

# 收缩压不高、舒张压明显升高 年轻人更需警惕这类高血压突袭

深秋时节,天气逐渐变冷,人体内血管受寒冷刺激后,更容易收缩痉挛,继而导致血压升高、波动明显。对此,石家庄市第三医院心内一科主任医师王立君表示,这段时间,不仅中老年人,年轻人也应该积极预防,减少高血压的发病风险。

燕都融媒体记者 檀亚楠

## 高血压10年未予重视 35岁小伙突发脑出血

近日,35岁的李先生在一次与朋友聚会饮酒后突然晕倒,经检查确诊为突发右侧大脑脑出血。虽经抢救脱离生命危险,但李先生出现认知功能障碍,左侧上肢、下肢瘫痪,大小便不能自理,同时生化检查结果显示他还患有慢性肾功能不全。

经了解,李先生患高血压病10多年,因没有明显不适症状,就没有给予足够的重视,没有改善生活方式,结果年纪轻轻就出现血管粥样硬化,影响到了大脑和肾脏。

## 不健康的生活方式是造成 年轻人高血压的重要原因

提起高血压大家并不陌生,是较为常见的一种慢性病,同时也是导致心脑血管病最主要的危险因素。有些人误认为高血压只会发生在中老年人身上,其实则不然。近年来,高血压患病人群呈现出年轻化趋势。

不健康的生活方式是造成年轻人高血压的重要原因。王立君表示,高盐饮食、超重或肥胖、大量饮酒、酗酒、压力过大、长期熬夜等,都会极大地增加高血压的发病几率。

此外,长期吸烟也是诱发年轻人高血压发作的高危因素。这是因为吸烟时可释放大量毒素,刺激血管内皮,引起血管收缩,加速动脉粥样硬化的过程,为高血压的危险因素,可进一步升高血压。

## 警惕! 高血压可呈“隐匿性” 早期无明显症状

大部分年轻人高血压呈“隐匿性”,早期常无明显症状,多于体检或偶然测量时发现。少部分高血压患者可出现头晕、头痛、恶心、注意力不集中、困乏等,多数年轻高血压患者并无明显症状。对此,王立君指出,年轻患者应注意加强对血压的测量观察,尤其是对其父母兄弟姐妹中患有高血压病的人。

“年轻人高血压特点多为收缩压不高,而舒张压显著升高,心率偏快。很多年轻人



认为,虽然舒张压偏高,但是收缩压处于正常范围内,不必太在意,其实不然。”王立君说,相较于老年人,年轻人的主动脉弹性较好,缓解动脉壁压力的能力比较强,因此收缩压不高。但外周阻力并未减轻,当心脏舒张时,舒张压升高依然会比较明显。随着年龄增长,动脉硬化,血管壁弹性变差,且病程延长,收缩压也会随之增高,最终导致高压低压均升高的高血压。

另外,年轻高血压病患者,因发病时间较短,内脏功能受损较轻,但血压的波动性

较大,部分年轻高血压病患者,血压可迅速升高,甚至可发展成为恶性高血压,或形成耐药的顽固性高血压。

王立君表示,如果测量血压时发现自己血压升高,别急着说自己得了高血压病。因为高血压病的诊断,除了血压升高这一标准之外,一定要排除继发性高血压,也就是其他疾病或者病因引起的血压升高,尤其是对于血压中、重度升高的年轻人,引起继发性高血压的疾病很多,比如慢性肾盂肾炎、多发性大动脉炎等。

## 医讯

### 第十六届国际 络病学大会在石召开

本报讯(燕都融媒体记者檀亚楠)近日,第十六届国际络病学大会暨第八届中西医结合血管病学大会在石家庄召开。本次会议线上线下共辐射超6万余名医学者同步收看大会盛况,共享中医络病理论重大成果,共谋中医络病现代化发展之路。

在院士论坛环节,中国工程院吴以岭院士、中国工程院张运院士、中国科学院全小林院士分别作题为《中医络病学说构建及其指导微血管病变防治》《CAPITAL研究所提出的科学问题》《中医药循证之路—从慢病到疫病》的报告,就络病理论原创取得丰硕成果以及络病理论指导多种难治性疾病防治的独特价值展开深入的学术交流。在高端专家论坛环节,中国医学科学院阜外医院杨跃进教授、武汉大学人民医院黄从新教授、南京医科大学第一附属医院李新立教授、呼吸疾病国家重点实验室何建行教授、河北医科大学附属以岭医院贾振华教授分别作重要学术报告,分享了络病中药在心律失常、心力衰竭、传染性公共卫生事件等重大疾病中发挥的重要作用。

### 石市红十字会卡通 形象“石小红”上线

本报讯(燕都融媒体记者檀亚楠)10月28日,石家庄市红十字会举办网络卡通形象——“石小红”上线仪式。

“石小红”形象的发布对于提升石家庄市红十字会知晓率认同率,有效凝聚社会力量加入红十字大家庭具有积极促进作用,有利于更好地传递石家庄市红十字会在新时代展示新作为、开启新篇章的红十字好声音。

# 河北以岭医院通过 中国胸痛中心(标准版)认证

日前,中国胸痛中心执行委员会公布了2020年度第一批中国胸痛中心认证单位名单,河北以岭医院榜上有名,顺利通过中国胸痛中心(标准版)认证。据了解,本次认证全国共有265家单位提出申请,142家申请单位通过认证(通过率53.5%),其中标准版胸痛中心49家。“国字号”胸痛中心的认证让更多急性胸痛患者得到及时有效的救治。

燕都融媒体记者 檀亚楠

## 胸痛是急性心肌梗死等 疾病的主要临床表现

胸痛是急性心肌梗死、主动脉夹层、肺动脉栓塞等心脏大血管急危凶险疾病的主要临床表现,胸痛中心是医院内以多学科协作、急救绿色通道和快速反应为特征的胸痛患者快速诊疗体系。

作为胸痛中心的关键科室,河北以岭医院心血管病科为国家卫健委中医临床重点专科,国家区域中医心血管病诊疗中心,系统研究了冠心病、心律失常、慢性心衰的发病机制。同时,组织开展基层网络医院联合会、质量分析例会、典型病例分析例会、胸痛中心建设例会,创新“四全一结合模式”,即全员参与、全程管理、全时控制、全区覆盖,探索中西医结合胸痛中心建设新模式。

河北以岭医院院长贾振华表示,医院胸痛中心自创建以来,救治胸痛病人数量和救治成功率都有了大幅度的提高,有效降低了死亡率和致残率,并减轻了患者医疗负担。



## 胸痛中心是多学科组成的协同救治体系

胸痛中心是心血管内科、急诊科、院前急救、胸痛网络医院等多学科组成的协同救治体系。记者了解到,河北以岭医院自2019年1月1日创建胸痛中心后,整合院前急救系统与院内绿色通道,制定和优化各项规章制度和诊治流程,强化全院相关科室对于急性胸痛患者的综合救治能力。该院急诊科主任张战波表示,医院培养了一支由急诊科、心血管病科、检验科、功能科、影像科等多学科联动的专业化队伍和医疗质量部、财务部等保障部门,完善院前急救体系,并建立了导管室的快速诊疗通

## 为胸痛患者救治开通绿色通道

“真没想到我能这么快出院。”10月20日,21岁的急性心梗患者李某康复出院。据河北以岭医院心血管病科三病区主任费玲介绍,手术中患者病情危急。与家属电话沟通后,本着“先救人后签字”的原则,经请示院领导后,及时为患者实施介入急救手术。

河北以岭医院心血管病科主任兼一病区主任袁国强表示,该院主动承担风险,并积极促进院前120与院内胸痛绿色通道深度融合。同时,

2019年12月12日,该院顺利通过2019年度第四批中国胸痛中心(基层版)认证。

此后,该院积极申请国家级胸痛中心标准版认证。河北以岭医院副院长孟晓表示,医院胸痛中心通过多学科协同合作,将院前急救、院内各项资源进行整合,探索建立了多项制度,改进优化工作流程。并成立由贾振华院长任胸痛中心标准版创建领导小组组长、常务副院长高怀林任胸痛中心委员会主任委员的胸痛中心委员会,涵盖了与胸痛中心相关的所有科室。

加强与基层医院的合作,建立区域胸痛救治网络。该院在2020年第三季度河北省胸痛中心(标准版)质控总分全省各医院排名中名列第五,在石家庄市名列前茅。

自胸痛中心创建以来,该院共救治胸痛患者千余例,其中急性心梗患者500余例。患者到院至首次完成心电图的平均处置时间为3分钟,患者进医院大门至介入手术球囊扩张平均处置时间70分钟(国家标准时间为小于90分钟)。