



高血压

HIGH BLOOD PRESSURE

诊后-患者健康教育手册

儿童高血压

高血压对身体的损害



心脏病



肾脏病/肾衰



认知障碍



脑卒中



外周动脉疾病



心力衰竭



性功能障碍



失明



妊娠相关并发症

力由心生 光明健康

心血管疾病患者诊疗后健康教育项目

健康教育系列手册—高血压篇

指导单位：中国高血压联盟 - 北京高血压联盟研究所

主办单位：北京力生心血管健康基金会

公益支持：施维雅 (天津) 制药有限公司

撰写组组长：姜一农、李南方

撰写组副组长：冯颖青、牟建军、袁洪、张岩、祖凌云

编写组专家成员：（以下按照姓氏拼音排序）

白瑾

北京大学第三医院

蔡菁菁

中南大学湘雅三医院

冯颖青

广东省人民医院

胡君丽

新疆维吾尔自治区人民医院

黄晓

南昌大学二附院

黄雨晴

广东省人民医院

姜一农

大连医科大学附属第一医院

蒋卫红

中南大学湘雅三医院

蒋文

新疆维吾尔自治区人民医院

李南方

新疆维吾尔自治区人民医院

李宪凯

上海市第十人民医院

刘富强

陕西省人民医院

刘靖

北京大学人民医院

刘玲

中南大学湘雅二医院

刘巍

北京积水潭医院

栾红

宁夏回族自治区人民医院

罗淞元

广东省人民医院

马琦琳

中南大学湘雅医院

牟建军

西安交大第一附属医院

欧艳秋

广东省人民医院

裴作为

大连理工大学附属中心医院

邱雪婷

广东省人民医院

任川

北京大学第三医院

任明

青海大学附属医院

汪晓洲

青海省心脑血管病专科医院

王红

新疆医科大学第一附属医院

王磊

新疆维吾尔自治区人民医院

徐伟仙

北京大学第三医院

徐毅

国药大连机车医院

易铁慈

北京大学第一医院

余静

兰州大学第二医院

袁洪

中南大学湘雅三医院

张妮

北京医院

张然

中国人民解放军总医院

张烁

哈尔滨医科大学附属第二医院

张岩

北京大学第一医院

张毅刚

徐州中心医院

张英

大连医科大学附属第一医院

赵秋平

华中阜外心血管病医院

钟琪

广东省人民医院

周宁

武汉同济医院

朱亦橙

广东省人民医院

祖凌云

北京大学第三医院

儿童高血压

1. 儿童高血压的定义及特征？

儿童高血压是特殊类型高血压，一般指 3 岁以上、18 岁以下的儿童及青少年通过测量血压检查出异常高血压。一般分为 2 级，1 级多数表现为血压水平的轻度升高，无明显临床症状，一般通过定期体检才被发现。2 级高血压可出现高血压的临床症状，甚至对心血管、肾脏等已经造成损害。

2. 儿童高血压的常见病因有哪些？

儿童高血压的病因较多，可以分为原发性和继发性高血压病因。原发性高血压中最重要最常见的病因是肥胖 ($BMI \geq 28$)。除肥胖外，父母高血压史、低出生体重、早产、盐摄入过多、睡眠不足及体力活动缺乏等病因都可能引起原发性儿童高血压。在继发性高血压中，肾源性疾病是主要病因，风湿免疫性、血液肿瘤和心血管等系统疾病是次要病因，药源、中毒、感染等也可以引起继发性高血压。

3. 儿童高血压的治疗如何进行？

1 级儿童高血压患者主要通过饮食和运动进行生活干预。2 级高血压患者或者合并下述任一情况的患者都要进行药物治疗：出现高血压的临床症状；糖尿病；继发性高血压；靶器官的损害；生活方式积极干预 6 个月无效。治疗原则：从小剂量、单一用药开始，同时兼顾个体化，必要时联合用药。注意：ARB 目前尚未被批准为儿童用药。

问答

Q 1. 儿童高血压会发展成成年高血压吗？

A 会。

研究表明，儿童时期严重的血压异常是成年高血压继发性靶器官损害风险增加的一个主要原因，如果不及时或者有效干预儿童高血压的进展，而且从儿童到成人血压累计效应越大，增长趋势越猛，对这些靶器官的远期损害的风险越高。

Q 2. 儿童高血压与父母有关吗？

A 有关。

高血压属于多基因遗传病且具有一定的家族聚集性，所以儿童高血压可能与患高血压的父母有关。但儿童高血压可分为原发性和继发性，原发性儿童高血压的病因除了遗传因素，还包括 $BMI \geq 28$ 、胰岛素抵抗、妊娠因素、神经内分泌因素，而继发性儿童高血压可以继发于肾脏疾病、内分泌疾病等，儿童高血压的病因诊断比较复杂，因此不仅仅与父母有关。

Q 3. 儿童高血压确诊后一定要服药吗？

A 不一定。

无论是儿童高血压 1 级还是 2 级，首先需要在前期给予积极的生活方式干预，主要包括饮食与运动方面，并避免持续性精神紧张状态，保证足够睡眠时间。如若高血压合并靶器官损害，或达到 2 级高血压时，才会启动药物治疗，但药物治疗必须兼顾积极的生活方式干预。



力由心生 光明健康

心血管疾病患者诊疗后健康教育项目

本手册仅用于高血压和相关心血管疾病的健康教育，不涉及商业宣传等目的。

手册版权归属：北京力生心血管健康基金会。

如需翻印，请与北京力生心血管健康基金会联系授权事宜，

联系电话：010-88204450。