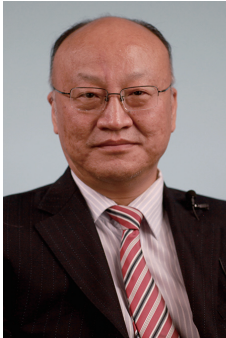


动态血压作为高血压诊断标准是否可行？

▲ 本报记者 董杰



李勇 教授



王继光 教授



牟建军 教授



动态血压监测可全面综合了解血压水平

上海交通大学医学院附属瑞金医院王继光教授介绍，动态血压监测进入临床应用已有30多年，我国亦有超过20年的历史。

复旦大学附属华山医院李勇教授指出，诊室血压一直是诊断高血压的金指标，但该指标也存在一些问题，如存在“白大衣效应”，血压测量易受诊室环境影响，

且由于人体24 h血压存在波动，诊室血压常常低估或高估了一个人真实的血压水平。

“而动态血压监测可提供患者一整天不同时间段的血压变化数据，可更全面综合地判断血压对心脑血管的影响。”李勇教授说，动态血压监测可识别出白大衣高血压和隐匿性高血压。最近20年来也有很多研究

显示，24 h动态血压比1次血压测量能更好地预测心血管事件。也有研究显示，家庭自测血压可使诊室血压控制率大幅提高。

发表于《内科学年鉴》的研究显示，动态血压监测在预测长期预后方面优于其他监测方法，对11项研究的Meta分析表明，24 h动态收缩压升高每10 mmHg，

致死性或非致死性事件风险增加28%~40%。

此外，西安交通大学医学院第一附属医院牟建军教授指出，诊室外血压可明显提高血压知晓率，从而明显提高控制率；诊室外血压监测还有助于顽固性高血压达标的管理，由于患者参与血压测量，可更主动、积极地配合医生治疗，从而改善预后。

王继光 应充分认识动态 血压监测意义

诊室外血压测量是非常准确的血压测量方法，因此在过去几年间，英国和加拿大高血压指南都已非常明确地将诊室外血压作为高血压诊断、评估最主要的方法。

我国上一版高血压指南在这方面也有进步，对诊室血压提出诊断标准的同时，也对动态血压监测和家庭血压监测也有明确的描述和建议。提出可以根据诊室血压进行诊断，同时，动态血压监测和家庭血压监测也非常重要，也要广泛地使用这些新的更准确的检测方法。

家庭血压监测可以在比较熟悉、舒适的环境中测量血压，可反映出在日常生活状态下的血压水平，准确性高。需要血压测量的设备，希望电子血压计能推广到每个家庭，使其能像家里的电视机等家电一样普及。

需要澄清的是，进行动态血压监测时，血压计需要反复地充放气，会给被监测者带来不适感，在夜间睡眠期间可影响睡眠质量。但是，只要不起床活动，通常不会影响血压测量准确性。因此，在需要进行动态血压监测时，应该克服一个晚上的困难，来进行动态血压监测，以更准确地了解血压水平。

新的血压测量仪器的使用使血压测量更加方便，大幅度降低对技术人员的专业要求。中国家庭血压监测专家共识及动态血压监测专家共识的发布和推广，实际上也推动了这两种测量方法的发展。

我国专家共识明确4个主要问题

《动态血压监测临床应用中国专家共识》就动态血压监测临床应用的4个问题达成共识：动态血压计的选择与监测要求；动态血压监测的应用与适应证；动态血压监测结果判定与意义；动态血压监测的临床应用与对策。

在动态血压计的选择与监测要求方面，共识建议必需选择按照国家标准进行过独立临床验证的动态血压监测仪器；必须选择大小合适的袖带；监测时间必需达到24 h或以上，通常白天20 min测量一次，晚上30 min测量一次。

动态血压测量的对象，既包括怀疑高血压需明确诊断者，以识别出白大衣高血压和隐匿性高血压，也包括对已经接受降压治疗的高血压患者进行降压疗效评估，识别出白大衣性未控制高血压与隐匿性未控制高血压。动态血压监测还

有助于清晨高血压、夜间高血压这些特殊时段的隐蔽性高血压的诊断。

动态血压监测的结果判定主要依靠24 h、日间、夜间的平均值。若24 h血压 $\geq 130/80$ mmHg，日间血压 $\geq 135/85$ mmHg或夜间血压 $\geq 120/70$ mmHg，则可诊断高血压。

动态血压监测推广尚存困难

尽管诊室外血压测量有诸多优势，在很多国家也受到重视，但国内医生对此关注度并不高，牟建军教授曾在一个基层会议上进行问卷调查，询问基层医生是否采用诊室外血压监测进行血压测量，大多数基层医生的回答是否定的。这也反

应出动态血压并不普及。其原因与动态血压监测推广起来并非易事有关，测量更复杂，需要相应配套设备，成本和技术要求更高。

USPSTF认为，将动态血压监测用于高血压确诊，这一建议实施上存在一些障碍，包括动

态血压的实用性及经济成本，因此工作组还建议将家庭血压监测作为动态血压监测不可用时，确诊高血压的替代方法。

美国罗彻斯特大学医学中心John Bisognano称，目前多数诊室并未配备动态监测设备，但一旦该指南开始施行，上述情

况会有很大改观。美国心脏学会主席Elliott Antman认为，这一改变对医生的工作提出了挑战，但意义重大。他也表示，之前动态血压监测难以施行的原因在于缺乏相关设备，但现在智能手机与智能手环的应用可帮助患者及时向医生报告测量数据。

提高认识 掌握方法 推广诊室外血压测量

对于家庭自测血压，一些患者可能认为自己测量不准确，牟建军教授认为，其实这种想法并不正确。他指出，医生固然经过培训，但在诊室测血压可能受到诊室环境的影响，患

者可能存在“白大衣效应”，目前医生比较繁忙，诊室环境也受到一定限制，反而会影响血压测量的准确性。其实，只要患者及家属能掌握正确的测量方法，诊室外血压更接近患者的生

理状态，更能反应患者的真实情况。

李勇教授指出，目前动态血压监测在我国应用越来越广泛，将诊室外血压作为高血压诊断标准并非不可实行，但需要一步步地推动。他

指出很多患者愿意进行诊室外血压测量。重要的还是要加强宣传，使更多医生和患者认识到动态血压测量的重要性，并教会其掌握测量方法，最终提高高血压及相关疾病诊疗效果。