

血壓正常者 也會腦中風

【聯合報／廖桂聲／桃園廖桂聲中醫診所院長】 2011.02.06 10:08 am

正常人血壓為 120／80mmHg，血壓每增加 20／10mmHg，心血管疾病風險即加倍，每降低 2mmHg，就可降低 7 至 10%的心肌梗塞和腦中風風險。經常聽到血壓高會造成中風，但血壓正常的人，也有可能中風，甚至血壓低的人，也有中風案例。

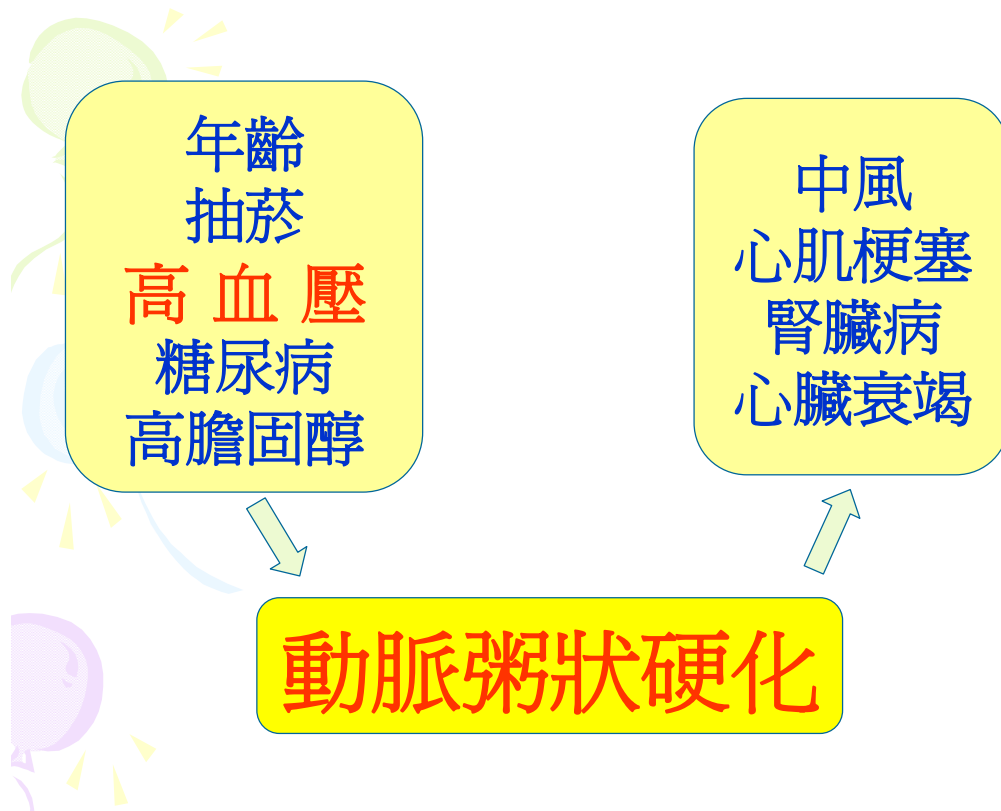
一般認為高血壓導致腦中風，但腦中風不全因為高血壓造成，糖尿病、心臟病、暫時性腦缺血及頸動脈有雜音的人，都容易出現腦中風病變。腦中風是腦部最常見的疾病，腦部血管局部阻塞、出血，阻礙營養供給管道，以致缺血缺氧，而突然昏倒，不省人事；或出現口眼歪斜、半身不遂等。因本病發病急速，變化快，如風之猝然，故名腦中風或卒中，出血型約占 10 至 20%，梗塞型占 75%。

連續幾波寒流，20 幾歲年輕男子無緣無故中風，亦有 40 幾歲壯男，沒有任何預兆就心肌梗塞，這些病例病發前根本沒有高血壓、糖尿病、慢性病或家族遺傳病史，我們可推測溫度影響人體自律神經，是暴露低溫下，會造成血液黏滯度以及血管內壁發炎，會使得這些原本健康就有問題的族群，相當容易因為天氣嚴寒，導致誘發嚴重性腦血管病變。

傳統醫學對於高血壓治療，以「天麻鉤藤飲」認為是降血壓的良方，雖比不上西藥的降血壓速度，但可預防或治療腦中風。其方中的梔子、黃芩可以消除血管內壁發炎，抑制血塊產生，並修復血管內壁的發炎現象。

高血壓患者宜注意日常生活血壓變化，遵循醫師指示用藥，保持心情愉快，緊張、發怒或焦慮，均會使血壓上昇。起居規律、飲食均衡文化，平時多攝取少許檸檬加入菜餚，可以軟化血管及清除血中游離基。避免菸、酒及濃茶咖啡，以免刺激交感神經，造成血管收縮，使血壓上昇。（作者為中西醫師） <http://udn.com/NEWS/HEALTH/HEA1/6136413.shtml>

- Veterans Administration 之研究發現中度高血壓如不加以治療，5 年後有 55 %以上會發生心臟血管病。年齡越大，其併發症越多。
- U.S.Public Health Service Study 也報告未經治療之輕度高血壓患者，在 7-10 年後，有 1%死亡，29%發生血管硬化的併發症(主要為冠狀動脈病)，53%發生高血壓併發症(如左心室肥大、網膜病變、腦血管障礙，腎衰竭或心衰竭)。
- 高血壓的程度會影響併發症。
- 重度高血壓會加速血壓的惡化而以腎臟的併發症最多，其次為心臟的併發症而腦血管障礙較少。
- 輕度高血壓的併發症則以心臟血管的病變最多，其次為腦血管障礙，而血壓的惡化及腎臟的損害較少。



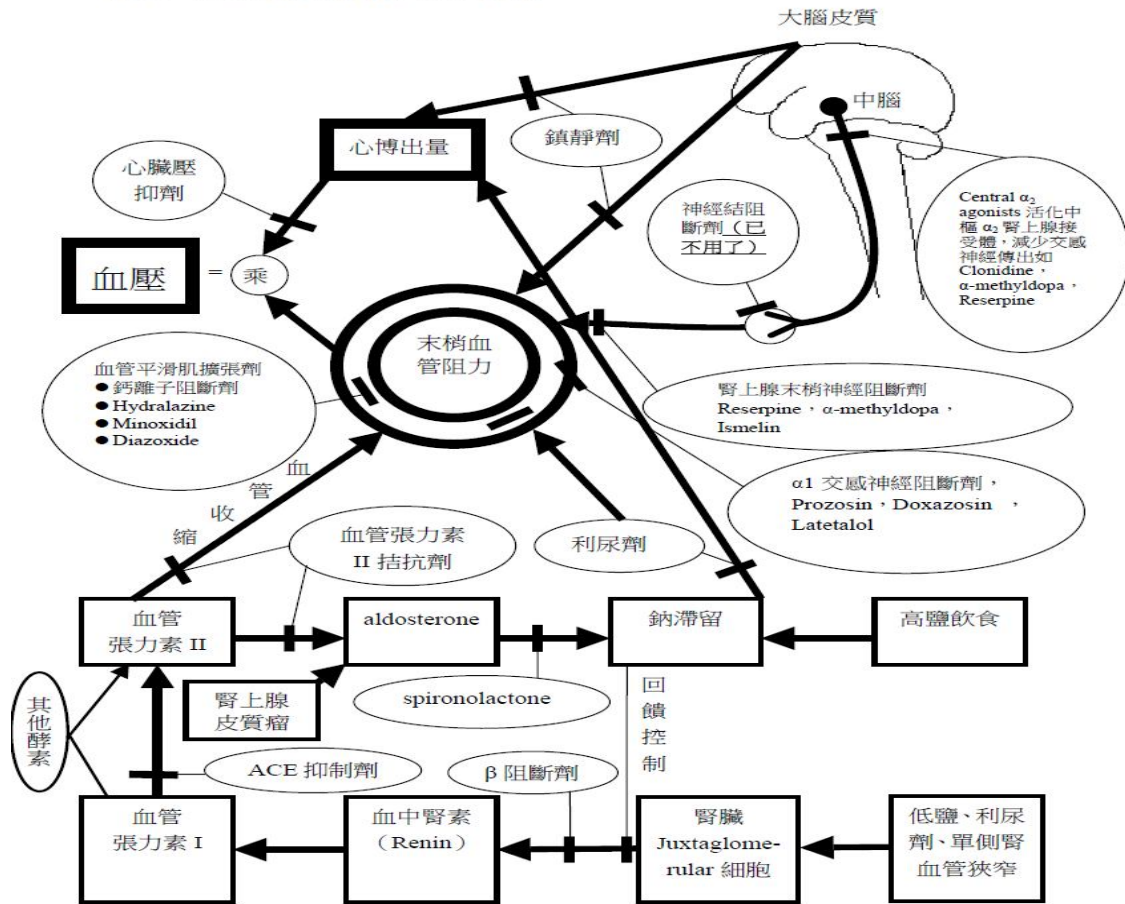
表三 影響預後之因素

心血管疾病之危險因子	標的器官損害	合併臨床疾病
(I) 危險因子分類 <ul style="list-style-type: none"> ● 第 1-3 期高血壓 ● 男性 >55 歲 年紀 ● 女性 >65 歲 ● 抽菸 ● 總膽固醇 >240mg/dl 或 LDL 膽固醇 >160mg/dl ● 家族有早發性心血管疾病史，年齡 <50 歲 ● HDL 膽固醇 男性 <40，女性 <45mg/dl ● 肥胖 ● 久坐之生活型態(缺乏運動) 	<ul style="list-style-type: none"> ● 左心室肥大 (心電圖、心超音波) ● 糖尿病併微量白蛋白尿 ● 蛋白尿或肌酸酐升高 (1.2~2.0mg/dl) ● 頸動脈、股動脈及主動脈硬化(周邊動脈疾病) ● 廣泛或局部之視網膜動脈狹窄 <p style="text-align: center;">高血壓引起的病變</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 糖尿病 ● 腦血管疾病(腦中風 TIA) ● 心臟病 <ul style="list-style-type: none"> ◎冠狀動脈疾病 ◎心臟衰竭 ● 腎臟病：腎功能失常(肌酸酐 >1.5mg/dl) 白蛋白尿 >300mg/day ● 周邊動脈疾病 <p style="text-align: center;">血壓控制標準要更嚴格</p>

WHO/ISH statement on hypertension. J Hypertension 2003; 21:1984

註：心電圖呈現左心室肥大，且 T 波正常，須要時以心臟超音波確認左心室肥大。

圖三 高血壓藥物之作用部位及機轉



說明：維持血壓之生理機轉非常複雜；廣義言，血壓為心搏出量與周邊血管阻力之組合。高血壓治療並非完全依賴藥物，尚須配合非藥物治療，改變生活形態。藥物治療，請遵守藥物使用原則。圖中“→”表興奮作用；“/”表示阻斷。

TABLE 38-4 Indications and Contraindications for the Use of Antihypertensive Drugs		
Class of Drug	Indications	Contraindications
Diuretics	Heart failure Advanced age Systolic hypertension	Gout
Beta blockers	Angina or previous myocardial infarction Heart failure Tachyarrhythmias Migraine	Asthma or chronic obstructive pulmonary disease Heart block
Alpha blockers	Prostatic hypertrophy	Incipient heart failure
Calcium channel blockers	Advanced age Systolic hypertension Cyclosporine-induced hypertension	Heart block (verapamil, diltiazem)
ACE inhibitors	Heart failure or left ventricular dysfunction Previous myocardial infarction Diabetic or other nephropathy or proteinuria	Pregnancy Bilateral renal artery stenosis Hyperkalemia
Angiotensin receptor blockers	ACE inhibitor-associated cough Diabetic or other nephropathy Congestive heart failure	Pregnancy Bilateral renal artery stenosis Hyperkalemia

ACE = angiotensin-converting enzyme.