

# 科学管理高血压 变被动为主动

——威海市中心医院成为全国首批高血压达标中心建设单位

本报文登5月29日讯(记者 姜坤 通讯员 王倩) 近日,威海市中心医院经过中国心血管健康联盟、心血管健康研究院、高血压达标中心认证工作委员会、高血压达标中心总部等单位联合认证,正式成为全国首批高血压达标中心建设单位(牵头医院)之一。

据研究表明,当前,估计我国高血压患病人数已达2.7亿。包括脑卒中、冠心病、心力衰竭、肾脏疾病在内的高血压严重并发症致残和致死率高,已成为我国家庭和社会的沉重负担。但是,目前接受治疗的高血压患者中,有70%以上血压未达标。

为规范高血压的诊疗和管

理,最大限度地降低心血管发病和死亡的危险,2019年初,中国医疗保健国际交流促进会心血管疾病预防与治疗分会等机构决定联合在全国建立高血压达标中心。威海市中心医院在第一时间积极响应,立即准备相关材料进行申请,经过网上初选及现场评估后,4月26日在江西南昌举行的“高血压达标中心建设单位授牌培训会暨高血压达标中心专家聘任仪式”上,威海市中心医院正式被授予“高血压达标中心建设单位”,医院心内科一病区副主任王玉凤代表医院授牌。

“成为高血压达标中心建设单位后,将会使区域内的高血压疾病管理更加规范。”王玉

凤说,中心成立后,将会对高血压病的管理由被动变为主动。届时,作为牵头医院的威海市中心医院将和医联体单位以及其他基层医院紧密联系在一起,基层把采集到的高血压患者基本信息归集到高血压达标中心,将有专门的医护人员对高血压患者进行血压管理。同时,医院每个病区都会有专人对高血压患者的病情进行管理,即便病人出院,中心也将继续对患者进行随访,随时关注患者的血压情况,指导患者科学用药,达到控制血压的目标,并长期进行监控,最大程度保证患者血压正常。

作为威海市临床重点专科,近年来,市中心医院心血管

内科诊疗技术取得了长足的进步,逐渐形成冠心病学组、心律失常学组、先天性心脏病学组、高血压与心功能不全学组、心脏康复专业学组等五个专业学组的框架,此次创建成为高血压达标中心建设单位,是该学科继国家级胸痛中心、房颤中心、心衰中心“三大中心”落户后,获得的又一国家级认证。近年来心血管内科在高血压管理方面也做了大量的工作,连续三年多以一个月两场的频率举办患者交流会,为患者普及高血压的基本知识,同时还不定期地到社区为居民进行免费测量血压等义诊讲座活动,不断提升市民对高血压疾病管理的重视程度。

据悉,此次成为高血压达标中心建设单位是由威海市中心医院牵头,联合威海市文登区人民医院、威海市文登区天福社区卫生服务中心、威海火炬高技术产业开发区初村镇卫生院三家基层医院一起为区域内的百姓科学管理高血压。今后,还将和更多的基层医院形成良好的双向转诊制度,使得疑难诊治在三级,慢病管理在基层,重视长期药物治疗与生活方式干预治疗的依从性,旨在加强高血压的规范化诊疗和管理,提高高血压患者的达标率,以最大限度地降低心血管发病和死亡的总危险,使更多的患者获益。

## 医疗服务进军营 义诊活动暖兵心

本报文登5月29日讯(通讯员 林雨晴) 近日,环山卫生服务中心组织医疗专家团队及相关科室负责人,走进解放军某部对驻地官兵及家属开展慰问及义诊活动。

活动现场,医疗专家团队的专家对部队所有官兵及家属进行了测量血压、中医把脉、腰腿痛检查等诊疗活动。对常见病、多发病的预防与治疗、军人们在训练中应当注意的伤病防范知识及养生保健知识进行了健康教育宣传。医务人员全身心投入到义诊中,对每一位官兵进行了耐心交流,细致入微地为他们提供生活方面的指导,整个义诊活动持续了三个多小时。

此次拥军活动,进一步密切军民关系,营造了拥军、爱军,军



民共建的和谐氛围。医务人员通过走进军营也切身地感受到了军人们身上固有的风采和舍小家为大家的无私奉献精神,加深了对

军人的理解和敬重。部队官兵对慰问及义诊活动给予了极高的评价,也希望与医院有长期而稳定的交流与互动。

## 治疗顽固性高血压免疫三氧是良方

本报文登5月29日讯(通讯员 董礼春) 近日,文登区皮肤病医院收治了一位高血压病患者,该患者有高血压病史10年,服用多种降压药物血压控制不佳,诊为顽固性高血压。经血液量子自体血回输治疗(免疫三氧),患者血压恢复正常。

据了解,这名患者10年前查体发现血压高达180/100mmHg,口服降压药进行降压治疗。1个月前出现头晕,测血压最高200/120mmHg,改为两种药品同服进行降压治疗。后因

血压仍控制不佳又加用其他药品,医生问诊后了解到,他在改善生活方式的基础上,应用了3种降压药物治疗,血压仍未恢复正常,为顽固性高血压。在医生的建议下,他在口服药物的基础上进行血液量子自体血回输治疗(免疫三氧),患者血压逐渐下降。目前患者口服两种降压药物血压即可保持正常。看着恢复正常的血压,患者脸上挂满了笑容。

文登区皮肤病医院专家提

醒广大患者:高血压的症状因人而异,早期可能无症状或症状不明显,常见的是头晕、头痛、颈项板紧、疲劳、心悸等,甚至会出现剧烈头痛、呕吐、心悸、眩晕等,严重时会发生神志不清、抽搐。高血压是各种心脑血管疾病发生的基础疾病,若患者血压不能得到有效控制,则会大大增加患者冠心病、脑卒中等疾病发生的风险。平时应注意低盐低脂合理膳食,戒烟限酒,适当运动,发现血压高要到正规医院诊治。

## 一次宣讲让她爱上艾灸

本报文登5月29日讯(通讯员 林霞) 艾灸疗法是传统医学中最古老的医疗方法之一,随着中医养生文化的重新兴起尤其是现代艾灸疗法的出现,从根本上解决了传统艾灸疗法的不便和易灼伤等问题,界石镇卫生院专门

建起了热敏灸体验馆,并由中医专家团队在巡诊中宣讲艾灸知识,越来越多的患者爱上了艾灸,赵女士就是其中一位。

赵女士是界石镇店子头村人,平素体质差,经常感冒,感冒后嗓子会疼很长时间,吃药效果

不佳。在界石镇卫生院的一次下乡巡诊中,她听到了中医专家团队宣讲的《艾灸知识》,得知艾灸能对症并且效果特别好,她就到院的热敏灸体验馆学习怎么做艾灸,回家后自己坚持艾灸,不长时间,她高兴地告诉医生,困扰她多年的嗓子疼竟然不疼了。从此以后,她不仅自己做艾灸,也让家人们一起做艾灸。前些日子,她外孙的膝盖扭伤,不能行走,电话咨询医生后,在家给外孙做艾灸,2天后外孙竟然可以下床走路了。再次巡诊到店子头后,赵女士将自己和艾灸的事一点一滴地向医生叙述着,最后还嘱咐医生到了三伏天一定要提醒她去做三伏灸和三伏贴。

医生提醒,艾灸最好的季节是夏季,因为艾灸可温通经络,祛除寒湿,补益人体阳气,在夏季大自然阳气最盛的时候艾灸,补益的效果更佳。



## 春夏防晒要预防日光疹

本报文登5月29日讯(通讯员 宋晓雯) 近日,文登区皮肤病医院皮肤科接诊了多位日晒后胸前“V”区、前臂、手背等暴露部位出现皮疹的患者,经医生仔细询问病史,根据发病特点及临床表现诊断为多形性日光疹。

这些前来就诊的患者共同特点是长时间户外活动史,并且未进行有效防晒措施,日晒后曝光部位出现丘疹水疱,自觉瘙痒明显。

皮肤科医生介绍,多形性日光疹是一种较常见的光照性皮肤病,好发于春季和夏初,在前胸“V”区、手背、上肢伸侧及妇女小腿等暴露部位出现丘疹、水疱、斑丘疹或苔藓样皮疹,自觉瘙痒。一般日光照射后数小时或数天出现皮疹。张主任特别提醒,多形性日光疹患者应提高对紫外线防护的认识,平日可采用避光、使用屏障物及宽谱遮光剂的方法进行防晒。此外,有研究表明,在避免强烈日晒的前提下,经常参加室外活动或短时间日光浴可逐步提高机体对光线照射的耐受能力,使发生皮疹的机会减少。

### 慢性病防治专题

## 强直性脊柱炎

什么是强直性脊柱炎

强直性脊柱炎(AS)是以骶髂关节和脊柱附着点炎症为主要症状的疾病。是四肢大关节,以及椎间盘纤维环及其附近结缔组织纤维化和骨化,以及关节强直为病变特点的慢性炎性疾病。属风湿病范畴,是以脊柱为主要病变部位的慢性病,累及骶髂关节,引起脊柱强直和纤维化,造成不同程度眼、肺、肌肉、骨骼病变,是自身免疫性疾病。

哪些人群易患强直性脊柱炎

- 16-25岁的青年男性
- 有家族遗传史
- HLA-B27检测呈阳性
- 有肠道感染病史
- 骶髂关节退化者
- 经常有腰背部疼痛的人群

强直性脊柱炎的危害主要有哪些?

- 结缔组织钙化,导致脊柱永久性的僵硬变形;
- 上下椎体骨赘增生,压迫神经根、脊髓或影响椎动脉供血,引起脊柱炎的疾病;
- 少数病人有侵犯眼睛、心脏、肺及肾脏等情况;
- 出现进行性关节及脊柱活动功能受限,使椎间盘、关节突及椎间各韧带都会发生骨化。
- 严重者致髌关节骨性强直,失去活动功能,造成终身残废。

如何预防和控制强直性脊柱炎

- 应避免强力负重及长时间维持一个姿势不动。
- 睡眠时避免垫枕头且不睡软床。
- 不抽烟,以免造成肺部伤害。
- 慎防外伤。
- 在寒冷、潮湿季节中,更应防范症状复发。
- 胃肠道及泌尿道的感染常诱发脊椎炎;

