顾客经常问的关于高血压的问题？

1. 高[血压](https://iask.sina.com.cn/b/1H3tepHKXuU3.html%22%20%5Ct%20%22https%3A//iask.sina.com.cn/b/_blank)是什么原因引起的

答：遗传和生活方式，因此改善生活方式是控制高血压和预防心脑血管疾病的关键，包括低盐、低脂饮食、戒烟限酒、适当运动、减肥、保持心情舒畅等等。70%的脑卒中与高血压有关

1. 高血压吃西药好还是吃中药好？

答：要是有高血压的话都是需要使用药物进行控制，会有一定的副作用，最好就是在医生的指导下使用药物。一般都是西药，建议多参加一下老年人的团体运动。用药的同时注意饮食调节，以低盐、低脂肪饮食为宜，不吸烟。可以适当的饮酒!

1. 三七有降血压作用吗？

答：三七分可以降血压.三七粉的用法 每次2－3g,温水吞服,每日两次.置干燥阴凉处. 三七粉的成分和三七主根一样,富含三七皂苷,三七多糖,三七素,黄酮有效成分,具有止血,活血化瘀,消肿定痛,滋补强壮,抗疲劳,耐缺氧,抗衰老,降血脂,降血糖,提高机体免疫功能等作用。
   三七粉的用途 可用于治疗外伤出血,瘀血,胃出血,尿血等各种内,外出血症；扩张血管,溶解血栓,改善微循环,预防和治疗高血脂,胆固醇增高,冠心病,心绞痛,脑溢血后遗症等心脑血管疾病；脂肪肝,肝纤维化等肝病以及失血,产后,久病等原因导致的体虚证.

1. 降三高只用保健品有用吗？

答：降三高必须药物治疗，保健品只能是辅助作用，不能代替药物。降三高保健品不能代替正常的药物质量，这是健康专家提醒广大消费者。生活中不管大家选购的是什么类型的降三高保健品，都只是进行一些三高调理。如果大家发现自己的三高病情比较严重，建议您最好到正规的医院进行治疗。另外一个方面，大家如果正在处在三高治疗阶段，那么服用相关的降三高保健品，可以加快治疗进程，让我们更快的康复起来。

1. 血压多少才算正常？

答：正常血压收缩压在90-120，收缩压在60-90为理想血压

1. 血糖正常值是多少？

空腹血糖正常值

①一般空腹全血血糖为3.9～6.1mmol/L(70～110毫克/分升)，血浆血糖为3.9～6.9mmol/L(70～125毫克/分升)。

餐后血糖正常值

①餐后1小时：血糖6.7-9.4mmol/L。最多也不超过11.1mmol/L（200mg/dl）

②餐后2小时：血糖≤7.8mmol/L。

③餐后3小时：第三小时后恢复正常，各次尿糖均为阴性

1. 血脂好多算正常？

1)、总胆固醇(TC)

正常范围在5.23—5.69毫摩尔/升。

2)、甘油三脂(TG)

正常范围差异较大，在0.56—1.7毫摩尔/升。

3)、高密度脂蛋白胆固醇(HDL-C)

正常范围是大于1.00毫摩尔/升。

4）、低密度脂蛋白胆固醇(LDL-C)

范围是低于3.12毫摩尔/升。

5）、脂蛋白(a)[Lp(a)]

健康成人血清中浓度小于300毫克/升。

6）、磷脂(PL)

正常范围在1.3—3.2毫摩尔/升。

7）、游离脂肪酸(FFA)

正常范围在0.4—0.9mml/升。

1. 那些食物可以预防三高？

答：三高患者需要吃低盐低钠低糖，多纤维，多维生素，适量蛋白质饮食。高血压患者常较肥胖，必须吃低热能食物,可多吃大豆、花生、黑木耳或白木耳及水果。 晚餐应少而清淡，过量油腻食物会诱发中风。食用油要用含维生素E和亚油酸的素油；不吃甜食。多吃高纤维素食物，如笋、青菜、大白菜、冬瓜、番茄、茄子、豆芽、海蜇、海带、洋葱等，以及少量鱼、虾、禽肉、脱脂奶粉、蛋清等

1. 那些感冒药高血压人群不能用？

答：高血压一般需要避免服用含麻黄素的感冒药.麻黄碱可使心率加快，血压会在短时间内快速上升进而出现各种不适。

10 .糖尿病人可以吃葡萄糖酸钙吗？

答：可以，糖尿病患者不是不需要糖，而是用糖过多会使血糖更高，所以服用葡萄糖酸钙，是可以的。建议，生活调理。

11.顾客问题：为什么会得高血压？ 回答：遗传因素，年龄，精神和环境因素，生活习惯等都会引起高血压。

1. 顾客问题:高血压需要注意些什么？ 回答:注意低盐低脂膳食，戒烟限酒控制体重，适当运动。
2. 吃什么对高血压高血脂有好处？ 回答:深海鱼油，大豆卵磷脂，银杏叶片，三七丹参等，可以多吃芹菜黑木耳等。
3. 顾客问题:高血压控制了可以不吃药吗？ 回答：不能。降压药基本都是终生用药，不能随意停药和减药，否则对血管造成伤害，容易诱发心梗和脑梗等严重并发症。
4. .问：西药降压药长期吃会不会有副作用？ 答：:西药降压药主要是对肝肾功能的损伤,意见建议:定期复查肝肾功能，配合保肝肾的药物及软化血管的药一起用
5. 问：厂家不一样药效也不一样吗？ 答：相同的药物成分都是一样的，疗效差别不大
6. 问：心血管药价格怎么这么贵! 答：心血管药基本为西药，进口药和国产药，建议根据自己的情况选择性价比高的药物
7. 问：同样规格品名的药，国产和进口价格差异为什么这么贵？ 答：原进口的是本厂直接在国外的厂商自己独资生产的,而生产的工艺和水准都是当时最先进的,原料也是很严格的,药效也是最好的.而国内自己生产的工艺和配方在某些地方是不一样的

18 问：遇到顾客问高血压吃那种药好 答：应用降压药物治疗原发性高血压需长期服药。因此，宜选用降压作用温和、缓慢、持久、副作用少、病人易于掌握而使用方便的口服降压药（如氢氯噻嗪、利血平、复方降压片等）作为基础降压药，再按不同病期选用其他降压药物。

19 问：遇到顾客问高血压吃那种药好 答：应用降压药物治疗原发性高血压需长期服药。因此，宜选用降压作用温和、缓慢、持久、副作用少、病人易于掌握而使用方便的口服降压药（如氢氯噻嗪、利血平、复方降压片等）作为基础降压药，再按不同病期选用其他降压药物。

20 问：高血压药吃了降下来后能不能停药 答：继发性高血压吃一段时间的药后,血压一般都会正常的,正常后还应再吃一段时间的药,在这段时间内,药的剂量可以逐渐减少.千万不要在血压降下来后马上停药,否则血压会马上又升上去的。保持平衡的饮食,少吃盐,少喝酒,适量的运动。

21:问：心血管疾病人饮食应该注意什么？ 答：保持饮食平衡，少吃盐，少喝酒，适量运动，定期监测血压，血糖

22.问：吃高血压的西药可以吃中药吗？ 答：高血压的西药只是降压，建议搭配一些稳血压的一起用，如丹参，丹参口服液等!

23 顾客问题:心绞痛发作时吃哪种药最有效？ 回答:首先硝酸甘油片舌下含服，还可以口服速效救心丸或者复方丹参滴丸。

24 顾客问题:缓释片和普通片有什么区别？回答:缓释片在体内释放药物的速度慢于普通片，可以减少服药次数，缓释片在体内缓慢释放，体内血药浓度比普通片更平稳

25.顾客问题:降压药什么时间吃合适？回答:早上7-8点，晚上6点吃比较合适，每天一次的建议早上服药。