

# 烟酒消愁, 90后失恋小伙患上高血压

## 高血压发病渐趋年轻化, 专家提醒辨清高血压四大误区



浙江名医馆  
你的私人  
名医会所

微信扫一扫  
微信公众账号  
浙江名医馆  
或搜号码  
zjmyg1

本报记者 张苗 本报通讯员 王婷 沈佳飞

“全国高血压日”即将来临,昨日,由浙江省卫生计生委、浙江省心脑血管病防治研究中心、浙江医院组织的第20个“全国高血压日”宣传义诊活动在诸暨举行。参与活动的心血管病专家指出,近年来高血压发病渐趋年轻化,提醒大家警惕轻度高血压,积极改善生活方式。

### 90后失恋小伙 体检查出高血压

对许多年轻人来说,血压高了不一定自身有何不适。20多岁的小陈就是没有任何症状,在体检中发现自己患上了高血压。“我还年轻,怎么可能患高血压?”小陈不相信。

可结合他的家族史和生活方式,医生认为他血压升高一点不意外:小陈首先有高血压家族史,父母都是在相对年轻的三四十岁诊断出高血压的。而他平日工作较忙,饮食也偏重口味。两个月前,小陈失恋后情绪低落,终日借烟酒浇愁,也不参加运动,经常失眠。体检中,医生发现他的收缩压达168mmHg(正常值:90~140mmHg)。

浙江省心脑血管病防治研究中心(挂靠浙江医院)副主任俞蔚主任医师说,小陈患高血压就是遗传和生活环境因素共同作用所致。

“姥姥40岁时得了高血压病,母亲38岁

时患高血压,开始吃降压药。我今年35岁了,平时工作比较累,每到下午、傍晚时血压就偏高。”在企业做人事工作的刘女士咨询医生像她这样的轻度高血压要不要吃药。

专家提醒,即便身体没有不舒服的感觉,也要重视这个疾病,因为如果不服药,不改变生活方式,几年之后,发生心脑血管意外的风险将远高于常人。

据悉,所谓“轻度”高血压是指收缩压140~159mmHg和(或)舒张压90~99mmHg的患者。最近美国国家高血压诊断、评估、治疗联合委员会,在一次新闻发布会上作出了明确的回答,认为轻度高血压,不仅可增加脑卒中、心脏病发作和肾功能衰竭的危险,而且是造成死亡的重要病因。

英国研究也表明,即使是轻度高血压,也会对寿命带来不良影响。血压超150/100mmHg的35岁男性高血压患者,预期寿命将缩短16年。因此,轻度高血压,甚至感觉“没症状”也决不可轻视。

### 瘦子不会患高血压 这是误区

此次“全国高血压日”宣传义诊活动中,浙江省心脑血管病防治研究中心及浙江医院心内科主任唐礼江在“高血压患者的自我管理”讲座上提到,目前我国高血压患者存在三种状况,第一种不知道自己患有高血压;第二种知道自己患有高血压却不重视;第三种,知道自己患有高血压,也有意识在控制血压,但却不清楚血压在哪个范围内属于正常。

由此可以看出,我国高血压患者对于高血压常识方面的了解,还远远不够,且部分人群对于高血压防治的理解,还存在明显误区。

俞蔚提醒大家,在防治高血压中主要有以下几个误区。

**误区一: 身体瘦不会患高血压。**超重是血压升高重要而独立的危险因素,但是不代表身体瘦就不会患上高血压。

**误区二: 青少年不会患高血压。**高血压是中老年人多见的一种疾病,由于近年生活水平提高,生活节奏加快,青少年发病率也悄然增加。

**误区三: 每天中午血压最高。**高血压的最高点并不一定只是在中午,正常人群及高血压病人昼夜血压都呈“双峰一谷”的变化,即上午8~9时、下午4~6时两个高峰,半夜2~3时为低谷。

**误区四: 血压降了可自行停药。**高血压患者一定要注意即使血压降了,也千万不可自行停药,不利于身体健康。

# 车祸后昏迷10个月, 货车司机神奇醒来

本报讯 氧气是生命的必需品,而高浓度的氧气则可以用于疾病的治疗。

35岁的陈先生是位货车司机,去年下半年,一次运货经过杭州绕城高速时发生了不幸,重型颅脑损伤,送至浙江省中医院下沙院区抢救,但手术后一直昏迷不醒,通过药物治疗、情感刺激等多种方法,持续了10个月都没任何反应。眼看着再过2个月到了一年的期限,过了这个时间能苏醒的机会就相当渺茫了。于是,全院的多学科专家会诊,讨论评估,并查阅了最新的文献资料,最终与家属商议后决定给患者试试

高压氧治疗。

“我们的治疗是周一至周五每天一次,一次治疗时间为1小时。”该院神经外科副主任张听说,两个星期之后,奇迹发生了,先是手指开始动了,接着他睁开了眼睛,然后眼睛还能跟着人走的方向活动,临床上认为他这样已经算是恢复意识。而后来又经继续治疗8个星期,他竟然可以下地走路了,如今已基本康复回家。”

据介绍,省中医院下沙院区地处杭城东部,承担杭城东部及周边县市的医疗救治任务,急救创伤中心每年要接诊大量陈先生这

类重型颅脑损伤的患者,一般是在过了急性期后,他们都会通过高压氧治疗来帮助患者的康复,再结合针灸、推拿等中医治疗手段,使得高压氧治疗效果更优。

而除了脑外伤病人的康复之外,张听副主任表示,高压氧治疗还广泛用于脑血管意外、脑肿瘤、脊柱疾病、一氧化碳中毒、面瘫、爆发性耳聋等临床上百种疾病的治疗,甚至于每年高考或是考研之前,不少学生还会借助高压氧来缓解疲劳和释放压力。

本报记者 何丽娜  
本报通讯员 于伟 王建平

# 抓机遇、重协作, 推动我国检验医学蓬勃发展

## 中华医学会第十三次全国检验医学学术会议在杭州隆重召开

由中华医学会、中华医学会检验医学分会主办的中华医学会第十三次全国检验医学学术会议(简称“2017全国检验医学大会”)于9月20-23日在杭州隆重召开。中华医学会检验医学分会主任委员潘柏申教授、前任主任委员尚红教授,及副主任委员张捷教授、郝晓柯教授、王成彬教授、王传新教授出席新闻发布会,共同分享了中华医学会检验医学分会(以下简称“学会”)成立近40年来的发展历程、建设成就。

中国检验医学历经几十年的建设与发展,实验室数量与检验项目不断增加,先进检测技术和高精尖仪器逐渐普及。这对我国检验从业人员的专业知识及操作技能提出了更

高的要求。针对于此,学会开展了城乡对口支援临床检验技术培训、全国县乡医疗机构检验人员技术及质量管理培训、基层检验教育工作。

“自1979年成立以来,学会通过不断提高我国检验工作人员的专业素质建设,为临床和患者提供更高质、高效的检验服务。此外,学会还非常重视与国内外学术团体的交流合作,为我国检验医学达到国际领先水平奠定良好基础。”潘柏申教授强调。

为促进实验室管理及相关检测应用规范发展,学会相继制订了多项检验项目/检测方法的临床应用建议。仅2017年,就制订发布了《我国医学检验部门自建检测方法发展与

管理建议》、《三级综合性医院医学检验部门设置基本要求的建议》、《急性冠状动脉综合征患者检测心肌钙蛋白的专家共识》。针对学科交叉热点问题,即将发布《液体活检在肿瘤临床诊疗中的应用建议》、《液相色谱-质谱临床应用建议》。

潘教授总结道:“回顾近40年来的发展历程,检验医学虽然取得了重大发展和瞩目成就,但仍面临诸多挑战。学会仍将继续关注和解决检验医学发展过程中的问题,支持高素质检验人才的教育培养与技术提升,与多学科、多专业保持密切学术交流和协作,为推动我国检验医学的不断发展贡献力量!”

郑琪 金薇薇