



三

十九歲的李女士，三年前發現有高血壓，上壓

長期維持在一百四十毫米水銀柱 (mmHg)，下壓

也達九十。由於她年輕，

家庭醫生建議她接受血液

檢查甲狀腺素、腎上腺素

等有沒有異樣，另外安排

電腦掃描，檢查有關器

官，結果一切正常。

「我知道有血壓高

後，初期都好擔心，不知

道這情況持續多久，所以

當時醫生都較緊張，幫我

做了很多檢查，最後沒有發現甚

麼。

其實我父母都有高

血壓，但我不知道他們

高血壓是非常普遍的都市病症，不同年齡層的人士都有機會患有高血壓問題，而我們身邊亦總有幾位朋友有高血壓。

長期高血壓可以引致嚴重後果，所以當我們發現血壓持續高企，絕對不應因為沒有不適病徵而忽視，必須追查原因，及早治療。

撰文：陳旭英 設計：林彥博



▲吳偉棠醫生說，大部分高血壓屬原發性，百分之十為繼發性。

何時開始有高血壓，醫生解釋這可能與遺傳有關。而由於我超重，這亦是引致高血壓的其中一個因素。

醫生除了給我處方降血壓藥外，亦叮囑我要多做運動減重，並盡量減少鹽份攝取量。其實我最怕鹹，但偏偏長輩們慣了吃鹹，有時節日共同用膳，感覺相當為難，吃得少怕長輩們不高

興，吃得多又怕影響血壓……」
李女士說。

每三人有一名患者

而平日進食，為了確保低鹽，李女士會在家煮食，早一晚會預備好翌日的低鈉午餐。如需要外出用膳，亦盡量避免進食多鹽的餸菜。

八十歲的郭老太上月不適求

莫忽視 追元兇



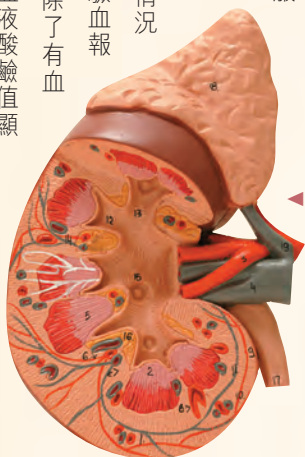
診，陪同的女兒向醫生解說母親的病情：「媽媽最近這一個月，感到十分疲倦，渾身乏力，連步行也有困難，要坐輪椅；上星期有一天晚上因為情況不妙，到居所附近醫院門診求醫，當值醫生即安排入院做詳細檢查，發現血液中的鉀質偏低，這是她的驗血報告……媽媽住了兩天醫院，但回家後仍然感覺不適，擔心她有甚麼事，醫生請你幫我查清楚……」

醫生在紀錄中發現郭老太血壓高，較早前護士為婆婆量度血壓，上壓為一百五十四，下壓為八十四，而婆婆正服用三種血壓藥，醫生感奇怪，因為服三種血壓藥，高血壓情況理應有改善；而在驗血報告中，他發現婆婆除了有血

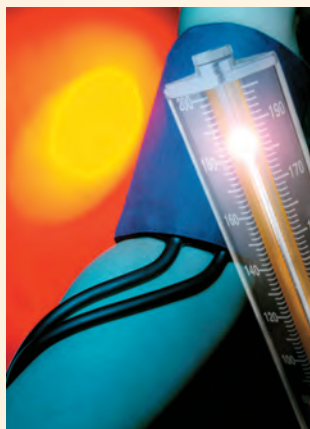
鉀低問題外，她的血液酸鹼值顯示微微偏高，懷疑有其他病症引致血壓高，於是為婆婆再進行進一步檢查，追查真兇。

養和醫院門診部駐院醫生吳偉棠醫生說，血壓高是常見都市人疾病，據調查發現，每三個人中，其中有一個在一生中會出現高血壓。當中大部分個案，即百

◀部分高血壓患者與腎臟結構有關。



◀上壓即收縮壓多次高於一百四十，便屬高血壓。



高

分之九十，都找不到原因，屬原發性高血壓；只有大約百分之十的病人，是由於其他疾病引致，這類稱為繼發性高血壓。

「不同年齡人士，包括兒童、成人及長者都可能患高血壓。兒童有血壓高，能找到原因的比例高於成年患者，即繼發性機會大，成人患者則大多數沒有特別原因。

當有病人因高血壓而求診，或因其他問題求診，醫生發現有高血壓問

題，多數都會找出是否有特別原因引致高血壓。」吳醫生說。

四種情況 需要追查

怎樣才算血壓高？吳醫生說，一般而言，以成人為例，當上壓即收縮壓多次高於一百四十毫米水銀柱（140 mmHg），下壓即舒張壓多次高於九十毫米水銀柱（90mmHg），就屬高血壓。

「單一次血壓高企並不足以定論，故病人在診所或醫院發現有高血壓情況，我們會請病人隔一段時間再量度，如多次血壓度數都高企，就是真正有高血壓問

高血壓可引致嚴重後果，如發現有此情況，必須追查病因。

題。如成人超過兩次所量度的血壓水平，上壓均超過一百四十毫米水銀柱或／及下壓高於九十毫米水銀柱，就很有可能患上高血壓。」吳醫生說。而二至十七歲的兒童，診斷標準及測量次數與成人亦有不同。因而醫生會按照病人的年齡、性別及身高，經多次覆檢才會診斷他們是否患有高血壓。

求診者有高血壓，如屬以下四種情況，就很大機會不是簡單的高血壓問題，背後可能有其他疾病。

「第一，是高血壓病人服用三種血壓藥或以上都難控制；第二是很早便發現有高血壓，例如未步入青春期，即十一至十二歲之前已有高血壓情況；第三是病人在三十歲以下，家人沒有高血壓紀錄，及不肥胖；第四是病人曾經求診，沒有血壓問題，但這次求診因突然有血壓高，這類突發性轉變便要追查病因。」吳醫生說。

檢查項目 抽出元兇

因血壓高來求診，醫生會做甚麼檢查追查病因？吳醫生說，首先會詳細了解病歷，然後做臨



▲因應病人臨牀病徵，醫生會為病人抽血檢驗，追查病因。

►如高血壓患者渾身乏力，可能與內分泌疾病有關。



牀全身檢查包括聽心跳、聽肺、檢查眼睛及四肢。

有時會因應病人情況而檢查某些特別項目以追查病因，例如抽血檢驗甲狀腺素。「甲狀腺素過高患者，心跳會很快；過低，則心跳會慢。但無論甲狀腺素過高或過低，都可以引致高血壓。如病人

有甲狀腺功能亢進，簡稱甲亢，除了血壓高及心跳快，還會手震、手出汗、體重下降、大便次數頻密、經期紊亂等；如患甲狀腺功能減退，簡稱甲減，患者會疲累、肥胖、便秘等，同時有可能會血壓高。」吳醫生解釋。

另一樣會檢查的，是量度手及腳的血壓，如兩者有差別，即

▲如官能、神經、或腫瘤、問題，照電疑有問題者，懷現排患者腦掃描。

◀長者們因血管缺乏彈性，容易有血壓。

是手臂的血壓水平比腳部高，或者甚至腳部未能量度出血壓水平，會懷疑是否心臟大動脈狹窄。吳醫生說：「正常兩者血壓一樣。如上肢血壓較高，下肢較低，可能是由心臟泵出來的血，去到手部時血壓正常，但去到腳部時因動脈窄了，故腳部的血壓較低。」

睡眠窒息症亦會引致血壓高，如病人有白天沒有精神，入睡時有打鼻鼾等徵狀，就會懷疑是否有睡眠窒息症。

另外內分泌疾病「嗜鉻細胞瘤」(Pheochromocytoma)，身體會分泌荷爾蒙，出現頭痛、皮膚發紅等病徵。而患者的血壓非常不穩定，一時過高，一時過低。

另一內分泌問題是腎上腺素分泌過高，患者會感到胸口鬱悶、欲嘔吐、渾身疲累，驗血結果發現血液的鉀質過低，這情況



兒童如有高血壓，可能與腎結構有關。



發現血壓高，醫生會懷疑是否與十九至三十九歲患者求診時

不同年齡的常見病因

有關，「〇至十二歲兒童血壓高病人，很多時都是腎有結構問題引致，其中一種是『實質性疾

病』(Renal Parenchymal Disease)。如青春期有血壓高，很多時與腎有關。」

在長者身上較普遍。

引致血壓高藥物

很多藥物會引致血壓高，故當病人有血壓問題求診，醫生會先了解病人是否正服用以下藥物：人參、麻黃 (Ma Huang)、收鼻水藥、減肥藥、避孕藥、止痛藥、類固醇及精神科藥物。

常飲用含咖啡因飲品亦會令血壓高，所以醫生在斷症前要確保病人不是正在服用這類藥物。

甲狀腺有關。

女士有血壓高，亦較大機會與腎有關。其中一種稱為「肌纖維發育不良」(Fibromuscular Dysplasia)，

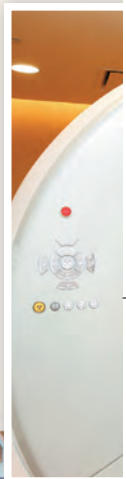
即腎有纖維化改變，引致高血壓。這類患者以年輕女士居多，介乎十九至三十九歲。懷疑有此疾病，需要做電腦掃描 (CT Scan) 或超聲波檢查腎臟。如確認有纖維化情況，患者只能終身服血壓藥。

四十至六十四歲高血壓患者，需要先排除是否因為先天性及家族史問題導致，包括排除病人有否患上腎上腺素分泌過高、甲狀腺素失調、腎纖維化、內分泌問題如庫欣氏症 (Cushing's Syndrome) 等疾病。

至於六十五歲以上高血壓人士，醫生會先了解是否血管硬化，彈性比昔日差，因而血壓高，甚至可能有腎衰竭，甲狀腺素過低等問題。

吳醫生說，為高血壓病人檢查清楚是否有背後原因，如有，就要治療病因。當病因解決後，血壓會回復正常。患者亦要改善生活習慣，飲食中減少鹽份攝取量，少飲酒，過重的需要減肥。

吳醫生說，為高血壓病人檢查清楚是否有背後原因，如有，就要治療病因。當病因解決後，血壓會回復正常。患者亦要改善生活習慣，飲食中減少鹽份攝取量，少飲酒，過重的需要減肥。



- 1 高血壓患者應避免進食如罐頭一類的高鈉食物。
- 2 高血壓病人必須戒煙，避免令血管進一步惡化。
- 3 同時亦應戒酒，減低併發性風險。



原發性高血壓病人，服用控制血壓藥外，亦要遵守以上生活原則。

有高血壓情況的郭老太，吳醫生在臨牀檢查中確認病人心肺正常，但肌肉有點不受控制地抽搐。

「血鉀低會疲累，有機會是甲減或腎功能問題，但血液檢查確認腎功能、甲狀腺素都正常。婆婆病徵與高醛固酮症 (hyperaldosteronism) 相似，即抽取血液送往檢驗，正等候報告。如有此問題，病人很大機會患有腎上腺腫瘤，需要轉介專科以確定，如有腫瘤並將其切除後，病人血壓有望回復正常。」

吳醫生說。