



资料图片

不同类型的高血压病患者选药有讲究

□金旭辉

一旦被诊断为高血压病,患者就需要终身用降压药了。现在,高血压病患者年龄日趋年轻。不同类型的高血压病患者如何选用降压药?

高血压病患者在选用药物时一定要选择正规的、有国药准字号的药物,不能相信各种各样的小广告。目前主要的降压药有 5 类,利尿剂、β 受体阻滞剂、钙离子拮抗剂、血管紧张素转换酶抑制剂(ACEI)、血管紧张素Ⅱ受体拮

抗剂(ARB)5 类。并不是每种降压药都适合自己,要根据自身血压的特点和药物的性质选择适合自己的降压药。

5 类药物适应哪些人群

利尿剂 噻嗪类利尿剂如氢氯噻嗪、呋达帕胺适应于有慢性心力衰竭、老年高血压病患者。但是痛风患者一定不能用该类药物。祥利尿剂如呋塞米适应于肾功能不全、慢性心力衰竭的患者。

β 受体阻滞剂类药物 如美托洛尔适应于有心绞痛、快速心律失常、慢性心力衰竭的患者,还可以用于妊娠期患者。但是患有支气管哮喘、慢性阻塞性肺疾病的患者不能应用,有周围血管病、糖尿病减低等的患者也不能选用。

钙通道阻滞剂硝苯地平 适用于老年高血压病、周围血管病、单纯收缩期高血压病、心绞痛、颈动脉粥样硬化患者,也可用于妊娠期的患者。

血管紧张素转换酶抑制剂 如卡托普利,适用于慢性心力衰竭、心肌梗死后左心室肥厚、左心室功能不全、1 型糖尿病、尿蛋白的患者、不可用于妊娠期患者、高血钾患

者、双侧肾动脉狭窄的患者。血管紧张素Ⅱ受体拮抗剂 如缬沙坦适用于 2 型糖尿病、蛋白尿、左心室肥厚、ACEI 所致的咳嗽的患者,不可用于妊娠期患者、高血钾患者、双侧肾动脉狭窄的患者。

服用降压药事事有讲究

由于血管正常收缩,血压在昼夜之间有显著的周期变化,早上 6 点开始升高,8~10 点达到峰值,在傍晚开始降低,夜间睡眠时降至谷底。为了控制峰值不至于过高,一般一日一次的长效药物如氨氯地平、依那普利、缬沙坦等药物在早上 7 点服用最好。如一日两次的药物,可在早上 7 点和下午 2 点服用较好。

服用降压药要注意些什么呢?首先是要按时吃药,不能随意服用。随意增减剂量会使血压波动太大,易发生意外。服用 ACEI 类降压药容易出现呼吸困难、夜间持续性干咳,妇女和吸烟者更加明显。出现这种情况如不能耐受则需要考虑换用缬沙坦治疗。选择 ACEI 类降压药可以降低肾小球内压力,延缓肾功能减退。但是应用 ACEI 类降压药可以使血压大幅下降,可能造成肾功能衰竭。因此,当服用该药时出现血肌酐上升超过 30%,提示肾缺血,应减量或者换以联合服用他汀类药物来降低冠状动脉粥样硬化性心脏病和卒中的风险。

(作者供职于宝丰县人民医院)

关于全国疾病预防控制工作先进集体和先进个人推荐对象的公示

根据《国家卫生计生委关于开展全国疾病预防控制工作先进集体和先进个人评选表彰活动的通知》(国卫办疾控函[2014]853 号)精神,现将由各省辖市、省直管县(市)卫生行政部门推荐及省直有关单位自荐,经省卫生计生委党组研究,并通过全国疾病预防控制评选表彰工作领导小组办公室初审的先进集体和先进个人推荐对象予以公示。

公示期为 2014 年 12 月 11 日~17 日,如对推荐对象有异议,请在公示期间的工作日里,以书面或口头形式向河南省疾病预防控制评选表彰工作领导小组办公室反映。联系人:张卫兵。联系电话:(0371)65897991。

河南省疾病预防控制评选表彰工作领导小组办公室

2014 年 12 月 11 日

全国疾病预防控制工作先进集体推荐对象

(按行政区划排序)

- | | | |
|-----------------------|------------------|------------------|
| 1.中牟县卫生局 | 4.辉县市疾病预防控制中心 | 7.灵宝市疾病预防控制中心 |
| 2.开封市疾病预防控制中心性病艾滋病防治科 | 5.焦作市疾病预防控制中心 | 8.南阳市方城县疾病预防控制中心 |
| 3.洛阳市疾病预防控制中心 | 6.许昌市魏都区疾病预防控制中心 | 9.驻马店市结核病防治所 |

全国疾病预防控制工作先进个人推荐对象汇总表

(按行政区划排序)

- | | | |
|---------------------|----------------------|--------------------------|
| 1.赵 国 平顶山市疾病预防控制中心 | 5.于新建 漯河市卫生局 | 8.吴 迪 河南省卫生计生委疾病预防控制处 |
| 2.于 杰 安阳市疾病预防控制中心 | 6.李鸿刚 信阳市平桥区疾病预防控制中心 | 9.杜三涛 河南省卫生计生委艾滋病防治工作办公室 |
| 3.赵合利 鹤壁市淇县疾病预防控制中心 | 7.陈豪敏 河南省疾病预防控制中心 | |
| 4.于海泉 濮阳市卫生局 | | |

电视剧《温柔的谎言》中,主人翁欧阳一峰是音乐学院的钢琴教师,因受不了家庭破裂的打击而疯疯癫癫,变成在精神病医院暖气片上弹钢琴的“疯子”。就像很多电影、电视剧里演的结局大多一样,花开两朵,天各一方。一方爱情事业双丰收,一方因受不了刺激而崩溃成为精神病人而落幕。难道变成精神病人,真如剧中演的一样,人生也就跟着落幕了吗?人在受了刺激后真的会引起精神失常吗?

生活中,刺激可分为两大类。一类是物理性刺激,这是不可避免的。这类多源于环境方面的问题,通过个体很难克服。另一类是心理性刺激。包括偶发性的事件(例如:亲人过世、搬家、就、转学、结婚、离婚、晋升等)和日常性事件(例如:工作、学习中出现的麻烦、人际关系方面的纠葛、家庭生活中的急事等)两者相比较,偶发性的事件会通过多种途径会得到解决,但是日常性事件往往会成为难以发现的压力源,人在不知不觉中会受到影响,如果处理不当往往会形成心理问题,因此更要多加注意。经调查显示,许多精神障碍患者在发病前都受生活事件的影响,如抑郁症患者在发病前一年内所在遭受的生活事件频率是正常人的 3 倍,92%的抑郁症患者有发病前的“促发事件”。因此,受了刺激能否引起精神疾病,不仅取决于精神刺激的强度和持续时间,还取决于个体的心理特征和周围人对其心理上的支持程度。

广东省某公司经理因发生经济危机、公司面临破产而得了精神疾病,但经过积极的治疗,出院后重返工作岗位,并取得了新的成绩,到达了人生的另一个高度。生活中虽然并不是事事都能如愿,受挫在所难免。但关键是以什么样的态度面对疾病。如果认为精神病是不治之症,任其发展,使疾病日积月累,最后当然是不可救药的。但从整个精神病学来讲,不容易治愈的精神病只占少数,大多数精神病能够治愈。例如躯体疾病伴发的精神障碍,只要针对病因,积极治疗原发病,精神症状就会缓解。例如神经官能症患者、反应性精神病患者等,其发病与心理因素相关,只要以心理治疗为主,药物治疗为辅,患者接受治疗后一般能正常工作和学习。对于像心境障碍、精神分裂症等重性精神病患者,只要接受系统、正规、及时的治疗,其大多数症状可消失,并可恢复原来的社会适应能力,病愈后是大有前途的。

(作者供职于河南省精神卫生中心)

精神卫生之窗

河南省精神卫生中心 协办

咨询电话:(0373)3373990 3373992

地址:新乡市建设中路 388 号

征 稿

本版以预防和控制疾病为己任,重点传播预防传染病和地方病、营养和食品卫生、妇幼保健等方面的知识,开设有传染病防治、地方病防治、健康口腔、科学防癌、免疫园地等栏目。

内容和体裁不限。

联系人:张琦 投稿邮箱:jzkbjb@163.com

地址:郑州市纬五路 47 号院 2 号楼 605 室医药卫生报社编辑部

邮政编码:450003

大型系列公益活动——“健康中原行·大医献爱心”走进温县

著名医学专家云集,深入基层把脉问诊;先进事迹报告团队齐聚,详解大医精诚;公益项目走进家门,传递爱心公益永恒。

12 月 13 日,医药卫生报社将联合大医博爱志愿者服务队、河南省医学科学普及学会、焦作市卫生局、温县人民医院、郑州大学附属郑州中心医院,在温县举办胡佩兰先进事迹报告会、大型义诊、爱心捐赠、科普讲座、专业培训、查房巡诊、书刊赠阅等“健康中原行·大医献爱心”大型系列公益活动(第三站)。届时,全国著名心血管内科专家、国际欧亚科学院院士胡大一及大医博爱志愿者团队成员将亲临温县,参与此次大型公益活动。

妙手著文章,在“以笔为剑,以梦为马”的前行中,我们精诚团结,精益求精,一腔热血奉献卫生计生新闻事业;铁肩担道义,在共圆健康梦的跋涉中,我们殚精竭虑,矢志不移,一颗丹心护佑群众健康!

大医博爱志愿者服务总队河南工作站 志愿者招募启事

大医精诚,博爱天下。以感恩之心回报社会,以奉献之志践行医道。2011 年 4 月,在中华医学会心血管病学分会和中国医师协会心血管内科医师分会的支持下,我国著名心血管内科专家、国际欧亚科学院院士胡大一在北京发起成立了公益组织——大医博爱志愿者服务总队。

大医博爱志愿者服务总队成立至今,胡大一教授带领志愿者团队先后在北京、新疆、西藏、河南、内蒙古等地开展了多项大型系列公益活动,数以万计的基层群众和医务人员直接感受到志愿服务团队的温暖。

2014 年 9 月 5 日,大医博爱志愿者服务总队河南工作站在郑州成立,工作站总部设在医药卫生报社。9 月 28 日、11 月 2 日,医药卫生报社联合大医博

志愿者服务总队等举办的“健康中原行·大医献爱心”大型系列公益活动第一站、第二站分别在汝南县和兰考县举行。为了促进相关公益活动的有序开展,大医博爱志愿者服务总队河南工作站面向河南省医务工作者招募志愿者。具体事宜如下:

一、宗旨理念

大医博爱志愿者服务总队河南工作站隶属于大医博爱志愿者服务总队,以“大医精诚,博爱天下”为宗旨,以“一切为了人民健康”为使命,以“感恩、回报、分享、和谐”为理念,遵从“奉献、友爱、互助、进步”的志愿者精神,到国家和患者最需要的地方开展系列公益活动,为医学的发展和人民的健康倾心竭力。

二、主要任务

(一)大力开展健康教育,为基层群

众送医、送药、送知识。

(二)就地就近义诊、筛查、救治患者,帮助患者节约医疗费用。

(三)培养、提高基层医务人员的服务能力和技术水平,通过系列公益活动的开展,留技术、留人才,留下“不走的医疗队”。

三、申请注册

凡热爱公益事业,遵守志愿者服务章程,积极支持参与大医博爱志愿者服务工作的医务人员、健康管理人員及社会工作者均可申请注册大医博爱志愿者。

申请者可在医药卫生网(www.yywsb.com)下载“大医博爱志愿者注册登记表”,填好后交到 大医博爱志愿者服务总队河南工作站办公室(医药卫生报社 512 室)。经大医博爱志愿者服务总队审

核合格后,准予注册。注册成功的志愿者将拥有固定的大医博爱志愿者 ID 编号,并配发大医博爱志愿者服装和工作记录手册。

联系人:沈琪

电话(传真):(0371)86130137

地址:郑州市纬五路 47 号院 2 号楼医药卫生报社 512 室

邮编:450003

大医博爱志愿者服务总队河南工作站

2014 年 12 月 6 日