

<<高血压调治与生活宜忌>>

图书基本信息

书名：<<高血压调治与生活宜忌>>

13位ISBN编号：9787543950467

10位ISBN编号：7543950464

出版时间：2012-1

出版时间：上海科学技术文献出版社

作者：吴铭，滕宗艳 编

页数：194

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<高血压调治与生活宜忌>>

### 内容概要

重视疾病，关爱身体！  
健康永远是第一位的！

不管你是该病的患者，还是亚健康人群，阅读《高血压调治与生活宜忌》都会让你受益匪浅。  
《高血压调治与生活宜忌》讲述了患高血压通常会出现哪些症状、血压超过多少属于高血压等科学实用、通俗易懂的内容。

## <<高血压调治与生活宜忌>>

### 书籍目录

#### 高血压常识

##### 认识高血压

血压是怎么回事

收缩压和舒张压是怎么回事

血压都是一样的吗

血压超过多少属于高血压

高血压分哪两大类

高血压是如何分级的

各期高血压表现是怎样的

患高血压通常会出现哪些症状

高血压引起的头晕症状是怎样的

高血压引起的头痛症状是怎样的

高血压引起的烦躁、心悸、失眠症状是怎样的

高血压引起的注意力不集中,记忆力减退表现是什么

高血压引起的肢体麻木的症状是怎样的

高血压出血多发生在哪个部位

高血压会对身体造成什么样的危害

高血压会引起哪些并发症

什么是高血压危象

.....

#### 高血压诊疗

高血压患者生活家书

高血压患者饮食调养

适宜高血压患者食用的食物

高血压患者一日三餐调养食谱

## &lt;&lt;高血压调治与生活宜忌&gt;&gt;

## 章节摘录

## (3) 脑血管损伤。

长期高血压会使小动脉硬化，易于破裂出血或痉挛，从而导致脑血栓。

## (4) 肾脏损害。

由于肾脏入球、出球小动脉痉挛和硬化，导致肾脏缺血缺氧和肾实质纤维化。

另外，高血压晚期多伴有进行性肾功能减退。

## (5) 视网膜功能减退。

这是由于血压长期升高，使得视网膜动脉发生玻璃样变所致。

在中国，高血压病最常见的并发症是脑血管意外，其次是高血压性心脏病、心力衰竭，再次是肾功能衰竭，较少见但最为严重的并发症是主动脉夹层动脉瘤。

其特点是发病突然，而且迅速产生剧烈胸痛，并向背部或腹部放射，同时伴有主动脉分支堵塞现象，使两上肢血压及脉搏有明显差别，从颈动脉到股动脉的一侧脉搏均消失，下肢甚至会发生暂时性瘫痪或偏瘫。

少数患者发生主动脉瓣关闭不全，未受堵塞的动脉血压升高，动脉瘤可破裂人心包或胸膜腔而导致迅速死亡。

胸部X线检查可见主动脉明显增宽；超声心动图计算机化X线或磁共振断层显像检查可直接显示主动脉的夹层或范围，甚至可发现破口。

高血压还可引起下肢动脉粥样硬化，可造成下肢疼痛、跛行等现象。

高血压危象是一种临床综合征，主要是由于交感神经功能亢进、儿茶酚胺分泌过多引起小动脉短暂而强烈地痉挛，外周血管阻力骤然升高，导致短期内血压急剧上升所致。

发病主要表现为血压突然升高，并以收缩压升高为主，同时伴有头痛、眩晕、烦躁、面色苍白、口干、心悸、耳鸣、多汗、恶心、呕吐、视力模糊或暂时失明、尿频、尿急等症状，严重者可出现心绞痛、脑水肿或肾功能障碍。

上述症状一般持续时间较短。

高血压危象可发生于任何类型的高血压，患者收缩压大多超过200 mmHg，舒张压大多超过130 mmHg

高血压危象会造成哪些严重后果 高血压危象的病死率极高，过去因缺乏治疗高血压的有效药物，1年病死率为90%，5年病死率为99%，随着医学的进步，更为有效的治疗手段大大降低了病死率，但1年病死率仍达25%，5年病死率仍达50%。

出现高血压危象的患者主要死于高血压心脏病、急性心力衰竭或急性肾衰竭。

一旦出现高血压危象，在治疗上必须采取快速降压的手段，在最短的时间内将舒张压控制在110 mmHg以下。

诱发高血压危象的因素较多，如精神刺激、情绪骤变、过度劳累、气候变化、内分泌失调等。

老年高血压有什么特点 如果患者年龄在60岁以上，且收缩压>160 mmHg或舒张压>95 mmHg，则可归为老年高血压。

老年高血压患者中，一部分是由成年高血压延续而来；另一部分是因动脉粥样硬化，血管弹性减退，收缩压升高而来。

老年高血压具有以下特点： (1) 老年人高血压患者血压波动比较大，尤其是收缩压。

这主要是由老年患者血管压力感受器敏感性减退所造成的。

(2) 老年人高血压易受体位变动的影 响，直立性低血压的发生率较高，特别是在应用抗高血压药物进行治疗时更易发生，这也是受到压力感受器敏感性减退的影响。

(3) 老年人容易出现假性高血压现象，这类高血压患者对抗高血压药物的耐受性较差，更易导致严重的不良反应和并发症。

(4) 老年人高血压以收缩压升高为主，对心脏危害性更大，更易发生心力衰竭和脑卒中。

(5) 老年人受体的反应性降低，因此对受体阻滞剂的耐受性更好，但依然有引起心动过缓和充血性心力衰竭的危险。

## <<高血压调治与生活宜忌>>

(6) 老年人的血容量有所减少, 而且对交感神经抑制敏感, 这与老年人心血管反射损伤有关。

(7) 老年人神经系统功能较低, 容易在接受药物治疗时发生抑郁症。

青春期高血压有什么特点 青春期高血压一般是青少年发育过程中的暂时现象。

大多数患青春期高血压的青少年体格发育都较好, 各器官功能也大多正常。

平时无明显的症状表现, 只有在运动量过大或过度疲劳时才表现有轻微的头晕、乏力等症状。

主要特点为收缩压明显增高, 可达140—150mmHg, 而舒张压多在正常范围内。

为什么对青春期高血压不可掉以轻心 青春期轻度高血压虽然在相当长的时间内无任何自觉症状, 但它却能逐渐对血管、心脏、肾脏和大脑造成损害。

不少患者会在没有任何不适的情况下突然发生血管破裂、堵塞或心脏病突发, 甚至可能导致猝死。

人到中年时, 在高度紧张的情况下, 有青春期高血压病史的患者, 其致命性心脏病突发率要比正常人高2倍以上。

因此, 对青春期高血压绝对不能掉以轻心。

由于青春期高血压的发生是暂时性的, 过了青春期一心血管系统发育迅速趋于平衡, 血压就会恢复正常。

因此一般不主张过早应用降压药物, 但必须通过建立良好健康的生活方式来达到使血压恢复正常的目的。

.....

## <<高血压调治与生活宜忌>>

### 编辑推荐

疾病并不可怕，只要你本着“三分治、七分养”的原则，通过了解病症常识，掌握生活宜忌，合理调整膳食，你的身体就能发生意想不到的改变。

《高血压调治与生活宜忌》是一本最畅销、最受读者欢迎的家庭调治保健书！

<<高血压调治与生活宜忌>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>