

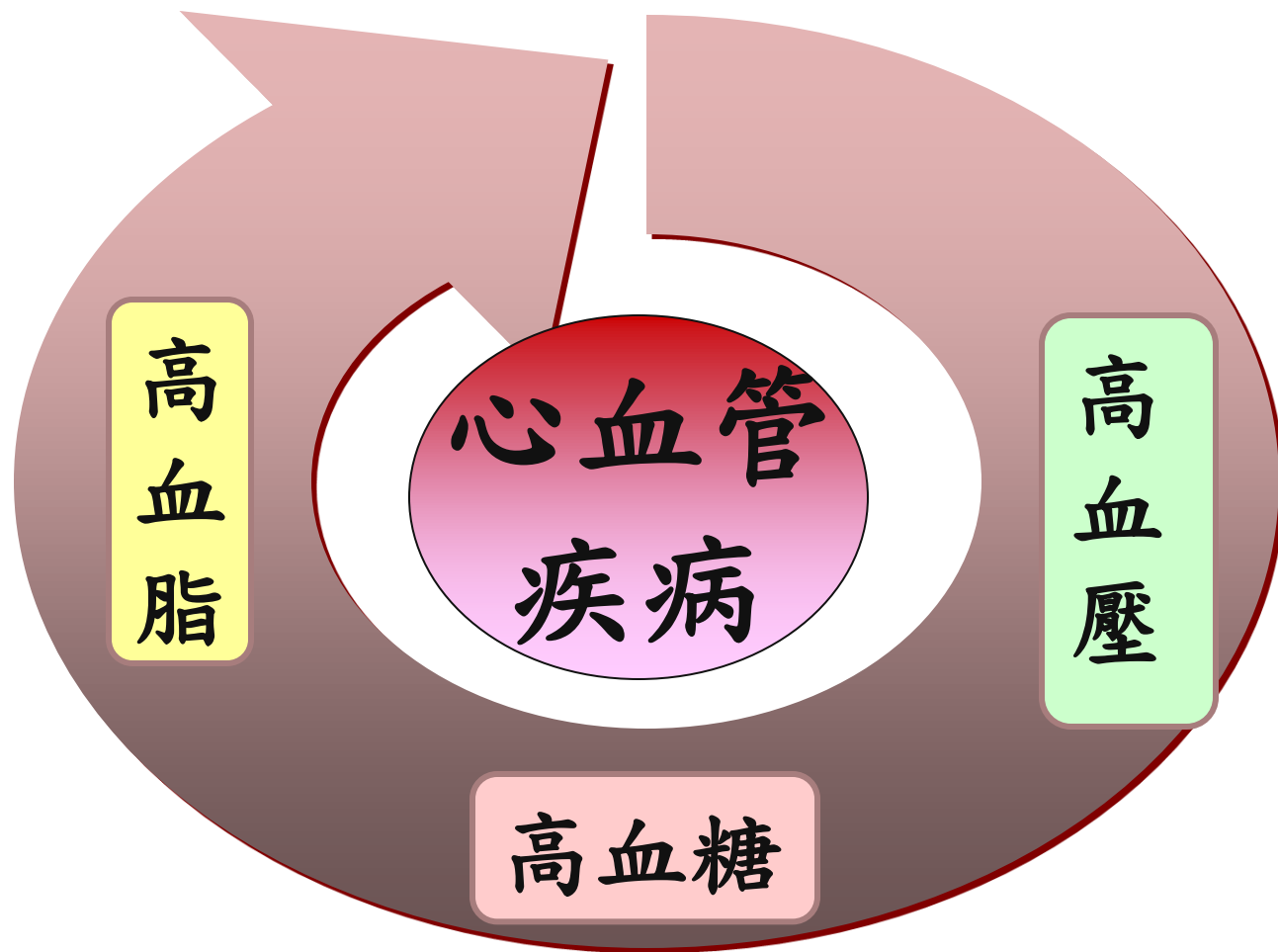


**Name of presentation**  
**Company name**

# 三高症候群及心血管疾病 何謂「三高」

郭秋金護理師製作  
吳元培科長摘錄報告  
100-03-16

# 何謂「三高」？



# 何謂「三高」？

## 2007年國人十大死因排行榜

順位	死亡原因	死亡人數	每十萬人口 死亡率	死亡 %
	所有死亡原因	139,376	608.17	100.00
1	惡性腫瘤	40,306	175.87	28.92
2	心臟疾病	13,003	56.74	9.33
3	腦血管疾病	12,875	56.18	9.24
4	糖尿病	10,231	44.64	7.34
5	事故傷害	7,130	31.11	5.12
6	肺炎	5,895	25.72	4.23
7	慢性肝病及肝硬化	5,160	22.52	3.70
8	腎炎、腎徵候群及腎性病變	5,099	22.25	3.66
9	自殺	3,933	17.16	2.82
10	高血壓性疾病	1,977	8.63	1.42
	其他	33,767	147.34	24.227

**30.99%的  
國人死於心  
血管慢性病  
併發症**

# 何謂「三高」？

三至四成的人不知道自己罹患高血糖、高血脂、高血壓。20~60%糖尿病患者有高血壓，50%的糖尿病患者合併血脂異常。

- ◎ 台灣50歲以上成年人高達一半有高血壓問題。
- ◎ 台灣15歲以上糖尿病盛行率為7.47%，且隨年齡增加，80歲以上女性甚至高達三成。
- ◎ 45歲以上，1/4國人有高血脂。
- ◎ 血膽固醇愈高-冠狀動脈疾病危險性愈高(每升高總膽固醇1mg/100ml，冠狀動脈疾病增加2%)。

# 何謂「一高」-高血壓

當血壓升高，即意味著血液流動受阻礙。這種情況往往是因為血管變得過於狹窄，導致心臟要更用力，推動血液通過狹窄的血管。

分 類	收縮壓 (毫米汞柱 mmHg)	舒張壓 (毫米汞柱 mmHg)
正常血壓	<120	和 <80
高血壓前期 (警示期)	120~139	或 80~89
第一期高血壓	140~159	或 90~99
第二期高血壓	≥ 160	或 ≥ 100

# 何謂「一高」導致高血壓的可能原因

高血壓分為原發性高血壓及續發性高血壓。

原發性高血壓(佔95~99%)

判斷血壓升高的原因未明，可能是遺傳及生活型態因素。

高 血 壓

續發性高血壓(佔1~5%)

導致高血壓的原因通常是因為生理的變化或是疾病引發，  
如：主動脈縮窄、懷孕、內分泌異常及腎臟疾病等。

# 何謂「一高」-高血壓危險因子



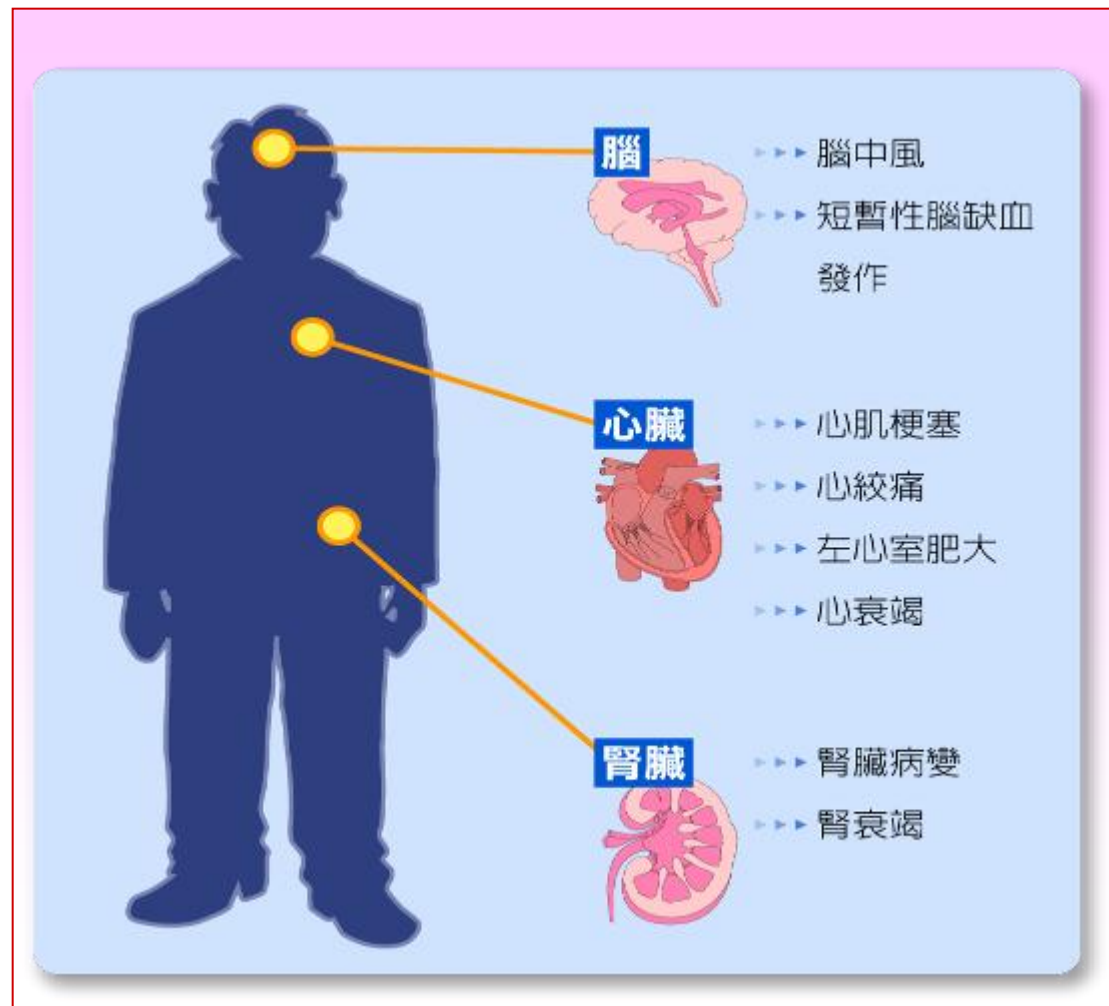
# 何謂「一高」-高血壓的症狀

高血壓通常沒有症狀，也沒有任何的不適，一般是經由量血壓後才發現，不過臨床上也有因頭痛、頭暈、後頸部僵硬、胸悶的患者到門診看診而發現血壓偏高。





# 何謂「一高」-高血壓併發症



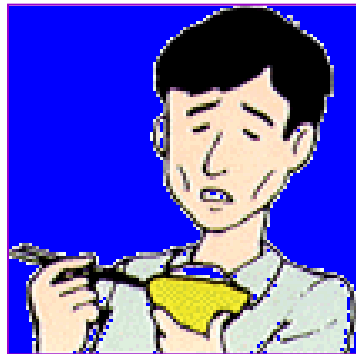
# 何謂「二高」-什麼是糖尿病（消渴症）？

- 吃進去的食物會被身體分解為葡萄糖，做為身體的能量
- 胰臟會分泌一種賀爾蒙叫 “**胰島素**”，可使葡萄糖被身體利用
- 糖尿病就是**身體無法充分利用**這些能量，使血中的糖份過高（飯前大於126，飯後大於200）而經由尿液中排出形成尿糖，故稱為 “**糖尿病**”

# 何謂「二高」-糖尿病的症狀



糖尿病  
的症狀



# 何謂「二高」- 糖尿病的症狀

多吃

口渴

疲倦

視覺模糊

手腳麻

體重下降

尿多

皮膚傷口不易  
復癒合

女性會陰發癢

Colonization  
of skin

Pneumonia

Urinary-tract  
infection

Infection

- Elicitation of inflammatory responses
- Cytotoxicity
- Iron acquisition
- Persistence

- Resistance to inhibitory agents and conditions of skin and mucosal surfaces
- Biofilm formation
- Quorum sensing

...ion, dis...  
...ates for growth  
...on on surfaces,  
... and devices  
... quorum sensing for regulation of,  
... for example, biofilm formation



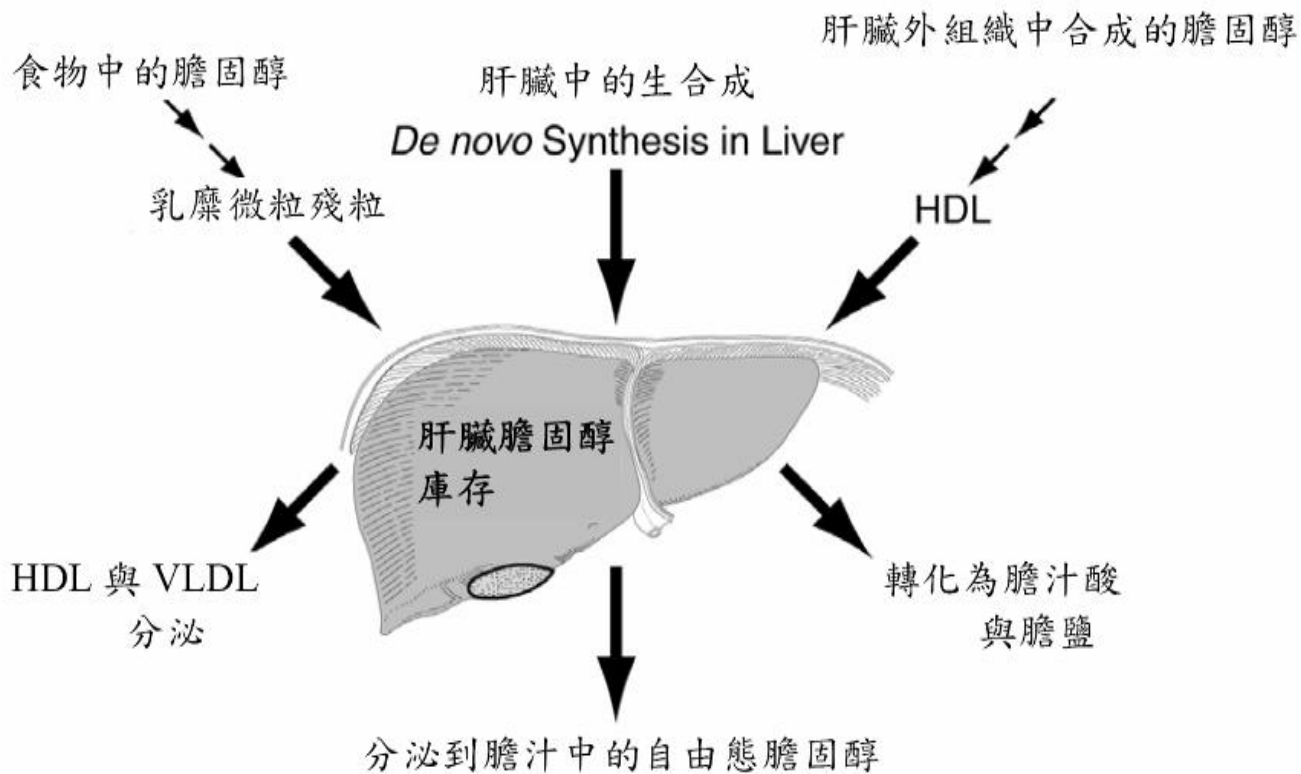
## 何謂「三高」-高血脂(膽固醇過高)

- 構成身體組織的重要成份
- 合成荷爾蒙、提供身體能量的重要來源
- 三分之二的膽固醇從身體內合成(肝臟最多)
- 三分之一由食物而來
- 身體不可能完全沒有膽固醇!

高血脂猶如體內的恐怖分子，在平時不容易出現症狀，但若發病，可能會因**冠狀動脈硬化**引發**心肌梗塞**而喪命。

# 何謂「三高」-高血脂(膽固醇過高)

## 肝臟膽固醇的主要來源



膽固醇離開肝臟的主要路徑

取材自 Champe PC, Harvey RA.<sup>20</sup>

# 何謂「三高」-膽固醇是什麼？

- 膽固醇的總和稱為 “ 總膽固醇 ”
- 其中可分為 “ 高密度膽固醇 ” （ 好的膽固醇 ） 、 “ 低密度膽固醇 ” （ 壞的膽固醇 ） 跟 “ 三酸甘油脂 ” （ 血油 ）
- 好的膽固醇可幫忙移除血液中多餘的膽固醇，所以越多越好！
- 壞的膽固醇會沈積在血管壁中造成血管硬化，所以越少越好！

# 何謂「三高」-膽固醇是什麼？

這裡有三根血管模型…



血脂的堆積會造成不同程度的血管阻塞，阻塞情形是因為血壓太高導致動脈硬化變窄的結果，對身體會造成很大的危害！



# 何謂「三高」-膽固醇是什麼？



血脂的堆積  
血管阻塞  
動脈硬化  
心臟血管疾  
病

和遺傳、飲食、缺乏運動、肥胖、  
飲酒過量或肝腎功能異常有關

# 何謂「三高」-高血脂(膽固醇過高)

血脂正常與異常值 (血脂單位mg/dl)

血脂	正常(理想)	邊際危險	高危險
總膽固醇 (TC)	<200(<160)	200~239	≥240
低密度脂蛋白膽固醇 (LDL-C)	<130(<100)	130-159	≥160
高密度脂蛋白膽固醇 (HDL-C)	≥40(≥60)		<40
三酸甘油酯 (TG)	<200(<150)	200-400	>400

壞的  
喔!

好的  
喔!



~謝謝聆聽~