老年高血压患者血压究竟该降多少?

寒冬来临,老年高血压患者的血压控制状况值得关注。随着社会经济的发展和人口老龄化,老年高血压的患病率已接近50%,成为老年人群心脑血管发病、死亡最重要的危险因素之一。但由于动脉硬化,大动脉血管壁结构和功能改变,以及交感神经系统、肾素-血管紧张素系统、内皮功能系统等异常,造成老年期高血压大多表现为单纯性收缩压升高,即单纯性收缩期高血压(isolated systolic hypertension,ISH)。

老年ISH的诊断依据是:年龄≥60岁,收缩压(俗称"高压")≥140mmHg,舒张压(俗称"低压")≤90mmHg,占老年高血压总数的53.21%,表现为收缩压随着年龄而增加,舒张压则降低或稳定不变,脉压差增加。那么,老年患者降压治疗时收缩压该降到多少?随之的舒张压降了太低有风险吗?老年人降压的治疗目标值是多少?这也是老年高血压患者降压治疗时关心和担心的问题。

许多前瞻性研究表明,收缩压增高与冠心病、脑中风及终末期肾病有明确的独立相关性。美国的JNC7(美国最新高血压治疗指南)报告强调,50岁以上成年人的收缩压升高是比舒张压升高更为重要的心血管危险因素,在欧洲和我国的高血压指南中也均强调收缩压的重要性。ISH药物降压治疗时根据舒张压水平分二步走:

(一)当舒张压60-90mmHg时:收缩压≥140mmHg,可选用1种药物治疗;收缩压≥160mmHg,舒张压仍≥60mmHg,合并有靶器官损害及并存疾病,建议多种药物联合使用,从小剂量开始。

(二)当舒张压<60mmHg时:①收缩压<150mmHg,宜观察,可不用药物治疗。②收缩压150-179mmHg,可谨慎用单种,小剂量降压药物治疗。③收缩压≥180mmHg,可用小剂量降压治疗,单种或联合用药。

上面步骤中强调治疗中舒张压≥60mmHg以上,如舒张压过低的话会造成回心血量减少,血管顺应性差,血管扩张,血流缓慢,造成多脏器有效循环血量不足。所以,我国指南建议高血压达标血压为<140/90mmHg,糖尿病和慢性肾病患者的血压水平控制在130/80mmHg,而老年患者血压应降至150/80mmHg以下为宜,舒张压不宜降至60mmHg以下,以免诱发心肌缺血的发生。

药物选择主要遵循个体化原则,根据患者伴随的疾病选用,常用是利尿剂、钙离子拮抗剂(CCB)、血管紧张素II受体拮抗剂(ARB)、血管紧张素转换酶抑制剂(ACEI)、β-受体阻滞剂这五类降压药物,但对于老年患者来说,单一降压药物治疗可能使增加的血压不能降至理想水平,且同一降压药物治疗可能使不良反应的发生率增加,约有70%患者多需要联合用药,既增加降压的疗效又减少单药剂量增加带来的副作用,根据指南推荐的联合用药方案:①利尿剂和ACEI或ARB。②利尿剂和CCB。③β-受体阻滞剂和CCB。④CCB和ACEI或ARB。

积极地降压治疗,重视ISH对老年人的危害,尽可能避免心脑肾等重要脏器不良事件的发生,提高老年人生活质量。

吴晨(上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院老年科副主任医师) 图 TP

帕金森病患者渴望精彩生活

帕金森病患者能否重新拥有精彩的生活?随着第二届"帕友精彩生活领'秀'"评选活动的启动,患者可以借助文字、图片或视频等形式把自己的"精彩生活"上传到"帕友网"专题活动页面,通过分享和传递"抗击帕金森"正能量,激发更多患者与疾病斗争的勇气和信心。

中华医学会神经病学分会帕金森病及运动障碍学组组长、上海交通大学医学院附属瑞金医院神经内科主任陈生弟教授表示,提高帕金森病患者的生活质量是这个疾病治疗的主要目标,做到这一点不仅需要医生的诊疗,更取决于患者积极的生活态度和对于疾病的科学管理,也需要来自家人、病友间和社会等多方面的鼓励和支持。

在患帕金森病之后,患者毫无例外地都会出现全身僵硬、动作迟缓、双手不停地颤抖等运动症状,通常还会伴随不同程度的焦虑、抑郁、便秘、失眠、认知困难、嗅觉减退等非运动症状。由青年帕金森之家提供的两项调研数据显示,约七成帕金森病患者在患病之后感到心情抑郁,孤单寂寞;约八成帕金森病患者认为患病对其工作和社会交往妨碍较大;九成以上的患者都表示非常希望改善目前的生活质量。

帕金森病的治疗主要是改善症状,尚无阻止本病自然进展加重的良好方法。患者大脑纹状体中抑制性递质多巴胺减少,多巴胺功能减弱;兴奋性递质乙酰胆碱作用加强,乙酰胆碱功能亢进。恢复和调整这两大系统,使之重新平衡,是目前药物治疗帕金森病的基本原理。同时,患者要力争回归患病前的社交生活,继续工作,培养业余爱好,必要时咨询心理医生或接受心理治疗,克服悲观、失望、低落及抑郁情绪。尽管帕金森病让患者身心备受折磨,但仍然有许多患者对未来的生活持有积极乐观的态度并坚持着自己的兴趣爱好,如旅游、爬山、跑步、游泳等,相信与帕金森病能达成"和平"共处。 **袁缨**

『SNS』为排便障碍按上调节开关

近日,本市首例以治疗排便功能异常为目的的骶神经电刺激术(SNS),在上海交通大学医学院附属仁济医院胃肠外科开展。这是继不久前开展腔镜下直肠前壁固定术(LVR)成功治疗功能性排便障碍后的又一新突破。如果说LVR术是通过修复盆底解剖结构恢复排便,那SNS就是通过神经调节改善患者的排便生理功能,标志着功能性排便障碍的外科治疗水平又上了一个新台阶。

骶神经电刺激(SNS)又称为骶神经调节技术,是上世纪末诞生于美国的一项新技术。它通过经皮肤穿刺的方式永久植入人体的电刺激装置向骶神经发送低频、间断电刺激,从而调节改善人体排泄功能。胃肠外科崔喆医师介绍,本次接受SNS治疗的是一名深受顽固性便秘折磨多年的女性患者,不同于传统理解上的便秘,这名患者症状主要表现为极度排便困难及强烈的大便不净感和残留便意,每日要服用大量泻药,且经常需要开塞露或用手指辅助,饱受抑郁、焦虑伤害。胃肠外科在对患者进行了详细全面的结直肠肛门生理检查后,决定为患者采用SNS治疗。目前,第一阶段治疗已成功在局麻下通过日间手术的方式完成。患者自术后第二天起症状即出现明显改善,她坦言:"感觉如获新生,现在每天都出门去跟朋友聚会,跟大家分享我的快乐!"现在,患者已完成术后电刺激参数的优化调整,有望接受第二阶段手术,成为本市首位受益于SNS治疗的排便功能异常患者。

长期以来,以大便失禁、顽固便秘为代表的排便功能异常是困扰广大群众的最常见疾病之一。据统计,仅大便失禁患病率高达人群的12%,而便秘的患病率更是高达人群的27%。长期以来临床对于大便失禁、顽固性便秘的治疗手段极其有限,导致大量患者处于"隐匿"状态,自行购买泻药或用尿片、护垫解决,据统计,光美国每年非处方(OTC)泻药消费就高达80亿美元。早在2004年,仁济医院泌尿外科就在国内率先采用SNS术治疗尿失禁,取得满意疗效。胃肠外科王争医师指出,此次胃肠外科成功开展的"便控SNS"术使仁济医院成为国内唯一一家能同时针对前后盆腔、排尿排便异常而开展包括SNS在内的各类最新外科手术的医疗中心,盆底神经功能性疾病的外科诊疗水平已跃居国内外领先水平,将为更多饱受排泄功能障碍——"社交癌症"困扰的患者传递希望,带来福音。

袁蕙芸(上海交通大学医学院附属仁济医院)

分类广告总代理 立鑫广告
广告投放热线 62775877 62779998
金山经济区 特办医疗器械 特办一般纳税人 正万体信 64696698
个人企业 房产抵押 咨询 64277539 18917991533
房产抵押 2天放款 综合费率1.6% 400 659 8888
闵行经济区 特办医疗器械 特办工程资质 徐汇浦汇塘路11号604 莘庄广通路66弄4号 31568739
办公房出租 地铁10号线旁. 四平路 494弄12号. 出租3-5层. 每层650m², 单价2.5元 13651828334
上海闸北彭浦经济城 优惠招商 回馈新老客户 服务项目: ★一条龙代办注册服务 ★商务房租借 ★法律信息咨询 公司地址: 沪太路1059号 公司网址: Http://ppec.com.cn 24小时招商热线: 4008881059 56611539 56951583
厂房出租 宝山区杨行工业园区, 2000平方厂房, 带行车。 13801649894刘
土地转让 浙江绍兴城区商业地块9000m²在建工程, 临近开盘, 因公司内部问题, 现欲以土地成交价转让。电话18658528087
厂房出租 松江九亭九舒路125号三楼350m² 办公、仓库、车间 13003259187孙
转让 转让漕河泾新兴技术开发园区(光启园)办公楼一层, 位于徐汇区钦州北路1001号12幢801室, 面积1503.69m2, 办公环境舒适, 交通便捷, 知名企业汇聚, 有意者请联系: 赖方庆先生15658828636
寻缘征婚特别推荐
女60岁离脑外科医生退貌好洋房寻年长男士15001710385
女70岁丧偶税务退休余山有宽房寻心好男士15001713095
女57岁丧偶未育医生退再聘退休金9.8千高层房64262377
工程师退女68岁丧偶独居宽健康男年龄不限18317190891
女75岁丧偶无孩纺织厂退有宽房孤身寻伴老15001713095
女67岁高独名校图书馆退宽房觅缘年龄不限15001710385
男57年离独建筑工程老总本科洋房名车18916483769
女38岁未婚教师貌好有婚房觅有缘男离婚也可32271263
知名合欢 长宁路988号花园大厦4楼C座 父母为儿女相亲热线 52738637 中老年寻缘热线 52724090 万人相亲领票热线 13162760140
征婚 烟草公司退女60年丧偶(女成家)独居2/1秀丽善良56034080
特别推荐 知名红娘有十多年经验中老年单身朋友的知音免约见费 拒绝婚托成功率高33100637 柔和宽房诚寻品正33100611
征婚 复旦教师女63岁丧偶气质佳
闸北婚介 56703988 中老年介绍到称心
征婚 女63岁丧偶厂医退休宽房寻伴老可上门13262790173
征婚 女74岁丧偶银行退休宽房寻缘年龄不限18217131232
聘 区域服务员 50岁, 高中以上 薪5千以上 13641653601
遗失 陈达荣遗失人民警察证, 证号030916, 声明作废
遗失声明 三运物流(上海)有限公司沪BG8978营运证正本遗失, 声明作废
注销公告 上海玖茂投资中心(有限合伙)经全体股东决定, 即日起申请注销, 特此公告。
注销公告 上海双潭投资中心(有限合伙)经全体股东决定, 即日起申请注销, 特此公告。
常缘 街道部门主办 真实诚信 介绍热线 58355965
征婚 事业单位退再经商男64岁丧偶独居2/2(1女美国)62565229
上海徐行经济城 G2B 企业·天下 客户服务热线: 021-69991111 www.B2G2B.com.cn 微信公众号 上海市嘉定区环城路200号 上海市恒丰路600号机电大厦6楼
上海蓝天经济城 沪宁城际铁路第一站商务办公新高地 现代服务业、游戏产业、互联网金融P2P、中小企业总部、融资租赁业可享受地方特殊政策。银南翔文化商务区30万平方米商务楼对外租售。 热线: 69125111
招商电话: 59129999, 59122222
招商推广中心一: 恒丰路638号苏河壹号A座2301室 63537000 64380223
招商推广中心二: 山西路1919号北科大厦B座1411室 56626637 62488633
招商推广中心三: 浦东新区福山路458号同盛大厦416室 64082304 52665191
网址:WWW.CNLANTIAN.COM 总部地址: 上海真南路4268号
上海中佑肛肠医院 联系电话 52131616
接诊时间:08:00-22:00 诊疗科目:肛肠科 消化内科 地址:上海市陕西北路777号