

# 医学博士谈高血压防治

## 控好血压、血脂并戒烟 80%的人免于心肌梗死

王守富表示,患者一旦出现冠心病、心肌缺血、心绞痛等心脏病,轻者影响生活质量,重者危及生命,导致死亡。因此,应该积极控制高血压,最大程度减少心脏病的发生和病死。美国哈佛大学的一项研究显示,通过改善高危因素,可使全球中风发生率减少85%,冠心病发生率减少75%。而王守富在长期的临床实践中也发现,控制好血压、血脂、戒烟可以使80%的人免于心肌梗死。

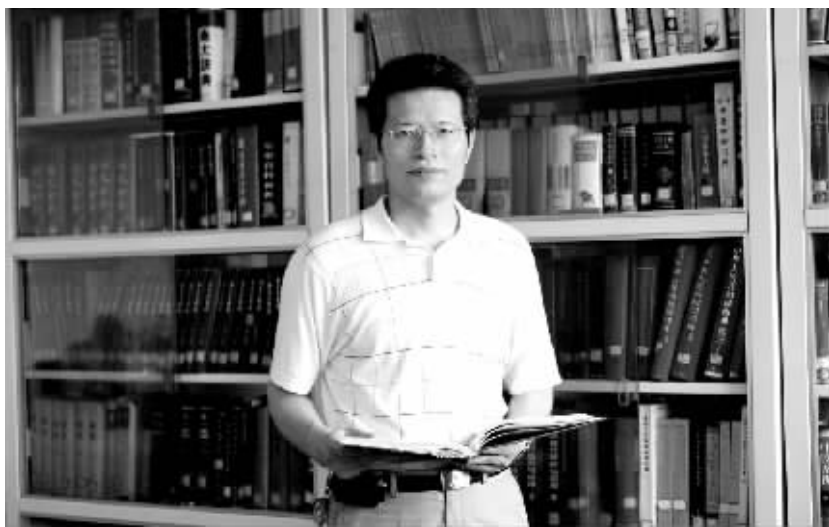
那么如何控制好血压呢?王守富告诉记者,首先要选择合适的降压药并坚持服用。“每个人

的体质不同,伴发疾病差异,对药物的反应又不一样,因此必须因人而异选择。时至今日没有一种降压药可一劳永逸地解决好血压,因此高血压患者需长期服药,坚持治疗才行。”王守富说。其次需要定期复查。一般情况下控制在140/90毫米汞柱以下,合并糖尿病或肾病等要控制在130/80毫米汞柱以下。定期复查的目的是评价血压的控制是否达到要求,只有达到要求了才能减少心脏病的发生。另外,通过定期复查可以及时发现药物的不良反应,既控制血压又不产生副作用。

## 采用中药治疗 可改善药物敏感性

王守富在实践中,通过中西医结合治疗发现,中药可以改善身体对药物的敏感性,因此,一些顽固性高血压,通过中西医结合,可以使血压控制得很好。除此之外,治疗

心力衰竭、病窦综合征、高血压方面有独到之处,他还创制了一通五降疗法,治疗冠心病;三环四联疗法,治疗心力衰竭;平衡疗法,治疗难治性心律失常。



## 高血压增加心脏负担 使心脏每一次搏动更为“费力”

高血压作为一种严重威胁人类健康的全球性流行性疾病,全球患病人数约为10亿人,每年造成约710万心血管病患者死亡,我国高血压患病率约为11.88%。“持续的高血压

状态会无声无息地影响人类的很多重要器官,使之产生不可逆的损伤,其中不少是致命性的。”王守富指出,高血压对人体最直接的影响就是增加心脏负担,使心脏的每一次搏动

更为“费力”,还会激活体内多种生物因子,日久则会引起心肌肥厚、心脏扩大,即并发高血压性心脏病,最终可导致心力衰竭,部分患者可因心律失常发生猝死。

## 清晨一杯水,预防高血压发生

医学专家研究发现,上午9时至10时是高血压患者发病的高峰时刻,原因是和饮水有关。健康人每天需补充1.5~2公斤水,患有高血压、脑动脉硬化的患者,饮水过多,会促使血液黏稠度增加,容易形成脑血栓。而最有效的办法就是清晨起床喝一杯清水,降低血液黏稠度,可预防高血压发作。

健康提醒

□晚报记者 詹莉莉

### 专家简介:

王守富,医学博士,主任医师,现任河南省中医药研究院附属医院心血管科主任,国家临床药理基地心血管专业主任,河南省中医药学会专业委员会副主任委员,河南省中西医结合学会心血管专业委员会副主任委员,河南省高血压防治委员会委员,河南省药审专家,河南省医保专家。擅长诊治冠心病、心绞痛、心肌梗死、心律失常、心力衰竭、高血压等心血管疾病及该系统相关疾病脑梗塞、脑出血等。发表专业学术论文30余篇,编写专著两部,获河南省科技进步三等奖一项,目前在研省部级课题6项。

# 提示 腰椎间盘突出患者

首届腰椎间盘突出治疗技术专家峰会



## 腰椎间盘突出 治疗宜早不宜晚

腰椎间盘突出是一种常见病,患病初期有些患者无明显症状,有些患者出现腰部、臀部或单侧腿脚疼痛的症状,这说明突出或膨出的椎间盘髓核已经压迫或刺激到椎管内的神经根,此时,如果没有得到及时对症的治疗,随着日常生活活动或劳动、搬、扛、负重或姿势不当等因素,椎间盘突出或突出的现象会不断加重,压迫到神经根的程度也随之加重,患者就会出现腿脚疼痛、麻木、酸困、走路困难或脊椎侧歪,再严重时出现大小便失禁,性功能障碍的症状,随着突出的椎间盘髓核对神经根压迫程度加大和时间越长,患者都会出现不同程度的腿脚麻木,小腿肚肌肉不断萎缩的情况,专家慎重提示腰腿疼痛患者,如果您多次出现腰腿疼痛的症状,应及时到医院明确诊断;如果您已经确诊是腰椎间盘突出患者,一定要早治疗,越早治疗越容易康复,拖延病情只会不断加重或是造成不可挽回的后果。

○北京海军总医院著名腰椎专家巫发祥教授  
○智能腰椎治疗床技术专家陈金荣、冀中原教授率专家组

已经抵达郑州  
(为期19天会诊活动)

促进全民健康,提高生活质量,让广大腰椎间盘突出患者走向康复,由河南省公安医院承办的首届腰椎间盘突出、腰腿疼痛的治疗技术专家峰会9月21日拉开序幕,活动为期19天,来自北京、上海以及河南省著名专家将汇聚一堂,对腰椎间盘突出的治疗与临床实践经验及新观点进行广泛交流和探讨。活动期间现场还每天安排30名患者,由知名专家亲自会诊治疗,患者可提前拨打电话0371-66387799预约。

□何伟刚

## 专家论治疗腰椎间盘突出的关键

很多腰椎间盘突出患者一旦得病后,也是到处求医治疗,但始终没能把病彻底治愈,病情总是时轻时重,反复发作,在专家技术交流会上,北京海军总医院巫发祥教授指出,腰椎间盘突出患者出现的下腰痛和臀部、腿至脚面疼痛、麻木、酸困等的症状,实质主要是髓核突出后压迫椎管内的神经根,致使神经根部血管受压而呈现缺血、淤血、神经根水肿,形成无菌性神经根炎。巫教授说,治疗腰椎间盘突出突出的关键取决于三个主要环节,首要任务就是先消除突出的髓核对神经根的压迫,也就是要让突出的椎间盘复位;第二步就是要让无菌性神经根炎症水肿吸收恢复正常;最后还得使破损的纤维环修复,才能达到标本兼治的目的,患者一定要到正规专业的医院进行系统地治疗。

传统治疗腰椎间盘突出的方法很多,但疗效往往不令人满意,因为那些传统的保守疗法一般很难让突出的椎间盘髓核复位,而开刀手术摘除治疗要选择适应症,但手术风险和一些不可避免的后遗症,让患者望而却步。如何能无风险、无创伤、无痛苦就把腰椎间盘突出压迫神经根的问题解决,又能保持腰椎的正常结构和稳定性,这是医学专家研究的关键课题。

## 应用智能腰椎治疗床, 做到了无创伤复位治疗

巫教授说,智能腰椎治疗床无创伤复位技术的发明成功,用于临床之后,使全国各地众多患者走上康复的道路,该技术总结影像学、物理学和现代计算机技术,患者只要躺在治疗床上,医生将患者的身高、体重和CT片诊断资料转换成数据输入电脑,在仪器系统的自动操控下,精确定位,通过瞬间的三维立体动作,促使病变椎体间的三维方向的改变,使之恢复生理曲度,纠正椎间盘受力不均,并使椎间盘瞬间产生负压,促使突出物的回纳,消除对神经根的刺激、压迫,从而达到了从根本上治疗的目的。治疗过程无创伤、安全、快速,患者无任何痛苦,治疗后休息一至两个小时即可轻松回家。智能腰椎治疗床的临床应用,使腰椎间盘突出治疗技术迈上了新的台阶。

作为此次专家峰会承办方的河南省公安医院,近年来引进了智能腰椎治疗床这一尖端拳头技术,一批实力雄厚的技术骨干专家队伍,以专业治疗腰椎间盘突出而闻名省内外,此次专家峰会首次在河南省公安医院举行,云集了各地专家携手为广大患者会诊,是我省广大腰椎间盘突出患者的一次难得的治疗机会。



河南省公安医院  
公立非营利性医院 省医保定点单位  
腰椎间盘诊疗中心

咨询热线: 0371-66387799

地址: 郑州市顺河路7号(城东路与顺河路交叉口往东走50米即到)  
提示: ◆您来就诊时把以前检查的CT片等资料带来,以免重复检查  
◆由于每天来诊患者较多,为确保能当天就诊,当天回家,请您提前电话预约;  
◆车站不设任何接待,谨防医托。