

# 科学认识高血压

▲ 中江县合兴卫生院 刘科

高血压可以治愈吗？很多人的看法都不一样，有一部分人觉得是可以治愈的，有一部分人觉得不能被治愈，高血压到底能不能治愈呢？什么是高血压？引起高血压的原因是什么呢？

## 高血压的定义

在测量前半小时，身体处于放松状态，不运动、饮酒、吸烟，环境不要选择在过冷或过热的地方，部位选择大臂中央位置，与心脏基本处于统一水平线，临床上未给予任何治疗的情况下，没有固定时间3天所测血压收缩压 $\geq 140\text{mmHg}$ 或舒张压 $\geq 90\text{mmHg}$ 。

还有一种情况是有家族遗传史的患者，一直在服用治疗药物，既使血压低于140/90mmHg，临床上的诊断也是高血压。高血压分为原发性和继发性，原发性高血压占95%以上，继发性高血压占5%左右。高血压对身体有严重危害，给人的健康造

成了极大的影响，因此我们要早期认识，早期预防，及时治疗。加之，现在的年轻人工作压力都比较大，大多数人不注意身体的保养，熬夜、抽烟、喝酒已经变成了生活中的一部分，饮食也不注意，如火锅、烧烤等。

## 引发高血压的因素

（1）盐分摄取过量，过分摄取盐分是诱发高血压的一个重要诱因。（2）压力，压力是人体对危险的一种防御反应，但是长期持续,也是引发高血压的危险因素。（3）家族遗传史,例如当父母都是高血压时，孩子患上高血压的概率就会增高。

## 高血压具有严重的并发症

（1）脑出血；（2）脑梗死；（3）心肌梗死，心肌梗死是造成猝死的主要原因；（4）脑血管意外，又称中风，属于临床上高血压并发症中危害最厉害的；（5）高血

压性心脏病，是造成心衰的主要原因；（6）冠心病，是临床上最易导致心肌供氧量和需氧量不平衡的并发症。

## 高血压的治疗

在临床上治疗高血压主要是为了减轻临床症状，提升患者的生活质量，增加患者的寿命，降低并发症带来的影响。因此在选用治疗方式时会以对症支持治疗为主。具体措施包括：

（1）控制危险因素，注意劳逸结合，避免暴饮暴食，让身体处于平衡状态，高血脂，遗传因素，肥胖进行适度的锻炼，放松心情，不让自己长时间处于紧张状态。

（2）调整生活方式，高血压患者应调整饮食习惯，对于血压的恢复及维持血压稳定具有重要作用。保持健康生活方式，规律饮食，多吃粗粮、绿色饮食等，忌辛辣刺激食物、并减少脂肪摄入。多吃含丰富钾盐的食物。烟草中含有诱发高血压的

成分，所以在日常生活中应少抽烟，尽量不吸烟。

（3）药物控制，在治疗高血压时，根据高血压的情况来选择降压药。高血压联合冠心病,第一步治疗,给予 $\beta$ 受体阻滞剂、血管紧张素转换酶抑制剂（ACEI），可联用长作用钙拮抗剂；急性冠脉综合症时选用 $\beta$ 受体阻滞剂和ACEI；心梗后病人用ACEI、 $\beta$ 受体阻滞剂和醛固酮拮抗剂；心力衰竭：心功能Ⅰ－Ⅱ级可以用ACEI和 $\beta$ 受体阻滞剂，心功能Ⅲ－Ⅳ级可以将ACEI与其他药物合用；肾功能病变：ACEI、ARB防止肾脏功能减退的发生，重症病人需联合使用袢利尿剂；定期到医院复查与体检。

在日常生活中，加强体育锻炼，保证人体健康运行，对于平时生活节奏快的人群，应适当减轻精神压力，保持心理平衡，保持营养均衡；高血压属于慢性病，虽然不能直接治愈，但可预防，锻炼身体，增强身体的抵抗力。

# 胆结石的早期症状

▲ 南部县中医医院 李阳

胆结石是日常生活中一种比较常见的疾病，同时也是很容易被人忽略的疾病，这是因为很多胆结石患者早期症状表现不明显，或者症状表现容易与消化不良胃病混淆，导致耽误了最佳治疗时机，因此了解胆结石早期症状非常重要。

## 胆结石的形成

胆结石就是胆囊长出了结石，这种结石物质主要以胆固醇为主，从而对胆囊正常功能发挥带来不利影响。胆囊一般与人的肝脏距离比较近，胆囊中的胆汁便是由肝脏负责制造。胆汁是一种消化液，主要成分是水，剩下的分为两类，一类是有机物，主要包括胆固醇、卵磷脂胆汁酸等物质；另一类是无机物，主要包括钙、钾、钠等物质。人在没有进食时，胆汁会存储在胆囊中，胆囊能够有效浓缩胆汁，人在进食后消化过程中,胆囊会通过收缩方式，将浓缩胆汁排入十二指肠，帮助肠道更好的消化食物、吸收营养。

胆囊结石形成需要一个完整的过程，第一步是析出结石物质,胆汁除了水以外，还包括钙、胆固醇、胆盐、卵磷脂等物质，上述这些物质如果比例平衡，通常不会析出结晶物质，但如果饮食不均衡，胆固醇摄入过高，将会导致比例失调，多余的物质便会以结晶方式析出。

第二步是“成核”，所谓的成核就是这些析出的物质会凝聚在一起，胆汁中能够析出的除了胆固醇，还包括一些钙盐以及细胞碎片、金属离子等物质，这些物质最终会堆积在一起，成为一种“核状”的堆积物，这便是胆结石的前身。第三步是“形式结石”，如果人的胆汁比较健康，这些小小的“核状堆积物”通常会被直接冲走，但如果人的胆汁过于黏稠,这些“核状堆积物”会不断的吸收更多“垃圾”，最终形成以胆固醇为主的胆结石。

## 胆结石的早期症状

**无症状** 在胆结石早期，如果结石比较小，胆结石活动少，通常不会造成胆囊梗阻，因此也就没有明显症状，很多胆结石患者一开始并没有发现自己患有胆结石，多是在做B超体检时才发现。

**慢性胆囊炎** 患者在胆结石早期，症状表现均相对轻微，如一顿饭吃的比较油腻，那么会感到上腹有饱胀感，或者感到腹部隐隐作痛。在日常生活中，这些患者上腹也会出现一些不适症状，如经常性嗝气等，因此很容易被患者忽略，认为仅是吃的有点多，消化不良，从而被忽略。

还有的患者在胆结石早期，会出现上腹及肝区疼痛，并且这种疼痛感具有一定的持续性，同时还伴有一些胃肠道症状，很容易被认为是肝脏出了问题，这些错误的判断通常会导致肝结石病情被耽误，因此当出现上述早期胆结石症状时，建议患者及时到医院进行检查，尤其是接受B超检查，及时发现胆结石，做好针对性治疗，以免疾病恶化带来更大的痛苦。

**胆绞痛** 这种症状是胆结石一种比较典型的症状，少部分患者早期胆结石便已经非常严重，因此会出现胆绞痛，之所以会出现这一症状,主要与患者的饮食有关，比如吃了太多油腻的食物，作息不规律，因工作或其他原因导致精神压力大，这些因素都会引发胆绞痛。尤其是一些小的结石没有及时排出，而是卡在胆囊颈部或胆囊管时，便会出现胆绞痛。这种痛感来的比较突然,一般会突然感觉到右上腹绞痛，胆绞痛还会呈现阵发性加剧特点，疼痛会辐射到右肩或胸背部，有的患者还会出现恶心及呕吐的症状。

# SWI核磁共振的优点

▲ 南部县人民医院 陈俊

在日常生活中，很多人一定听说过核磁共振，核磁共振有MRI、MRA和SWI这三种类型，但是很多人对于核磁共振的这些类型并不清楚，核磁共振SWI是什么，它有什么特点？

## 什么是SWI核磁共振？

SWI也叫磁敏感加权成像，主要显示静脉血管、血液成分、钙化、铁沉积等，所以核磁共振SWI已经广泛的应用到各种出血性病变、异常静脉血管性病变以及肿瘤性病变的定量分析中。由于SWI对于血红蛋白的代谢物、小静脉和铁质的沉积具有十分敏感的特性，在现代医疗技术中，SWI的应用范围非常广泛，甚至部分神经系统肿瘤也可以通过检查的方式被SWI检查出来，因此SWI已经普遍被人们所接受。通常情况下，SWI主要对脑血管畸形、脑外伤和脑血管疾病有良好的检查效果，这是因为传统的核磁共振只能检查出患者体内较大的血管病变，而对于那些较小的小静脉难以检查出相关病情。当人们的小静脉发生病变时，传统的核磁共振就无能为力了，只有使用SWI才可以将小静脉中的病变部位观察清楚，这也是最为理想的检查手段。

由于SWI核磁共振对于脑梗死且坏死的血管分布方面有着十分良好的检查效果，所以当患者发生脑梗之后，首先可以进行普通的核磁共振检查，有利于确认脑梗死组织的大致位置，随后使用SWI对具体位置进行检查，可以提升检查效率，及时对患者进行治疗。

## SWI核磁共振的应用领域

**脑血管畸形** 传统的MRA成像只能显示较大的血管，对于较小的静脉无能为力，但SWI能敏感地诊断出去氧血红蛋白，所以使用SWI能够清楚的显示静脉结构，因此SWI对于脑血管畸形能够很好的进行成像诊断。

**脑血管病** SWI可以作为检测脑梗死受累血管分布区以及梗死区的辅助手段，这是因为SWI可以发现慢性高血压患者受损的小血管周围会发生陈旧性的出血灶，由于在正常情况下，MRI很难发现这种微小的出血点，所以需要使用SWI进行检测。

**脑肿瘤** 对于MRI而言，由于肿瘤的形态比较敏感，且对肿瘤形态内的结构显示不佳,所以很难对脑肿瘤进行有效的分析判定，但是SWI对于小血管即出血敏感，所以成为了肿瘤内部结构的优选方案，对于脑出血和脑肿瘤具有极好的判定作用。

**SWI核磁共振的优势** 对于SWI而言，它的优势之一就是可以显示脑静脉分支，可以对小于1个体素的静脉血管进行检测，在检测的过程中，SWI的信号不会受到低流速静脉血流的影响，所以能够很好的对检测静脉畸形高度敏感的位置进行检测，并得到准确的检测图像，有利于对患者病情进行准确的治疗。

而SWI的另外一个优势是对出血的高度敏感性，目前SWI是显示脑出血及脑微出血最敏感的检测设备，这是因为SWI可以根据磁敏感效应显示出1个立方毫米内的出血情况，其敏感度超过了其他检测设备的3~6倍以上。

由于SWI对于铁质也具有十分敏感的特征，所以使用SWI进行检测，可以检测出人体内铁的含量，通过检测，可以发现铁的含量分布情况，同时根据铁的动态追踪，有效的发现人体内的变化情况，和同类型的其他检测设备相比较，具有明显的优越性，同时也为脑内的铁相关性病变的检查提供了更先进的检查技术。

SWI核磁共振由于具有良好的敏感性，所以拥有非常高的检测效果，尤其对那些较小的血管区域，使用SWI进行检测，能够很好的发现患者的病情，有利于及时对血管病情进行治疗，保障了患者的生命安全。