

高血压患者为什么不能随意停药

——上海远大心胸医院宋贺主任医师为您解答

高血压是我国常见的一种慢性疾病。高血压本身并不可怕,但若血压控制的不好,引起的并发症却相当棘手。有些患者需要长期服用降压药,让血压保持在一个稳定的状态,但也会心存疑虑,患上高血压就一定要吃药吗?吃药后血压稳定,是不是就能停药了?药量只能增不能减吗?降压药贵的还是便宜的好?早上还是晚上服药更好呢?本期我们特别邀请上海远大心胸医院主任医师宋贺为大家详细解答。

宋主任再三表示,这种情况下病人是有危险的,容易出现心脑血管意外。

高血压患者是吃药后血压才比较稳定,对于需要终身服药的高血压患者,一定要谨遵医嘱,按时服药,不能随意停药。不过,宋贺主任也表示,血压是有季节性的,一般夏天血压相对较低,如果天热后患者血管扩张,血压一直比较低,观察后可以在医生的指导下减少降压药的剂量,甚至停药。

降压药服用有讲究,先理清这几个问题

1、降压药服用一种好还是多种好?

有些血压比较高的情况下,高血压患者单纯服用一种降压药效果并不是很明显,可以两种药物联合以提升降压效果。联合用药就是两种或者两种以上的药品联合使用。

上海远大心胸医院主任医师宋贺表示,如果患者血压只是比140mmHg多一点,只要一种药即可降压,那么服用一种药就行了。但是有些患者,血压非常高,一测出来就是180mmHg,一般来说就需要联合用药,两种药,三种药,甚至有些顽固性高血压,用四种药都有。

宋主任解释,提高降压效果,单药增加剂量也可以,比如一片不够,吃两片,但不管怎样,一种药物增加剂量,副作用会加大,对于高压超过160mmHg的患者,最好是两种联合用药,这样两种药物都只需要在小剂量之下进行,而有些药物还会将副作用抵消,患者用药效果更好。

2、降压药是贵的还是便宜的好?

宋贺主任指出,药物价格与药效关系不大,而是与生产厂家、药品材料和工程工序有关系。有些药是短效降压药,可以迅速降低血压,有些药是缓释片,在一段时间内逐渐地把血压降下来,平稳降压,不会一下子就把血压降下来,这就需要药物制剂技术,来控制药物在体内的释放,工序很多,比前者价格就要高一些。

不同的高血压患者,血压情况不同、对药物的



宋贺

上海远大心胸医院主任医师、副教授、硕士生导师。

毕业于东南大学医学院医学系。中华医学会心血管分会委员,中国医师协会会员。在核心期刊及国家级杂志发表论文二十余篇,医学著作两部,主持科研项目两项,科研成果两项。在郑州大学附属医院工作二十余年,对心血管疾病有较深研究,尤其是冠心病介入治疗、高血压、心律失常、心脏病和心内科急、危重病病人的抢救及疑难杂症等。

反应不同,自身健康状况不同,服用的药物自然也不同,对于医生来说,用药选择意向是选用长效的降压药,使患者血压能够平稳下降,而不是根据药物的价格。

3、降压药是早上服用还是晚上服用好?

降压药的服用时间,不同的人不一样。宋贺主任表示,对于大多数高血压患者来说,降压药是要早上空腹吃,效果会更好。一般高血压曲线呈现勺形,上午和下午有两个高峰期,降压药多是缓释片,起效就需要1、2个小时,如果饭后吃,早上的血压就不容易控制住。她建议高血压患者做个24小时的动态血压监测,看看自己的血压峰值,确定合适的服药时间。如果早上5、6点醒了,醒了就吃,正好在7、8点钟的高峰时控制住血压升高的情况。

但是,宋主任也遇到个别的高血压患者,他们就是晚上血压高,有些顽固性高血压患者,又有动脉硬化,建议这类患者背个24小时的动态血压包,检查一下,如果夜间血压高,可以选择晚上睡前服药。还有些患者上午血压不高,下午血压高,那么选择中午服药控制血压更好。

4、吃了降压药,血压降下来,是不是就行了?

宋贺主任特别重视药物达标治疗。她说有些病人吃了药,血压也降下来了,但收缩压还有150mmHg,没有达标。还有些病人观念不强,经常

忘记吃药,血压忽高忽低。让她印象深刻的一个病人,他吃了降压药,可是血压还有160/100mmHg,最后心血管堵塞,非常危险。她强调,如果病人吃了药,血压还没有达标,那就需要早点调整剂量或是药物。

宋主任指出,对于不同的患者,这个“标”是不同的,年轻人一般就是血压140/90mmHg以下,如果有心肌梗塞、心力衰竭、肾功能不全等疾病的中老年人,这个高血压的“标”就是130/80mmHg以下。

不能只依靠药物,更要重视生活方式的改善

治未病,就是采取各种手段来预防疾病的到来。宋贺主任呼吁我们要养成良好的生活习惯,从源头上预防高血压,已经患有高血压的患者,除了进行药物治疗,更要重视生活方式的改善。日常生活中要注意以下几点:

高血压有遗传因素,父母是高血压的,子女要早点检查血压,早发现早治疗。

情绪要保持稳定,注意缓解工作和生活带来的精神压力。

适量运动,控制体重,戒烟戒酒。

饮食要健康,控制盐分摄入。多吃蔬菜水果,少吃高脂肪、高糖、高盐食品。(郑琳)



坚持走中国特色强军之路,全面推进国防和军队现代化

听党指挥、能打胜仗、作风优良