

北京市东城区高血压高危人群预防效果观察

中国预防医学科学院流研所(100021) 杨焱 张毅* 金燕乔

北京市东城区卫生防疫站 陈立来 马立完 崔玲玲

为了探讨城市社区人群中,原发性高血压高危人群,通过健康教育降低危险因素,减少高血压发病的效果,我们在北京市东城区自1991年底对部分高血压高危对象进行了基线调查⁽¹⁾,将研究对象分为实验组,对照组。实验组进行干预,对照组一般观察,在随后的4年中,对实验组高危对象干预采取定期教育,针对的危险因子为吸烟,高盐摄入,不平衡饮食,缺乏体育锻炼。教育形式包括当面授课,办学习班,动员社区力量入户教育,发盐勺等,1995年7月我们又对高危对象的实验组和对照组进行了终期调查,现将结果分析如下。

对象和方法

1. 对象:北京市东城区和平里,建国门,鼓楼,公安四个地段中35-54岁并具备下列

条件之一者:高血压家族史,体重指数 $>=25$,临界高血压。

2. 调查方法:统一表格,入户询问调查,测量血压,身高,体重,膳食调查由营养所进行⁽²⁾,用三日询问记录,加目测膳食调查,食用油,酱油的消耗用称重法,取空腹血,测胆固醇,甘油三脂。

结果

本次共查得有效样本644人,实验组331人,对照组313人,对477人进行了三日膳食调查,其中275人取血检查。

1. 健康知识水平情况:由表1可见,通过4年的教育,实验组居民健康知识水平有明显提高,有关高血压知识的知晓率明显高于对照组($P<0.01$)。

表1 高血压高危人群健康知识水平的变化

健康问题	实验组(%)		对照组(%)		P
	1991年	1995	1991年	1995年	
对血压的认识	33.3	61.6	30.0	48.6	<0.01
吃盐可以引起高血压	38.2	68.9	32.1	48.2	<0.01
BP大于多少为高血压	32.3	45.3	30.0	32.6	<0.01
高血压可引起冠心病,脑卒中	52.8	61.6	51.1	57.5	<0.01
正常人多久测一次血压	26.2	51.1	26.1	37.7	<0.01

2. 吸烟情况:1995年实验组吸烟124人,吸烟率37.5%,对照组吸烟129人,吸烟率41.2%,每日吸烟支数 ≥ 20 支者,实验组53人,占吸烟者的42.7%,对照组63人,占48.8%。

1995年两组吸烟情况和1991年基线比

较,吸烟率虽有下降趋势,但不太明显。

3. 膳食情况:由表2可见,实验组食盐消耗量下降明显,每日8.8克,明显低于对照组($P < 0.01$),实验组奶类摄入量上升,但食用油的日消耗也有所上升。

表2 高血压高危人群奶,蛋,油,盐每日消耗量(克)

	实验组			对照组		
	1991年	1995	差值	1991年	1995	差值
奶类	38	223	+165	28	122	+94
蛋类	46	48	+2	44	45	+1
食用油	27.7	34.6	+6.9	28.9	37.9	+9
食盐	11.0	8.8	-2.2	12.1	13.4	+1.3

表3 高血压高危人群营养素摄入

	实验组			对照组		
	1991年	1995	差值	1991年	1995	差值
热量(千卡)	2283	2055	-228	2278	2179	-99
蛋白质(%)	13.5	13.3	-0.2	13.5	13.2	-0.3
脂肪(%)	29.9	31.3	+1.4	30.0	31.9	+1.9
碳水化合物(%)	56.4	53.8	-2.6	56.6	53.6	-3.1

由表3可见,总热量下降,实验组高于对照组,脂肪上升对照组高于实验组,表明通过干预膳食结构发生了一定的影响。

4. 锻炼情况:参加体育活动者,实验组280人,对照组267人,其中经常锻炼的实验组200人(60.42%),对照组199人(63.58%)。与1991年基线资料相比(实验组,对照组均为57.0%),经常锻炼人数略有增加。

5. 血压情况:从1995年调查表明,高危人群中新发现高血压,实验组19人(5.74%),对照组35人(11.18%),两组比较有显著性差异($P = 0.01$)。

的知识,行为发生了明显的变化,包括对慢性病的认识,饮食,吸烟等;

2. 实验组高血压的发生低于对照组,表明通过干预有减少高血压发生的趋势;

3. 对高危人群干预是高血压人群预防的方法之一,能产生积极效果;

参考文献

1. 杨焱,等. 疾病监测 1994,9(9):244
 2. 严迪英,等. 慢性非传染病疾病监测与预防 《疾病监测》杂志编辑室出版,1994:138

(1995年11月2日收稿,12月26日修定)

小 结

1. 通过4年的干预工作,高血压高危人群