



# 邻居推荐的降压药,竟吃出更多毛病?

## 常用降压药有多种,适合人群不同,降压治疗也要量身定制



10月8日是第26个全国高血压日,国家卫生健康委员会和中国高血压联盟的宣传主题是“健康生活,理想血压”。借此机会,特别与大家聊聊正确使用降压药的重要性。

平时与患者交流过程中,我们经常遇到一个问题:“我的邻居也有高血压,吃了一种药效果很好,我是否能直接吃他推荐的药?”还有患者会直接服用其父母的降压药。实际上,所有患者服用降压药前应检查有无引起高血压的原因和血脂、血糖等代谢异常,医生会根据检查结果,选择合适的降压药。所以,切不可看别的患者吃什么药,就擅自用同类药。

### 健康生活,血压要理想

我们倡议所有人都应该知晓自己的血压水平。而高血压患者为了使血压达标(家庭自测血压应<135/85mmHg),首先应该进行生活方式的干预,如合理膳食、增加钾的摄入、减少钠盐摄入、控制体重、戒烟限酒、运动干预、

保持心理平衡以及睡眠管理以外,多数高血压病患者还需进行药物治疗。

高血压治疗的目的是不仅要求血压要理想,还要对心、脑、肾等重要靶器官有保护作用。每个人血压升高的症状大相径庭,可能有头晕、头痛、胸闷、乏

力等表现,也可能毫无感觉。高血压被称为“隐形杀手”的原因就是若不及时降压治疗,血压的持续增高将导致心、脑、肾、血管的严重损害,从而出现心力衰竭、心肌梗死、脑血栓形成、脑出血、肾功能不全等严重后果。

### 让医生帮您选择适合的降压药

在门诊中,我们经常遇到使用某种降压药后出现不良反应,差点导致误诊的患者。

一位70岁的大爷,长期服用ACEI培哚普利,血压控制良好,有段时间突然干咳,夜晚尤其严重,难以入睡,到诊所拍胸片后诊断为肺大疱。因为咳嗽总不停,他怀疑自己得了肺癌,赶紧来院就诊。我们发现他长期服用培哚普利后,告知ACEI常见的不良反应为持续性干咳,于是将降压药改用CCB氨氯地平。不久,大爷的咳嗽就自行消失了。

另一位70多岁的老伯,服用邻居推荐的二氢吡啶类CCB后出现双下肢乃至阴囊明显浮肿,网

上查阅资料后担心肾功能衰竭,但去肾内科门诊检查一切正常。其实,二氢吡啶类CCB常见的副作用就是水肿,改服沙库巴曲缬沙坦1周后,浮肿自然消失。

此外,我们还遇到过服用二氢吡啶CCB后牙龈水肿,跑去诊所后被误拔牙的患者;服用β-受体阻滞剂后出现心脏传导阻滞,诊所医生建议到医院安装心脏起搏器的患者……在调整降压药后,情况都得到改善。

所以,降压药虽好,让医生帮您选择适合您的才最好。

(本文由福建省立医院心内科王欢撰稿)

福建省立医院高血压专科门诊安排:

- 陈慧主任医师 周一上午和周三上午(特诊)
- 俞玲主任医师 周三上午,周二下午(南院特诊)、周四上午(南院)
- 杨柳青主任医师 周四上午
- 张祖杰副主任医师 周二下午和周四下午
- 吴小盈副主任医师 周三上午
- 孙红临床副主任医师和王欢主治医师 周一上午(临床药师与临床医师联合门诊)
- 王欢主治医师 周五下午
- 林慧榕主治医师 周日上午

### 常用降压药有多种,适合人群不同

常用降压药物包括五大类,分别是钙通道阻滞剂(CCB)、血管紧张素转换酶抑制剂(ACEI)、血管紧张素受体阻滞剂(ARB)、利尿剂、β-受体阻滞剂,还有包括特殊人群适用的α-受体阻滞剂、中枢降压药等。

目前,国际、国内提倡

理想的降压药物除有良好的降压作用外,应具有保护靶器官的作用,降压的获益主要体现在对器官保护及对心脑血管事件降低两方面。根据循证医学的证据和临床经验,医生会分析降压药物在降压达标与器官保护之间的关系,为

不同人群选择合适的降压药物,从而达到理想血压的目的,同时还会关注不良反应,为高血压患者调整更适合的降压药物。这样才能最好地保护心、脑、肾和血管的靶器官,减少心血管病的发生,使高血压患者健康地生活。

# 散发性阿尔茨海默病 深层致病机制被发现

## 患者大脑中有毒蛋白质的积累与蛋白质清除机制失效有关,靶向特定蛋白或可缓解病症

N 新华

以色列理工学院近日发布公报说,其研究人员领衔的一个国际团队发现,散发性阿尔茨海默病患者大脑中有毒蛋白质的积累与蛋白质清除机制失效有关,靶向特定蛋白或可缓解病症。相关论文发表在英国《自然·通讯》杂志上。

公报说,阿尔茨海默病在65岁以上人群中高发,其特点为随着脑神经细胞的退化和死亡,人的认知能力逐渐下降。这一疾病分为家族性和散发性,特征均为大脑中有毒蛋白质的积累。前者与基因突变引起的相关蛋白质积累有关,而在更普遍的散发性阿尔茨海默病中,有毒蛋白质积累

的触发机制尚不清楚。

研究人员提出了一种假设,即大脑中有毒蛋白质的积累是由蛋白质清除机制(又称为泛素-蛋白酶体系统)失效造成的。泛素存在于所有真核生物中的小蛋白,它的主要功能就是标记需要分解掉的蛋白质,使其被蛋白酶体降解。泛素-蛋白酶体系统是细胞

内蛋白质降解的主要途径,参与细胞内绝大部分蛋白质的降解。

为了验证这一假设,研究人员建立了一个人类神经元模型系统,用以观察泛素-蛋白酶体系统在阿尔茨海默病发展过程中的参与情况。他们发现,一种被称为UBB+1的泛素变体会干扰蛋白质清除机制的正

常运行,从而导致β淀粉样蛋白沉积(Aβ)和Tau蛋白过度磷酸化的出现,而后两者是阿尔茨海默病的重要病理标志。

接下来,研究人员设计了一种特定的核糖核酸(RNA)分子,这种分子可以抑制UBB+1的表达。研究人员发现,抑制UBB+1表达能阻止上述两种阿尔

茨海默病病理标志的出现。

研究人员表示,研究结果凸显了泛素-蛋白酶体系统在清除“缺陷”蛋白质、维持细胞健康中的重要性,有助于研发治疗和预防散发性阿尔茨海默病的药物。同时,相关RNA分子或可以为治疗阿尔茨海默病带来启发。

### 干燥表面加热到37摄氏度

## 部分病原菌存活率降低

N 新华

据日本北海道大学6日发布的新闻公报,该校人员参与的一项新研究表明,在适宜湿度条件下,将相对干燥的表面加热到人体表温度(约37摄氏度)能降低其上附着的部分病原菌存活率。

在医院等公共场所,人们频繁接触到的一些物体表面会成为病原菌传播的温床,目前的主流方法是用消毒剂等去除这些病原菌,但残留的消毒剂成分容易导致耐药菌的出现。

公报说,北海道大学和

札幌医科大学的研究人员分析了从札幌3家医院获取的66组数据,每组数据主要包括温度、湿度、细菌数、人数等信息。结果显示,相对低温低湿的医院环境下,人们高频接触到的一些物体表面活菌数要多于其他环境。

为验证这一现象,研究人员在实验中使用了可设定温度和湿度的仪器,测定其中放置的塑料附着细菌生存能力。他们发现,55%的湿度、15摄氏度的环境下,细菌比较活跃;而90%的湿度、37摄氏度的环境

下,大肠杆菌、金黄色葡萄球菌等细菌的生存能力下降。

在另一项相关实验中,研究人员还借助特殊金属装置,验证人体表温度对细菌生存能力的影响。结果显示,在55%湿度下的金属表面,被加热一段时间到接近人体表温度的部位与其他部位相比,其上的大肠杆菌存活率要低。

公报说,这一成果有望帮助研究人员开发新的病原菌控制方法。相关成果已发表于新一期美国《科学公共图书馆·综合》杂志上。

## 海洋酸化让海藻变脆弱

N 新华

海洋酸化对海藻有何影响?瑞典研究人员日前在美国《当代生物学》杂志上发表论文说,海洋酸化可能影响海藻的化学平衡,使其结构和组织变脆弱,降低其整体生存机会。

此前研究预测,到本世纪末,海洋酸化程度可能达到目前的约3倍。瑞典哥德堡大学和瑞典皇家理工学院的研究人员通过在海水样本中溶解足够二氧化碳,模拟到2100年可能出现的海洋酸化环境,然后在酸化海水中用90天培养一种常见的褐

藻——墨角藻。

实验过程中,研究人员测量了海藻的生长速度以及结构的微小变化。他们还计算海藻的光合作用效率,分析其化学成分和菌体强度,并观察海藻在模拟波浪机械应力下如何移动或断裂,以分析它在海洋中是否面临更高受损风险。

与在未酸化海水中生长的海藻进行比较后,研究人员发现,在酸化海水中,海藻实际上更容易生长,光合作用更有效,损伤也未显著增加。但研究人员同时发现,酸化海水中海藻的菌体强度和组织密

度降低,整体结构更多孔,钙和镁含量也更低。钙和镁是植物维持结构强度和柔韧性的重要营养物质。总体上,在酸化环境中,海藻更容易破裂、死亡。

研究人员表示,海洋酸化对海藻组织结构和菌体强度的负面作用,可能对沿海生态系统产生巨大影响。这种变化可能导致海藻覆盖范围整体缩小,进而对依赖海藻获得食物和栖息地的生物产生影响。研究人员表示,仍需要进行更多研究,以了解海洋酸化是否对所有褐藻都造成类似影响。