

河南高血压患者超2000万 患病率越来越高

我省高血压防治学术年会举行,将预防控制关口设置在基层 防治关键在于注意饮食、适度运动

昨日,由河南省医学会高血压防治分会主办,郑州大学附属郑州中心医院承办的“2013年河南省高血压防治学术年会暨郑州大学附属郑州中心医院第19期基层医师培训班”顺利举行,500余名来自全省各地的从事高血压防治工作专业技术人员参加了此次学习与交流活动。

据悉,由于种种因素的共同作用,高血压的发病率正在逐年升高,中国的高血压患者已达2.66亿,每4个成年人中就有一名高血压患者。

高血压可诱发心梗、脑卒中等严重后果,因此,高血压的防治已成为严重的社会问题。

高血压防治的“主战场”在基层,此次大会对促进我省高血压诊疗技术的应用和发展,全面提升基层医生的高血压防治水平意义深远。

郑州晚报记者 邢进 施杨/文 通讯员 侯琛/图



郑州市中心医院医护人员开展高血压日义诊活动

防治高血压的“主战场”在社区、在基层

郑州市卫生局副局长张文艳说,目前,由于人们生活环境和生活方式的改变,以及不良生活习惯等因素的共同作用,导致我国高血压患病人数逐年攀升,每4个成年人中就有一个高血压患者。而由此引发的心肌梗死、脑卒中、肾病、眼底病变和周围血管病变等并发症严重威胁着公众的身体健康和生活质量,给患者、家庭、社会、国家带来了沉重的负担,高血压防治工作迫在眉睫。

张文艳表示,目前高血压防治的

主战场在社区、在基层。此次在郑州市中心医院举办省级高水平的高血压防治继续教育培训项目,就是为了能让更多的社区基层医疗人员有机会参加业务学习培训。

“通过学习培训,基层医务人员能够牢固掌握高血压病的规范诊断和规范治疗;通过学习培训,把高血压防治知识更广泛地普及到基层,从而减少高血压患者的致残率、致死率,提高人民群众的生活治疗和健康水平,降低患者的医疗费用。”

河南高血压患者超2000万,防治形势严峻

河南省医学会高血压防治专科分会主委、省人民医院高血压科主任王浩教授指出,据最新的流行病学统计,我国的高血压患者已经达到了2.66亿,河南省的高血压患者已经达到了2000万,在我国,平均每15秒就有一个脑卒中新发病例。

“高血压的患病率越来越高,但知晓率低、治疗率低、控制率低”,王浩说,将高血压防治知识普及到全省所有的社区、最基层的医务人员,从而使更多的基层患者得到规范的治疗,是高血压防治的关键所在。

郑州大学附属郑州中心医院院长郝义彬说,截至目前,医院作为全科医师培养基地,已经成功举办了19期基层医师培训班。参与单位除了各县区基层医疗机构,来自周口、洛阳等省辖市的基层医疗机构,还有郑州大学附属郑州中心医院区域医疗联合体40余家成员单位的基层医师。

“这次学术年会,将对医联体各成员单位的基层医师起到很大的学习和促进作用,规范基层医疗机构高血压的防治工作。”

注意饮食、适度运动是防治高血压关键

郑州大学附属郑州中心医院业务副院长,心血管内科专家赵志琛博士说,预防高血压,要从自己做起,从现在做起,有高血压家族史的人要经常测量血压,血压一旦发生波动,要立即向医生咨询。

要注意调节生活节奏,注意休息,做到劳逸结合。日常饮食要清淡。“所谓清淡,是指少油少盐。目前,医学界认为每人每天盐的摄入量在6克左右

(大概是普通啤酒瓶盖一平盖)即可满足需求,超过6克会导致高血压等多种疾病”。多吃新鲜蔬菜、水果。每天吃新鲜蔬菜不少于8两,水果2至4两。适当增加海产品摄入,如海带、紫菜、海鱼等。

此外,适度运动,也是规避高血压的关键,赵志琛建议,最好每天能够保持体育锻炼,运动以30分钟左右,不感到心慌、气喘、头晕、头蒙为宜。

新型“糖尿病治疗仪”免费送 在家轻松治疗糖尿病

糖尿病一直被认为是久治不愈的疾病,得了糖尿病就意味着长期服药,并忍受并发症带来的痛苦,糖尿病发病原因是胰岛B细胞处于休眠、坏死的状态,造成胰岛素分泌相对和绝对不足,而传统降糖药物又无法激活休眠及新生新的胰岛B细胞;只能单向降低血糖,要想治愈糖尿病,解决传统药物不能穿透胰岛组织去激活胰岛B细胞是问题关键所在。

北京医学研究院糖尿病课题组,数十位专家,从激活胰岛B细胞,恢复胰岛功能着手,运用现代生物医学,从生物电上找到突破口,成功研制出糖尿病治疗仪,经临床验证,已经成功治愈糖尿病20余万例,疗效显著。糖尿病治疗仪具有两大特点:一是科技含量高,通过模拟人体生物电穿过皮下组织,迅速激活坏死的胰岛细胞。二是成功结合我国传统中医经络学,运用电子脉冲,疏通全身经络,改善全身微循环,增强细胞通透性,促进胰岛营养供给,B细胞新生速度加快,促使胰岛功能恢复正常。当前国际医学界一致公认,生物电已被视为激活胰岛B细胞最有效的方



法,3-7天降血糖,停用降糖药,中国研发的糖尿病治疗仪,患者完全可以在家彻底治愈糖尿病,不打针,不吃药,也不用控制饮食,打一个全新的医学概念。

为帮助糖尿病患者早日摆脱病魔的困扰,彻底走出口服降糖药的单一降糖误区,健康扶贫基金支出6300万元启动大型糖尿病爱心康复工程,免费发放价值6300元的糖尿病治疗仪10000台,只需来电挂号登记,确诊为糖尿病就可免费领取,每人仅限一台

全国免费获赠热线:400-163-9900

(本次活动只赠送治疗仪器,不赠耗材。每位患者可获得权威专家免费指导及疗效跟踪,直至彻底痊愈)

专家教您小窍门 巧吃茶叶不吃药 降糖 稳压 有妙招

—— 名医专著 免费发放 ——

糖尿病与心脑血管病,是中老年人常见慢性病,患者由于治疗手段单一,长期依赖降糖、降压、扩张血管类的药物,不仅病情难以有效控制,药物毒副作用也越来越大!

有没有一种行之有效的绿色方案,让老年朋友实现少吃药,甚至不吃药,就能有效控制血糖和血压,实现心脑血管健康、消除并发症的愿望?

中国茶医学研究院名誉院长——董建文教授为您指点窍门。在最新专著《揭秘国宝茶色素》一书中,董教授将告诉您“巧吃茶叶不吃药、降糖稳压不反弹”的绝招,为广大糖尿病与心脑血管病患者的健康保驾护航。

为了普及“茶疗养生不吃药”的康复理念,中国茶医学应用促进会面向全国中老年朋友免费发放本书,数量有限,每日仅限100本。

免费领书热线:400-8091-300



董建文教授