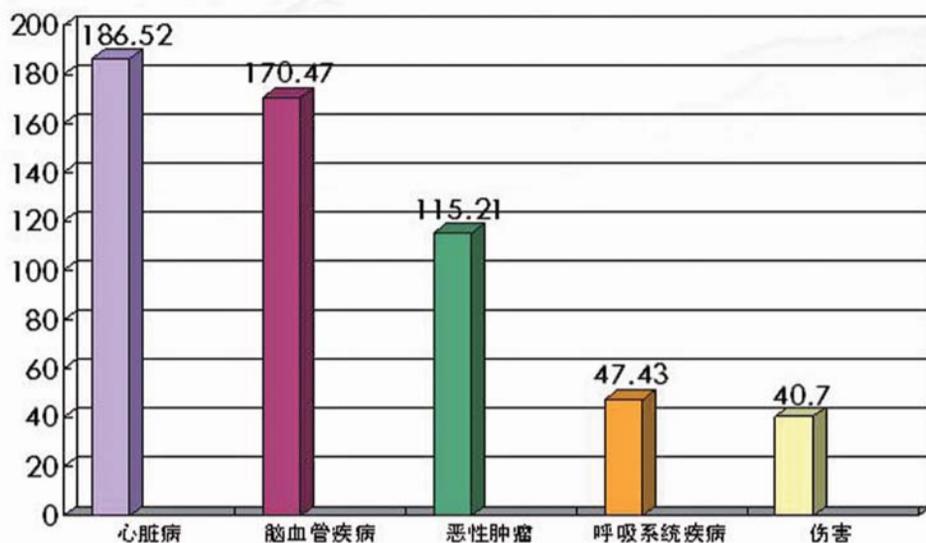


# 明天是第八个世界高血压日,记者从疾控部门了解到 高血压成市民健康“头号”威胁

本报聊城5月15日讯(记者王瑞超 通讯员 孟晶) 今年5月17日是第八个世界高血压日,聊城市疾病预防控制中心特召开媒体见面会,就高血压并发症的严重性及预防的紧迫性进行数据展示,最新数据显示,与高血压相关的心脑血管疾病占全市总死因的57.0%,成市民头号健康威胁,对高血压病人管理已于年初列入2014年市政府着力抓好的十件惠民实事之一。

据聊城市2013年死因监测结果分析,聊城前5位死因依次是:心脏病、脑血管病、恶性肿瘤、呼吸系统疾病、伤害,死亡率分别是186.52/10万、170.47/10万、115.21/10万、47.43/10万、40.7/10万;其中心脏病和脑血管病占全部死因的57.00%,比2012年上升2.53%,心脑血管病所导致的死亡呈上升趋势,而半数以上的心脑血管病是由高血压引起的。由此可见,高血压已成为威胁我市居民生命健康的主要原因。

据了解,今年的高血压日的宣传主题为:知晓你的血压。高血压是最常见的慢性病,也是心脑血管病最主要的危险因素,以脑卒中、心肌梗死、心力衰竭及慢性肾脏病等为主要并发症。高血压及相关疾病不仅致残、致死率高,而且严重消耗医疗和社会资源,给家庭和国家造成沉重负担。据中国高血压联盟统计,中国现有高血压患者约3亿余人,但高血压的知晓率仅为42.6%,治疗率34.1%,控制率9.3%。血压高并不可怕,可怕的是不知道,不控制,因此,高血压的群防群治要从“知晓你的血压”开始。



聊城市2013年死因监测结果柱状图显示,和高血压密切相关心脑血管病占全部死因的57.00%。(单位:人/10万)

## 相关链接

### 高盐饮食成高血压重要危险因素

聊城市疾控中心主任金星表示,绝大部分高血压可以预防,可以控制,但却难以治愈。因此,预防高血压的发生及系统管理治疗高血压患者是一项涉及全社会的长期使命。

聊城市疾控中心慢病所副所长张蕾分析,依据全国高血压患病率预估聊城高血压患病人数为965192人。截至目前,聊城共登记管理高血压患者366463人,管理率为37.97%,其中规范管理267253人,规范

管理率为72.93%。

据介绍,高血压的危险因素可分为两类,一类是不可改变的因素,包括遗传、性别、年龄等;另一类是生活方式相关因素,包括高盐饮食、吸烟、酗酒、精神紧张等。

据我国14组人群研究表明,膳食钠盐摄入量平均每天增加2克,收缩压和舒张压分别增高2.0 mmHg和1.2 mmHg,世卫组织推荐成人每人日盐摄入量不超过6g,而据调查发现,我省居民的日盐

摄入量达到了12.5g;吸烟与不吸烟者的高血压患病率有显著差异,吸烟可在短期内使血压急剧升高10-25毫米汞柱,使每分钟心率骤增5-20次左右,吸烟者发生急性高血压的危险性是不吸烟者的3.5倍。吸烟者的高血压患者发生脑卒中的危险性也大大高于不吸烟者。同时现如今,生活节奏加快工作压力大造成的精神紧张等也成为高血压的危险因素之一。

(本报记者 王瑞超)

## 延伸阅读

### 减盐防控高血压 全市在行动

针对盐分摄入量过多与吸烟对高血压的严重影响,市疾控中心在餐饮单位、销售环节、家庭、学校等不同领域开展了形式多样的减盐防控高血压干预工作,同时大力开展控烟活动。

依据《山东省减盐防控高血压项目实施方案》,疾控中心制定了《聊城市减盐防控高血压项目工作方案》。各级疾控机构均按照方案要求,在餐饮单位、销售环节、家庭、学校等不同领域开展了形式多样的减盐防控高血压干预工作。同时大力开展控烟活动。

与中小学联合,疾控部门连续12年开展“拒吸第一支烟,做不吸烟的新一代”签名活动,采用“小手拉大手”的形式,营造无烟社会环境;开展了我市首届“戒烟大赛”,取得了良好的效果。2013年,举办了拒绝烟草广告倡议行动,全市共有264家单位签订了拒绝烟草广告、促销和赞助倡议行动倡议书;开展了无烟企业创建活动,聊城共有两家企业入选中国无烟企业;与聊城市二运会组委会联合,打造“无烟市运”,在全省率先实现了大型体育赛事全程禁烟的目标,迈出了公共场所全面禁止吸烟的重要一步。

(本报记者 王瑞超)