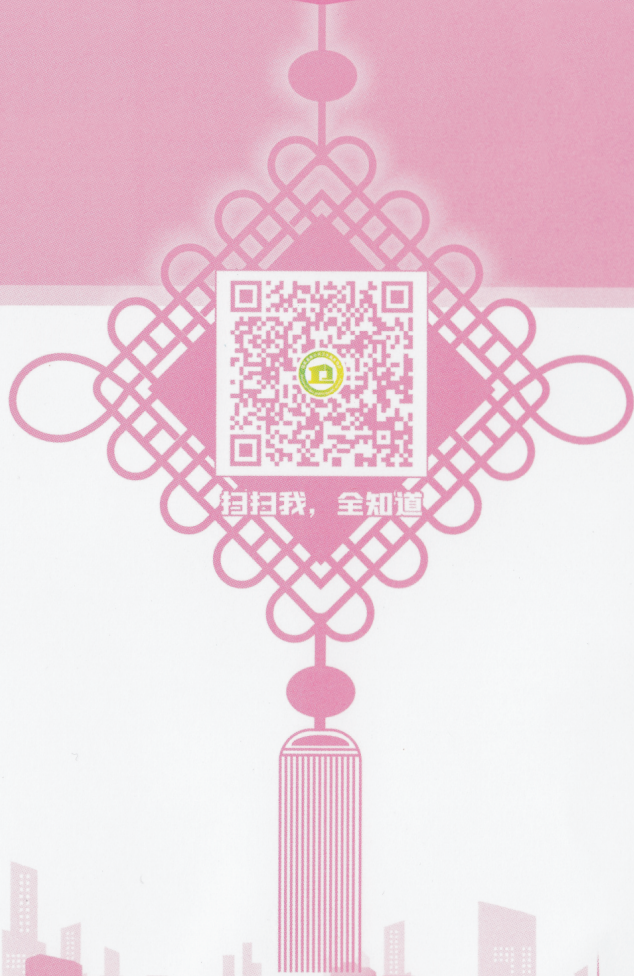


基本公共卫生人人参与  
幸福健康生活家家受益



扫一扫，全知道



国家基本公共卫生服务项目

# 三高共管与 六病同防

解 读 与 问 答



新洲区邾城街卫生院

二〇二四年 印制



## 什么是周围血管病变？

周围的血管疾病，包括动脉血管疾病、动脉硬化闭塞症、糖尿病足、血栓闭塞性的脉管炎、动脉栓塞、多发性的主动脉炎、动脉瘤等，以及肢体动脉舒张功能不全的疾病，如雷诺氏病、红斑性肢痛等。有静脉血管疾病、下肢常见的静脉曲张、血栓性的浅静脉炎、深静脉的血栓形成等。它有许多表现形式，如运动时疼痛，姿势变化时疼痛，温度变化时疼痛，或持续性疼痛。局部皮肤温度（冷或热）、颜色（发红、发绀、苍白）、感觉变化（沉重、针刺、蚂蚁行走等）、四肢肿胀或萎缩，甚至可见肿块、溃疡、坏疽等症状。这些病例应引起重视，及时治疗。



## 目录



什么是“三高”“六病”？	01
为什么要“三高共管 六病同防”？	02
什么是“三高之家”“三高基地”“三高中心”，主要提供哪些服务内容？	03
什么是“三高共管 六病同防”一体化服务？	05
高血压并发症危害	06
糖尿病并发症危害	07
什么是高血脂？	08
冠心病的症状	09
如何识别脑卒中	10
什么是肾脏病变？	11
什么是眼底病变？	13
什么是周围神经病变？	14
什么是周围血管病变？	15

## 什么是“三高”“六病”？

“三高”就是指我们常说的高血压、高血糖、高血脂。“三高”有着共同的危险因素，常合并存在，如果管理不好会引起冠心病、脑卒中、肾脏病变、眼底病变、周围神经病变、周围血管病变等六种主要并发症，简称“六病”

三高人群



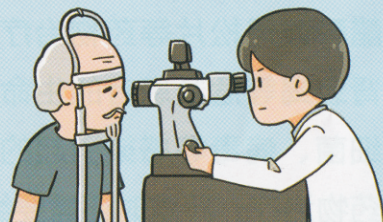
## 什么是周围神经病变？

周围神经病变指的是有肌肉无力、感觉丧失与萎缩间反射的减退以及血管运动症状，单独或与任何组织方式形成的综合症。多见于营养不良症、糖尿病、尿毒症、各种中毒、髓鞘、外细胞、列入急性和慢性炎症、多发性神经病、脑白质、和吉兰巴雷综合症。周围神经损伤可引起相关区域的营养障碍、感觉、运动等。周围神经病变的原因有牵拉损伤、切割伤、缺血性损伤等。



## 什么是眼底病变？

◇ 眼底是指眼睛后部视网膜、黄斑以及视盘的区域，而眼底病变是指视网膜、黄斑区域以及视盘发生了水肿、出血、变性



以及增生性等病变，**从而导致视力出现明显变化。**

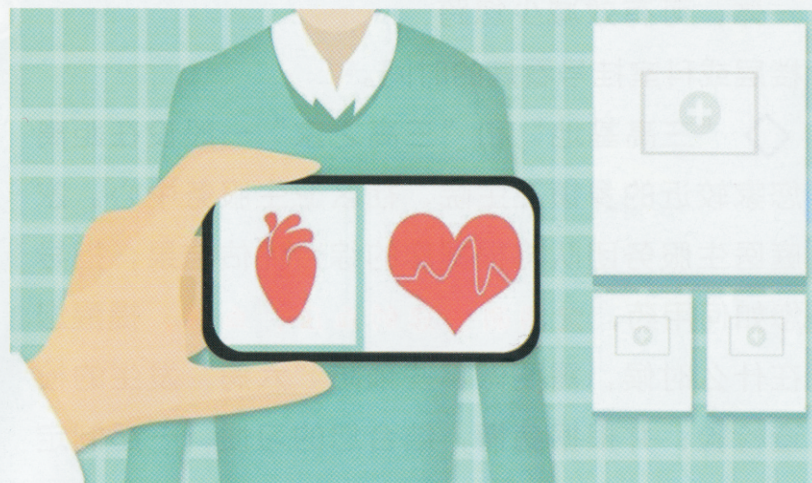
临床中常见的眼底病变包括有以下几种：

- ☑ 一、黄斑区的病变，比如老年性黄斑干性和湿性的病变，黄斑裂孔，以及黄斑前膜等改变。
- ☑ 二、视网膜的病变，比如中央浆液性渗出性脉络膜视网膜病变、视网膜色素变性，以及视网膜血管的阻塞等。
- ☑ 三、视盘的病变，比如视盘血管炎、球后视神经炎，以及视乳头水肿等。
- ☑ 四、糖尿病等全身疾病继发的糖尿病视网膜病变及高血压眼底出血等。

**眼底病变需要早发现，尽早针对病因治疗，以挽救视力。**

## 为什么要“三高共管 六病同防”？

📺 促进“三高”及“六病”筛查标准化和诊疗规范化，优化医疗资源配置，提高诊疗效率及管理效果，提升慢性病患者的发现率、治疗率、控制率和康复率，从而提高患者生活质量、降低重大慢性病过早死亡率，降低慢性病带来的疾病负担。



## 什么是“三高之家”“三高基地”“三高中心”，主要提供哪些服务内容？

### ◆ “三高之家”“三高基地”“三高中心”

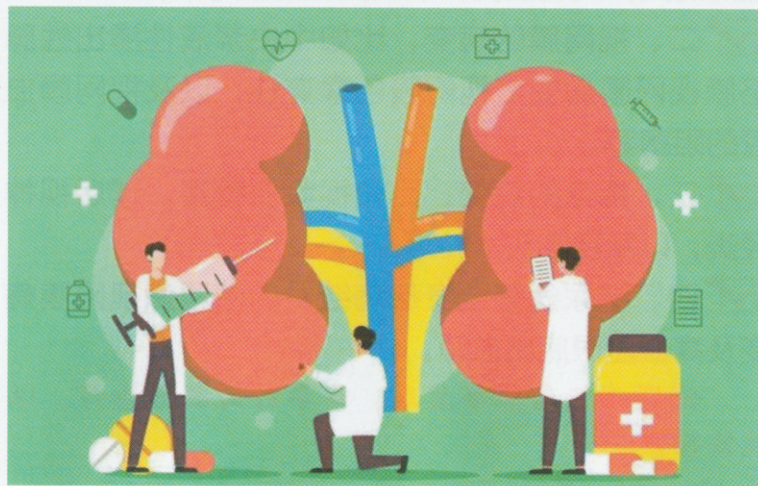
是医疗机构专门为三高患者设置的服务区域，有统一的标识和服务团队，集诊疗、检查、评估和健康教育等功能为一体，可有效减少您跨楼层或科室挂号看病的时间。




◆ “三高基地”和“三高之家”一般设在距离您家较近的乡镇卫生院、社区卫生服务中心。家庭医生服务团队将根据您的综合评估结果，指导您如何用药，**定期测量您的血压、血糖**，提醒您在什么时候，需要做哪些预防“六病”发生的检查检验；并根据病情，结合您的习惯，一起制定

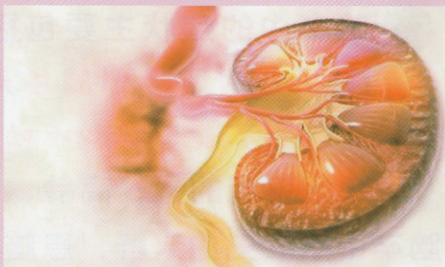
敏性紫癜性肾炎等等，是比较严重的。红斑狼疮性肾小球肾炎多是遗传、性激素等引起的，可以给予醋酸泼尼松片等药物治疗，不及时治疗会出现慢性肾衰竭等危及患者的生命。过敏性紫癜性肾炎多是细菌、病毒等感染引起的，可以给予甲泼尼龙片等药物治疗，严重时还需要给予血浆置换治疗。


🏠 平时生活中要注意**合理饮食，劳逸结合，避免熬夜，避免吸烟饮酒。**




## 什么是肾脏病变？


 肾脏病变，是指由各种原因引起肾脏结构和功能改变，可分为原发性肾病、继发性肾病等，具体严重程度需要根据具体病情决定。



 **1、原发性肾病：**病变主要是累及肾脏，常见的有肾结石、肾肿瘤等疾病。肾结石多是由于饮食、代谢等因素引起的，如果结石比较小，可以自行排出，如果结石大于4mm可以采用经皮肾镜碎石术等方法治疗，一般不严重。肾肿瘤多数是恶性的，需要采用化疗、根治性肾切除术等方法治疗，是比较严重的。

 **2、继发性肾病：**是全身系统疾病导致肾脏损害的一组疾病，常见的有红斑狼疮性肾小球肾炎、过

饮食、运动目标和计划，帮助您在带病状态下更好的工作和生活。

 “三高中心”一般是设立在当地县（市、区）人民医院或中医院。**如果您病情复杂、控制不好**、甚至出现急危症状时，或者需要做一些特殊检查检验时，“三高基地”将为您提出协（转）诊申请，“三高中心”专业团队为您提供相应的诊疗、检查、评估等服务，共同为您的生命安全提供保障。



## 什么是“三高共管 六病同防”一体化服务？

首先，服务团队是一体化的，来自基层、综合医院（中医院）、疾控等机构的全科、专科、公卫医师和护士，线上、线下共同按照分工为您提供服务；

其次，服务方案是一体化的，药物治疗、并发症筛查、随访监测、饮食与运动指导等内容均包括，并有明确的服务频次；

第三，时间安排是一体化的，年度服务内容，将会按频次和月份做好时间安排，服务团队提前为您进行提醒和预约。

第四，健康信息是一体化的，通过信息化手段，患者和家属可方便查询健康档案、诊疗记录和服务计划，及时地联系到您的服务团队。

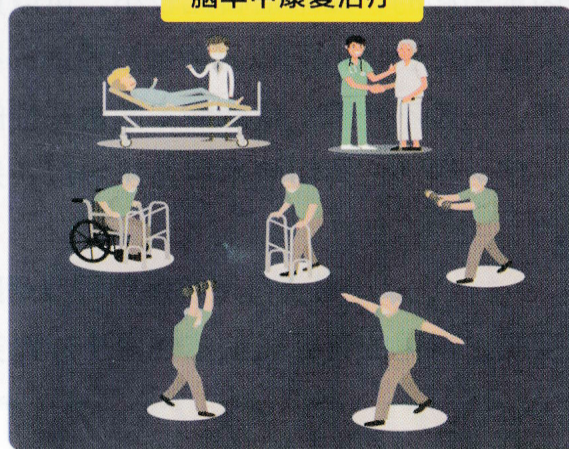


## 如何识别脑卒中

脑卒中的症状主要包括突然出现的口眼歪斜、言语不利、一侧肢体无力或不灵活、行走不稳、剧烈头痛、恶心呕吐、意识障碍等。

必须强调的是，高龄、伴有脑卒中既往史或脑卒中家族史的人群，患脑卒中的风险将明显增加。日常生活中积极控制危险因素，是降低脑卒中发病率的根本措施。

### 脑卒中康复治疗





## 冠心病的症状

冠心病可以由全无病症到突然死亡，或出现以下症状。

1. 胸口压痛或有被压迫的感觉，通常持续数分钟，休息可令痛楚舒缓。
2. 痛楚可伸展到颈、手臂、下鄂。
3. 可能有出汗、晕眩、作呕、心促、心悸等现象。

如有以上症状，应请教医生。

### 冠心病的预防：



膳食合理



戒烟戒酒



情绪稳定



睡眠充足



运动适量

## 高血压并发症危害

高血压并发症，是指由高血压所引起的病发症。患了高血压，没有感觉并不代表没有损害。高血压病初期，一些身体的症状不易被发现，如全身细小动脉痉挛，随着病情的发展，细小动脉渐渐发生硬化。中等及大动脉出现内膜脂质沉积，形成粥样硬化斑块和血栓。

这种变化，多发于冠状动脉、脑动脉、肾动脉，所以说高血压没有症状，不代表没危害，它会慢慢破坏患者的心、脑、肾器官，堪称健康“隐形杀手”。



## 糖尿病并发症危害

糖尿病并发症是一种常见的慢性并发症，是由糖尿病病变转变而来，后果相当严重。**足病、肾病、眼病、脑病、心脏病、皮肤病、性病**等是糖尿病最常见的并发症，是导致糖尿病患者死亡的主要因素。



糖尿病可引起以上严重并发症

## 什么是高血脂？

高血脂症的临床表现主要是**脂质在真皮内沉积所引起的黄色瘤和脂质在血管内皮沉积所引起的动脉硬化**。尽管高血脂症可引起黄色瘤，但其发生率并不很高；而动脉粥样硬化的发生和发展又是一种缓慢渐进的过程。因此在通常情况下，多数患者并无明显症状和异常体征。不少人是由于其他原因进行血液生化检验时才发现有血浆脂蛋白水平升高。

高血脂的危害

