



| 頭條醫聞 | 健康專線 | 專家話 | Keep Fit 大道 | 熱門病變

### 會員登入

名稱：

密碼：

記住密碼三十天

[免費登記](#)

### 專家話 ▶ 小城大夫

[Email to FRIENDS](#)

慢性蕁麻疹與氣(二)

## 從肝腎看高血壓

有報道指，2005年全中國人口中，高血壓發病率達到25%之多，預計到了2025年更會增加至30%。而介乎35-74歲的中國成年人當中，高血壓患病率為27.2%，全球高血壓患者更達10億人之數。數據反映出，高血壓病不但日趨嚴重，並有持續擴張的趨勢。從中醫角度看，究竟高血壓是一種怎樣的病？它對人體又有甚麼影響？中醫對治療這個病又有甚麼獨到之處等？在一連兩期我們會一一探討這些問題。

高血壓是指體內循環動脈血壓升高的一種臨床綜合症，有原發性和繼發性高血壓兩種。前者是指不明原因引起的高血壓。後者則是因為繼發於某種疾病而引起的，例如腎小球腎炎高血壓、妊娠高血壓等，一旦繼發病消除，高血壓便即回復正常。然而，高血壓病中，佔90%的患者都屬於前者。

高血壓的發病常與環境、年齡、職業、飲食、生活習慣及情緒因素有著密切關係，那就是所謂原發性高血壓，因為這些病因都未能被確切肯定。此病較常見於中老年人身上，但年輕人也可能發生。高血壓病最致命的地方是，其症狀容易被忽略，導致患者血壓長期處於高水平，繼而引起多種併發症，如嚴重的心臟、腦部及腎臟的損害。

### 西醫標準



高血壓的主要症狀是頭痛、眩暈、胸悶、乏力、夜尿頻煩，西醫的主要診斷標準是以水銀血壓計量度，若收縮壓（上壓）指數高於140mmHg或舒張壓（下壓）指數高於90mmHg，便可確診。而根據世界衛生組織對高血壓的分級，大致分為以下三種：

I級高血壓：140-159 / 90-99mmHg

II級高血壓：160-179 / 100-109mmHg

III級高血壓：> = 180 / 110mmHg

### 血壓計量度

關於正常血壓值，亦有以下三種：  
理想血壓 < 120 / 80mmHg

正常 < 130 / 85mmHg

正常高值：130-139 / 85-89mmHg

由於很多人見到穿上白袍的醫護人員，血壓便會升高，影響了量度的準確性，故近年流行動態量度，以24小時作單位：

早上6時 - 晚上10時 135 / 85mmHg

晚上10時 - 早上6時 125 / 75mmHg

24小時平均血壓約為130 / 80mmHg，而正常血壓值應是夜間偏低，日間偏高一點，故一般在日間量度會準確一點。

### 名人專訪



換心女童重踏校門

### 專家話

- 婦女患癌 肥胖是元凶之一
- 慢性病管理計劃
- 工時過長醫生易出錯
- 嶄新技術治療心房纖顫

### 最新活動及講座

- 「冠心病」講座
- 復康專科及資源中心流動展覽服務
- 「趣談消費心理」講座
- 「失智症認識及照顧技巧」工作坊

## 高血壓病證型



**zoom** 桑寄生

膝、代赭石、夏枯草等等。

中醫學其實沒有高血壓一病，但以其臨床表現看，則可歸納「頭痛」及「眩暈」的範疇，且跟肝和腎臟的關係極為密切。中醫將高血壓病大致分為以下幾種證型：

最常見的一種證型為肝陽上亢，也就是俗語說「肝火盛」，臨床表現為頭暈、頭脹痛、目眩、耳鳴、煩躁易怒、面紅目赤、口苦咽乾、失眠等。中醫治療此證，以平肝潛陽為主，常用中藥有天麻、鉤藤、石決明、桑寄生、杜仲、茯神、夜交藤、黃芩、梔子、牛



**zoom** 淮山

另一種較常見的證型為肝腎陰虛，主要症狀為頭暈頭痛、手足心熱、腰痛、心悸失眠、咽乾，舌紅而苔少。治法以滋補肝腎為主，常用藥有枸杞子、淮山、熟地、牛膝、菊花、杜仲、蒺藜、山萸肉等。待血壓平穩後，可用中成藥杞菊地黃丸調治，此藥具有滋補肝腎，降血壓的作用。



**zoom** 熟地

最後一種為陰陽兩虛型，表現為腰膝無力、面色無華、頭痛目眩、心悸氣短、面浮肢腫，舌質偏淡而苔薄，治以調補陰陽，常用藥有熟地、淮山、山萸肉、丹皮、澤瀉、茯苓、杜仲、牛膝、桑寄生、肉桂、附子等。同樣經治療後，若血壓趨於平穩，可以中成藥金匱腎氣丸繼續調治。

撰文：上善堂中醫診所黃劍峰中醫師

香港中醫藥管理委員會註冊中醫(全科)，主治老人科、婦科、皮膚科及針灸科(清血療法)。

電郵：sheungshintong@yahoo.com.hk

17-04-2008

Email to FRIENDS

| 頭條醫聞 | 健康專線 | 專家話 | Keep Fit 大道 | 熱門病變 | 醫學新知 | 專家信箱 | 聯絡我們 | TOP ▲

本網站內容只供參考，無意取代專業醫療諮詢。讀者如對個人或親友健康產生懷疑，宜及早諮詢醫生或其他醫護人員，以免耽誤診治。我們盡力確保本網站內容之準確性及可靠性，唯不會就任何不確或遺漏而承擔責任。