1 亿。高血压不但多见于城市,农村也有发病。1979 年广东省心血管病研究所对 2 826 名 4~14 岁的农村儿童进行血压普查,高血压患病率为 0.86%,说明高血压不但多发于成年人,在儿童中也有发生。

高血压是一种严重危害人们健康的疾病,它是并发脑卒中、心脏病和肾脏病的重要病因。临床试验证明,有效地防治高血压,能明显地降低脑卒中、心脏病和肾脏病的发病率与病死率。

我国高血压病的流行状况具有患病率高、致残率高、病死率高的“三高”特点,同时又存在着知晓率低、服药率低、控制率低的“三低”现象。为了尽快扭转“三高”、“三低”的态势,我国卫生部门及广大医务工作者经过多年不懈的努力,取得了可喜的进展。为了在群众中更好地普及高血压的防治知识,我们在《高血压防治 200 问》基础上,扩充内容,增加了 40 问,书名改为《高血压防治》(修订版),对原书有关高血压的基础知

识进行了部分调整,反映了国内外高血压研究的最新进展,重点介绍了高血压病(原发性高血压)、症状性高血压、高血压性心力衰竭、高血压危象、高血压脑病、肺动脉高压等的诊断、治疗知识,同时还介绍了高血压的预防、康复知识。内容通俗易懂,简明实用,适用于患者及基层医护人员阅读。

本书在编写中参阅了一些有关高血压方面的书籍及报刊资料,如《中国医学百科全书(心脏病学)》、《高血压译本》(赵光胜审校)、《实用内科学》、《心血管病诊断治疗进展》(杨兴生、孙静平主编)、《心血管病的诊断与治疗》(广东省人民医院、广东省心血管病研究所编)、《防治心血管病的饮食》(冯德编著)、《中国体育报》、《健康报》、《中国医学论坛报》等,还参阅了1999年世界卫生组织/国际高血压学会发表的《高血压治疗指南》,以及中国高血压联盟发表的《中国高血压防治指南》等有关资料,在此向诸位编著者一并表示感谢。

由于编者水平所限,书中难免有不当之处,尚祈读者批评指正。

刘国树

2000年1月于北京

目 录

一、高血压的基础知识

1. 什么叫高血压? (1)
2. 什么是高血压的正常高值? (2)
3. 根据血压水平划分高血压类型和分级都有哪些内容?
..... (3)
4. 美国预防、检测、评价与治疗高血压全国联合委员会
(JNC)1997 年度第六次报告中提出的高血压治疗方
案有什么内容? (4)
5. 1999 年世界卫生组织/国际高血压学会在高血压治
疗指南中是如何将高血压病人危险因素与诊断分级
进行联系的? (5)
6. 1999 年世界卫生组织/国际高血压学会在高血压治
疗指南中所提出的高血压处理策略都有些什么主要
内容? (5)
7. 1999 年世界卫生组织/国际高血压学会的高血压治
疗指南中对单一用药和联合用药有什么新的建议?
..... (6)
8. 英国高血压学会发表的《高血压治疗指南 1999》主
要内容有哪些? (7)
9. 高血压有什么危害性? (9)
10. 血管平滑肌的功能特性是什么? (10)
11. 血压指的是什么? (11)

12. 动脉血压是如何形成的？	(12)
13. 动脉血压有生理变异吗？	(13)
14. 心脏搏出量与血压有关系吗？	(14)
15. 外周阻力与血压的关系是什么？	(14)
16. 心率也与血压有关系吗？	(16)
17. 大动脉的弹性储器作用与血压有何关系？	(16)
18. 血液粘滞度与血压也有关系吗？	(16)
19. 动脉血压是如何表示的？	(17)
20. 动脉血压是如何测定的？	(18)
21. 动脉血压的正常值是多少？	(20)
22. 什么是脉压？什么是平均动脉压？	(21)
23. 何谓临界性高血压？	(21)
24. 什么是收缩期高血压？	(22)
25. 何谓波动性高血压？	(23)
26. 何谓门诊高血压？	(23)
27. 何谓医源性高血压？	(24)
28. 什么是儿童及青年性高血压？	(25)
29. 什么是老年性高血压？	(26)
30. 什么是高原性高血压？	(30)
31. 如何理解潜在性高血压？	(31)
32. 何谓顽固性高血压？其原因是什么？	(31)
33. 顽固性高血压应如何处理？	(32)
34. 充血性心力衰竭病人患高血压应如何处理？	(33)
35. 妊娠妇女患高血压应怎样处理？	(34)
36. 需要手术治疗的病人患高血压应怎么办？	(38)
37. 患有脑血管疾病的病人伴高血压应怎样治疗？	(39)
38. 冠心病病人伴高血压应如何处理？	(39)
39. 糖尿病病人伴高血压应怎么办？	(40)

40. 如果患阻塞性肺疾病或支气管哮喘的病人伴高血压,在治疗上应注意哪些问题?	(41)
41. 痛风病人伴高血压应注意什么?	(42)
42. 高脂血症病人伴高血压应怎么治疗?	(42)
43. 周围血管疾病的病人伴高血压应注意些什么问题?	(44)
44. 目前高血压分类观点是什么?	(44)
45. 常用血压计有几种? 如何选择?	(45)
46. 自测血压都有些什么益处?	(45)
47. 偶侧血压有什么缺点?	(46)
48. 什么叫肾素? 它对血压有调节作用吗?	(47)
49. 血管紧张素 I 有什么作用?	(48)
50. 血管紧张素 II、III 有什么作用?	(48)
51. 前列腺素与血压有什么关系?	(50)
52. 冷加压试验的意义是什么?	(52)
53. 镇静试验的意义是什么?	(52)
54. 平板运动试验时血压升高有什么意义?	(53)
55. 高血压病人为什么要测尿儿茶酚胺?	(53)
56. 香草醛扁桃酸测定有什么意义?	(55)
57. 高血压病人为什么要测定血中醛固酮含量?	(55)
58. 17-酮类固醇、17-羟类固醇测定有什么用途?	(56)
59. 血浆肾素活性测定是怎么回事?	(57)
60. 什么是 CT 检查? 肾或者肾上腺 CT 检查对高血压诊断有什么意义?	(58)
61. 高血压病病人通常要做哪些化验项目检查?	(59)
62. 心率在高血压病中有什么重要性?	(60)
63. 高血压病病人为什么要做糖耐量、血糖和尿糖测定?	(61)

64. 大脑皮质也控制血压吗？	(61)
65. 小脑对血压也有调节作用吗？	(62)
66. 什么是颈动脉窦压力感受器反射？它是如何调节 血压的？	(62)
67. 什么是主动脉弓压力感受器反射？它是如何调节 血压的？	(63)
68. 高血压对心脏有哪些不利作用？	(64)
69. 怎样从心电图上看出心室肥厚？	(66)
70. 高血压可引起哪些脑部疾患？	(66)
71. 长期高血压会影响肾功能吗？	(67)
72. 正常人双上肢血压相同吗？为什么有的病人双上 肢血压不同？	(67)
73. 正常人上下肢血压一样高吗？为什么有的病人上 肢血压反而比下肢血压高？	(68)
74. 夹层动脉瘤也与高血压有关系吗？	(69)
75. 舒张压高低与合并心血管疾病危险性有何关系？	(70)
76. 治疗分数判断高血压治疗效果是怎么回事？	(70)
77. 什么叫 T/P 比率？24 小时动态血压测量有什么 临床应用价值？	(71)
78. 动态血压监测包括什么内容？	(72)
79. 动态血压监测对高血压诊断和治疗有什么意义？	(73)
80. 门诊常根据什么考虑病人患有高血压？	(74)
81. 在门诊对高血压病的处理原则是什么？	(75)
82. 由高血压引起的心肌肥厚能否恢复？	(75)
83. 为什么肥胖的人易患高血压？	(76)
84. 是不是人的年龄越大患高血压的就越多？	(76)

85. 高血压病人发生肿瘤的危险性较大吗?	(77)
86. 盐与高血压有关系吗?	(78)
87. 多吃盐为什么会使血压升高?	(79)
88. 激肽释放酶-激肽系统与高血压的关系是什么? ...	(80)
89. 高血压病病人为什么应当忌酒?	(82)
90. 高血压病病人为什么必须戒烟?	(83)
91. 什么样的抗高血压药物为理想降压药?	(84)
92. 通常所讲的短、中、长效降压药物是什么意思?	(84)
93. 何谓缓释制剂、控释制剂?	(85)
94. 用何种饮料送服降压药为好?	(86)
95. 高血压引起靶器官损害是什么意思?	(86)
96. 针灸也能治疗高血压吗?	(87)
97. 降压治疗对发生心血管危险有什么影响?	(88)
98. 高血压病病人能不能补钙?	(89)
99. 婚姻关系紧张可使血压升高吗?	(90)
100. 门诊及出院后高血压病病人应如何维持长期治 疗?	(91)
101. 高血压病病人什么时候应去医院就医?	(92)

二、高血压病

102. 什么是原发性高血压?	(93)
103. 高血压病的发病机制是什么?	(93)
104. 高血压病易发心血管病的危险因素有哪些?	(97)
105. 高血压病与遗传有关系吗?	(97)
106. 年龄与高血压病也有关系吗?	(97)
107. 高血压病是否与职业和环境有关系?	(98)
108. 什么叫缓进型高血压病?	(100)
109. 缓进型高血压病的心脏表现有哪些?	(101)

110. 缓进型高血压病的脑部表现有哪些？	(102)
111. 什么是急进型高血压病？	(103)
112. 什么是恶性高血压？ 如何处理？	(104)
113. 高血压病病人的心电图和心向量图有何改变？	(105)
114. 高血压病病人的超声心动图有何特征？	(106)
115. 什么是高血压病的阶梯疗法？	(108)
116. 既往将高血压病分为几期？	(108)
117. 中医把高血压病分为哪几型？	(110)
118. 常用降压药物有哪些？	(111)
119. 国产常用复方降压药片有哪些？	(115)
120. 高血压病应如何治疗？	(115)
121. 降压药治疗高血压病为什么要从小剂量开始？ 为什么要坚持长期治疗？ 长期服降压药有哪些 注意事项？	(118)
122. 对血压升高已数年的患者应如何降压治疗？ 临 床上为什么有时同时用几种降压药治疗？	(119)
123. 高血压病病人在降压治疗过程中舒张压的危险 下限值是多少？	(120)
124. 什么是高血压 NAH 治疗方案？	(121)
125. 夏季如何使用降压药？	(121)
126. 科素亚是抗高血压药吗？	(122)
127. 倍他乐克治疗高血压病的效果如何？	(123)
128. 钠催离的降压效果如何？	(126)
129. 阿尔马尔降压特点是什么？	(127)
130. 能简单地介绍波依定、络活喜、落普思和拜新同 吗？	(128)
131. 能简单地介绍洛汀新、蒙诺、瑞泰、雅施达、抑平	

- 舒、诺普顿和捷赐瑞吗? (130)
132. 服用降压药血压已降至正常,继续服用降压药会不会引起低血压? (135)
133. 一旦服用了降压药就不能停药吗? (136)
134. 高血压病的死亡原因是什么? (137)

三、症状性高血压

135. 什么叫症状性高血压? (138)
136. 引起症状性高血压的常见原因是什么? (139)
137. 什么情况下怀疑高血压患者可能为继发性高血压? (140)
138. 什么叫肾性高血压? 其发病机制和病理特点是什么? (140)
139. 肾性高血压的治疗对肾功能有何影响? (142)
140. 肾性高血压有哪些临床表现? (143)
141. 急性肾小球肾炎的高血压有何特点? (144)
142. 慢性肾小球肾炎的高血压有何特点? (144)
143. 慢性肾小球肾炎高血压与高血压病如何鉴别? (145)
144. 慢性肾盂肾炎也常伴有高血压吗? (145)
145. 何谓肾动脉狭窄? (146)
146. 肾动脉狭窄为什么可引起血压升高? (147)
147. 怀疑病人患肾动脉狭窄做放射性核素肾图测定有何意义? (147)
148. 何谓静脉肾盂造影? 对诊断肾动脉狭窄有何意义? (149)
149. 何谓分侧肾功能测定? 有何意义? (149)
150. 血浆肾素活性测定有何用途? (150)

151. 用何方法能鉴别肾血管病变和肾实质性病变引起的高血压? (152)
152. 什么叫多囊肾? 患多囊肾的病人血压也高吗? (152)
153. 肾脏也长肿瘤吗? 肾脏肿瘤也能引起血压升高吗? (153)
154. 肾移植后也可引起高血压吗? (154)
155. 什么叫嗜铬细胞瘤? (154)
156. 嗜铬细胞瘤病人有何特殊临床表现? (154)
157. 儿童也患嗜铬细胞瘤吗? (155)
158. 什么叫酚妥拉明(苄胺唑啉)阻滞试验? (156)
159. 何谓组胺试验? (156)
160. 胰升血糖素试验有何意义? (158)
161. 什么是酪胺激发试验? (158)
162. 嗜铬细胞瘤定位检查有哪些方法? (159)
163. 库欣综合征的特点及其与高血压的关系是什么? (159)
164. 肾上腺皮质腺瘤与肾上腺皮质增生如何鉴别? (160)
165. 促肾上腺皮质激素兴奋试验有何意义? (162)
166. 地塞米松抑制试验有何用途? (163)
167. 什么叫原发性醛固酮增多症? 有什么临床特点? (163)
168. 高血压病人为什么要查血钾? (165)
169. 腹膜后充气造影是怎么回事? (165)
170. 肾上腺放射性核素照像有什么用途? (166)
171. 肾动脉血管造影有何意义? (166)
172. 妊娠高血压综合征与高血压病如何鉴别? (168)

173. 哪几种症状性高血压可行手术治疗? (168)
174. 什么情况下症状性高血压不宜手术治疗? (168)
175. 肾性高血压宜用哪几种药物治疗? (169)
176. 安体舒通对原发性醛固酮增多症病人有何好处?
..... (170)

四、高血压性心力衰竭

177. 什么是高血压性心力衰竭? (172)
178. 高血压性心力衰竭的原因是什么? (173)
179. 高血压性心力衰竭的早期临床表现有哪些? (174)
180. 高血压性左心衰竭有哪些表现? (175)
181. 高血压性心力衰竭能发展为全心衰竭吗? (175)
182. 高血压性心力衰竭病人尿液检查可有异常变化
吗? (176)
183. 高血压性心力衰竭病人的胸部 X 线特点是什么?
..... (177)
184. 高血压性心力衰竭病人的心电图、心向量图和超
声心动图检查有何变化? (178)
185. 诊断高血压性心力衰竭的依据是什么? (178)
186. 高血压性心力衰竭的治疗原则是什么? (179)
187. 高血压性心力衰竭的治愈、好转标准是什么?
..... (180)

五、高血压危象

188. 什么是高血压危象? (180)
189. 高血压危象发生的原因是什么? (181)
190. 高血压危象的临床表现是什么? (182)
191. 高血压危象实验室及眼底检查有何异常变化?

- (183)
192. 高血压危象应怎样治疗? (183)
193. 高血压危象的治愈、好转标准是什么? (185)
194. 高血压危象预后如何? (185)
195. 如果病人血压突然升高应如何处理? (185)

六、高血压脑病

196. 什么是高血压脑病? (187)
197. 高血压脑病的病因是什么? (188)
198. 高血压脑病是如何发生的? (188)
199. 高血压脑病的临床特点是什么? (189)
200. 高血压脑病与脑血栓形成或脑栓塞如何鉴别?
..... (189)
201. 高血压脑病如何与脑出血或蛛网膜下腔出血相
鉴别? (190)
202. 高血压脑病与颅内占位性病变有什么不同? (190)
203. 高血压脑病的治疗原则是什么? (191)
204. 高血压病不经治疗可致老年性痴呆吗? (192)
205. 在家中或公共场所发生脑卒中怎么办? (192)

七、肺动脉高压

206. 什么是肺动脉高压? (194)
207. 什么是肺静脉淤血性肺动脉高压? (195)
208. 什么是肺循环动力过高性肺动脉高压? (196)
209. 肺小动脉缺氧性痉挛引起肺动脉高压的机制是
什么? (197)
210. 肺部广泛病变也能引起肺动脉高压吗? (197)
211. 如何解释肺动脉闭塞性肺动脉高压? (198)

212. 肺动脉高压的临床表现是什么? (199)
213. 如何诊断肺动脉高压? (200)
214. 肺动脉高压可以治疗吗? (201)
215. 前列腺素 I₂ 注射液治疗肺动脉高血压有效吗?
..... (201)

八、防治高血压的饮食

216. 为什么高血压病人要少吃动物类食品? (202)
217. 能介绍几种有益于防治高血压病的菜肴吗? (203)
218. 你知道荠菜、莼菜有降压作用吗? (214)
219. 刺菜、菠菜也能降血压吗? (215)
220. 马兰、豌豆有益于降血压吗? (216)
221. 海菜、木耳对降血压有好处吗? (216)
222. 你知道芹菜也有降血压作用吗? (217)
223. 海带有利于降血压吗? (218)
224. 西瓜也有降血压作用吗? (218)
225. 常吃桑椹对高血压病病人有什么好处? (218)
226. 食用桃子、香蕉有益于高血压的治疗吗? (219)
227. 猕猴桃和柿子对防治高血压的合并症有好处吗?
..... (219)
228. 常食苹果对高血压病病人有好处吗? (220)
229. 能介绍几种治疗高血压病的中草药吗? (221)
230. 能介绍几种有益于高血压病病人的饮料吗? (225)
231. 饮茶有利于防治高血压病吗? (227)

九、高血压病的预防

232. 什么叫高血压 I、II 级预防? (228)
233. 有什么办法可以预防高血压病? (229)

234. 患高血压病的老年人大便时应注意什么? (230)
235. 练气功和打太极拳能够降血压吗? (230)
236. 松弛-默想方法可以降低血压吗? (232)
237. 洗耳恭听有助于降血压吗? (234)
238. 常吃西红柿对防治高血压有益处吗? (234)
239. 维生素 C 可以防治高血压吗? (235)
240. 检查高血压病病人血中的肌氨酸酐的含量有何
意义? (235)