

基层医院高血压的治疗误区及防治方法探讨

蒋辉

(重庆市北碚区东阳街道社区卫生服务中心 重庆 400799)

摘要：当前社会上高血压的发病率很高，《中国心血管健康与疾病报告 2019》显示，我国高血压患病人数已达 2.45 亿人。如果高血压控制不佳，可能带来严重的并发症，包括冠心病、心力衰竭、脑卒中、肾脏疾病等。因此，预防和控制高血压是遏制我国心血管疾病发生的重要策略。基层医疗机构是高血压管理的“主战场”，所以在为高血压患者提供治疗时，需要通过合理、有效的治疗，减少或延缓并发症的发生，以达到降低病死率、提高生活质量的最终目的。基于此，本次就基层医院高血压的治疗误区及防治方法进行简单分析。

关键词：基层医院；高血压；治疗误区；防治方法

Discussion on treatment error and prevention method of hypertension in primary hospital

Jiang Hui

Community Health Service Center, Dongyang Subdistrict, Beibei District, Chongqing 400799, China

Abstract: At present, the incidence of hypertension is very high in the society. According to the Chinese Cardiovascular Health and Disease Report 2019, the number of hypertensive patients in China has reached 245 million. If hypertension is not well controlled, it may lead to serious complications, including coronary heart disease, heart failure, stroke, kidney disease, etc. Therefore, prevention and control of hypertension is an important strategy to curb the occurrence of cardiovascular diseases in China. Primary medical institutions are the "main battlefield" of hypertension management, so when providing treatment for hypertension patients, it is necessary to reduce or delay the occurrence of complications through reasonable and effective treatment, so as to achieve the ultimate goal of reducing mortality and improving quality of life. Based on this, this basic hospital hypertension treatment errors and prevention methods for a simple analysis.

Key words: basic hospital; High blood pressure. Treatment misunderstanding; Method of prevention and cure

1 引言

高血压属于当前社会常见的慢性病之一，发病率逐年提升，发病年龄年轻化，给群众的生产生活带来很大影响。由于该病的病因病机十分复杂，治疗有很大难度，并且无法根治，对此，需要基层医院为患者提供科学的高血压预防和治疗方案，避免常见的治疗误区，提高治疗措施的有效性，以实现血压水平的科学控制。

2 基层医院高血压治疗现状

高血压是困扰很多群众的难题，危害性很大，并可能诱发很多严重并发症。该病没有明确的病因，并且遗传、环境、饮食等很多因素都可能诱发或刺激该病的发生发展，所以治疗难度很大，并且无法治愈。大部分患者特别是严重的患者都是使用药物进行控制，但长期如此不仅会增加经济负担，也会产生耐药性，并积累出一些副作用。同时，在高血压治疗过程中，因为一些因素的影响，还存在一些问题，表现出治疗误区情况，比如错误用药、长期服用一种药，过于依赖降压药等，带来一定不良影响。

3 基层医院高血压治疗中存在的误区

3.1 对血压水平依靠自己感觉来评估

主要是对于一些长期存在高血压的患者，经常借助自己对于血压的感觉来评估血压是否得到控制。如头昏血压就高，就服用降压药物；无头昏，就停用降压药物；但实际上对于这部分患者来说，因为长期血压偏高，所以机体对于高血压状态已经适应，此时如果血压达 180 甚至 200mmHg 以上，患者也不会出现不适症状，从而导致延误治疗，导致心脑血管事件等并发症发生。另外，有的患者在治疗时过于追求将血压控制在合理范围内，未对年龄、并发症或其他心血管疾病进行考量，从而带来一些不良后果。实际上对于高血压的治疗，应当结合个体的情况进行合理控制，并不是都控制在正常水平就是好的。

3.2 降压药物使用不合理

①时间控制不合理。在基层医院中，医生可能会遇到一些处于高血压临界点的患者，相对于正常水平来说偏高，但只高出一。对于这部分患者，医生不确定是否需要使用降压药物进行治疗。②用药不规律。很多患者不能长期坚持用药，经常遗忘或者因为外部因素影响而改变降压药物的用药规律，导致血压整体不稳定，这可能造成一些脏器的损害。③忽视用药禁忌证，因为患者有时还并发其他疾病，或者高血压比较严重，需要联合用药，但不同药物都有用药禁忌证，有时医生可能忽视这一点，带来安全问题。④个别患

者在血压降低后立刻停止用药，导致血压又升高，表现出升高-降低-升高……的曲线趋势，不仅不利于疾病治疗，还可能引发严重的并发症。⑤过于依赖降压药。有的患者在血压升高之后，盲目使用降压药，而且不认可其他疗法的作用，只相信药物才能降低血压，对于降压药的依赖性过强，这可能会影响到治疗效果。除了使用降压药，还需要配合饮食和生活习惯的调整，这有助于快速控制血压，并减少并发症的出现。⑥长期使用一种降压药，目前的降压药类型很多，考虑耐药性因素，医生会建议患者注意轮换用药，一种药物服用时间过长可能会出现降压效果差，需要在医生的指导下合理调整用药方案。⑦用药剂量不合理。降压药剂量过多或过少都会影响到药效。如果某次医生开具的处方中给出的剂量要求相对较低，与实际需求剂量不符，这会导致患者体内的血药浓度不达标，无法产生良好治疗效果。⑧联合用药不合理：基层医院部分医生存在重复用药现象，如苯磺酸氨氯地平片搭配硝苯地平缓释片（或控释片）口服，或 ACEI 和 ARB 联合应用等均为重复用药，从而影响降压效果，有时会产生严重的副作用。9、降压药物欠缺：基层医院因进货渠道及多方原因，存在药物未得到及时供应，降压药物短缺现象，导致患者经常调整降压药物治疗，致使患者遵医行为差，血压控制不佳等现象。

3.3 并发症的评估

基层医院医生未及时对患者的靶器官损害、肝肾功能进行评估。每次高血压患者就诊，均已开具降压药物为主，未告知患者需定期监测肝功、肾功、血脂、尿蛋白、心电图等检查评估靶器官损害程度，视评估情况调整降压药物治疗。加之患者医学相关知识缺乏，遵医行为不强，且因经济原因拒绝行相关检查，导致无法根据患者个体差异调整降压药物治疗，致使患者出现并发症，且血压控制不佳的情况。

4 基层医院避免高血压治疗误区的防治方法

4.1 加强对患者信息的了解

了解患者的患病信息，包括个人信息、疾病史、其他合并疾病、饮食习惯等等，开展详细的调查，评估患者对于该病防治知识的了解程度，然后在考虑患者接受水平的基础上，选择通俗易懂、简单直接的话语进行疾病健康知识宣教，可以是一对一教育，也可以是大讲堂，还可以是讲座，或者发放健康手册等，提升患者对该病的知识知晓水平。

(下转第 319 页)

(上接第 272 页)

4.2 对患者进行疾病知识指导

指导患者了解该病的病因病机、症状、并发症等,告知对其进行防治的重要性,提升防治意识;要求患者知晓高血压的高危因素,包括情绪、吸烟饮酒、饮食、运动、体重等方面,同时向他们详细分析生活方式对于血压的影响,对于疾病防治的有效作用,鼓励形成良好的生活习惯;指导患者合理用药,详细说明所用药物的适应症、禁忌症、不良反应等,增加患者对此的了解,并严格说明用药方法、剂量、途径等,并要求患者禁止随意更改,需要在医师的指导下进行调整。

4.3 指导患者定期监测血压

掌握血压的测量方法,并了解血压的正常范围以及高低范围,知晓保持在什么水平属于正常血压;关注患者心理情绪的变化,在就诊时观察行为和表情,通过语言沟通了解存在的不良心理情绪,并进行干预和疏导,对患者进行言语和行为鼓励以及支持;经常与患者沟通交流,解答他们的疑问,给予关爱,促使他们树立信心,形成积极乐观的情绪,进而提升治疗依从性。

4.4 跟踪评估患者的血压控制情况,评估患者靶器官损害

医生要对患者的血压控制情况进行实时指导,要求家属进行监督;掌握患者治疗期间的用药情况、饮食情况、运动情况等,寻找存在错漏的细节,进行科学指导;根据患者的血压控制情况,指导科学调整饮食,建议患者尽量清淡饮食,少吃高盐高糖高脂肪以及

其他口味重的食物,多吃水果和蔬菜等纤维素丰富的食物,尤其是芹菜要常吃,有良好的控制血压效果;指导患者科学运动,每天运动一定时间,运动量和强度逐渐增加,养成锻炼习惯,逐渐改善体质。加强患者知识宣教,告知患者评估靶器官损害的重要性,提高患者依从性,定期评估患者靶器官损害,减少患者并发症发生。

4.5 提高医师知识水平

基层医院要注意定期组织医师进行培训和提升,尤其是出现新降压药和新的药物治疗方法之后,要及时鼓励医师进行学习,掌握高血压治疗的最新动态,争取跑在技术的最前沿。基层医院要注意培养医师的责任意识,对自身肩负的药学工作认真负责,掌握丰富的药学理论知识和药物知识,并可以结合患者病情合理选择合适的降压药物,有选择性的使用药物,保证所选药物与个体病情相互适应。

5 结语

当前临床上在高血压治疗方面存在一些误区和问题,影响到疾病治疗和降压药的合理使用。对此基层医院需要明确高血压治疗的常见误区,进行指导和调整,实现高血压的科学防治。

参考文献:

[1]徐卫国.基层医院高血压的治疗误区及防治措施[J].饮食保健,2018,5(27):278.

[1]刘国存.基层医院高血压的治疗误区及防治措施[J].名医,2019(03):91.