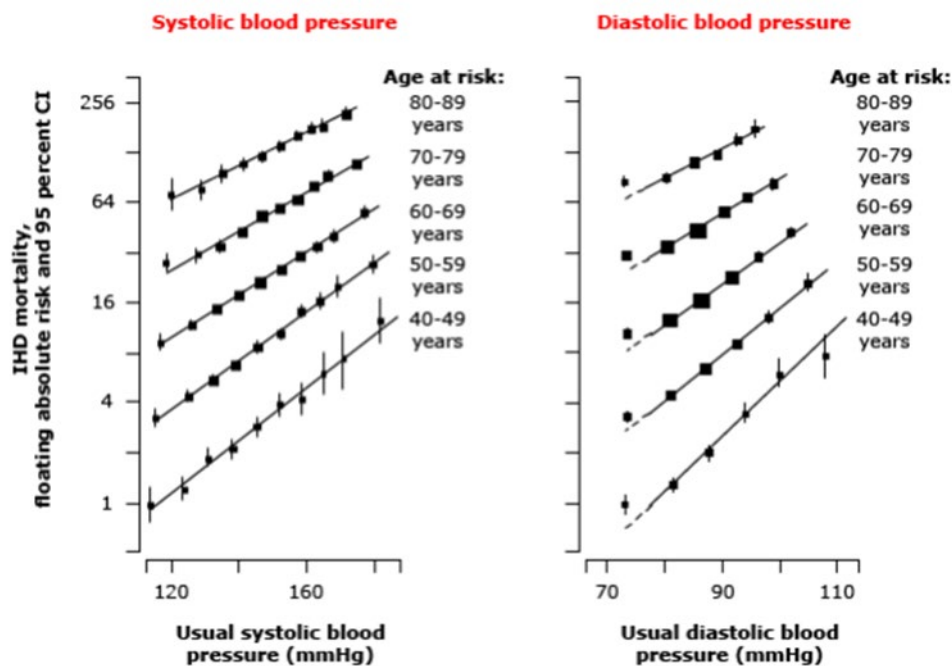


## 醫療新知

### 舒張性高血壓與心血管疾病風險

- 隨著血壓上升，冠狀動脈疾病與中風的風險也隨之增加，在超過 115/75 毫米汞柱後，每增加 20 毫米汞柱的收縮壓或 10 毫米汞柱的舒張壓，就會讓上述心血管疾病死亡的死亡風險增倍。



圖片來源：UpToDate

圖片說明：隨著收縮壓與舒張壓上升，冠狀動脈疾病（IHD）的死亡率會呈線性正相關

- 然而，傳統上定義的高血壓有兩部份，一是收縮壓大於等於 130 毫米汞柱，一是舒張壓大於等於 80 毫米汞柱。兩者都上升是老年人比較常見的型態，稱作收縮型與舒張型綜合高血壓，絕大多數研究也都是針對這類病人來進行。當然也有單純收縮型高血壓及單純舒張型高血壓的族群，但相關研究少了許多，醫學界對於單純舒張型高血壓病患的心血管疾病風險先前更是尚無共識。
- 最近一個收錄 60000 人的前瞻性世代研究，比較了單純舒張型高血壓的病人與非高血壓族群之間心血管疾病的發生率，發現單純舒張型高血壓病人並沒有較高的心血管疾病風險。
- 單純舒張型高血壓臨床上並不罕見，較常發生在年輕族群身上。除了用藥的選擇需與老年人不同，同時要注意藥物對收縮壓的影響，避免血壓過低等副作用。然而根據上述研究，舒張型高血壓的患者可稍稍鬆一口氣，但還是得積極做好低鹽飲食、運動、減重、戒菸等基本動作，避免血壓一路進展到綜合型高血壓才是。

資料來源：中慎診所洗腎室 長慎醫院

尤昱仁醫師 提供