

高血压教育材料

高血压须知

高血压定义：血压多次高于 140/90 mmHg 即可诊断为高血压

高血压危害：患病率高；致残率高，致死率高

危险因素：



高血压的治疗

治疗目的：使血压达到目标水平，从而降低脑卒中，急性心肌梗死和肾脏疾病等并发症的发生和死亡的危险

用药原则：小剂量开始，优先应用长效制剂；联合用药；个体化

降压目标：血压 $\leq$ 140/90 mmHg，老年人可 $\leq$ 150/90 mmHg

药物副作用：药物的副作用发生率较低且较轻，只要在医生的指导下合理用药，一般是安全的，可以长期应用

注意事项

- ◆ 请坚持服用你的降压药
- ◆ 不要用保健品替代药物
- ◆ 尽量每天同一时间服用药物
- ◆ 如果忘记服药的时间较长请不要补服，也不要一次服用两次的剂量
- ◆ 同时控制血糖，血脂
- ◆ 注意其他药物是否对血压有影响

