

2026年指南针——高质量血压管理教育与实践项目通知

尊敬的医生您好!

高血压治疗的根本目标是降低高血压患者的心、脑、肾与血管并发症发生和死亡的总风险。鉴于我国高血压控制率仍然较低，且高血压是我国心血管病发病和死亡的最主要危险因素的局面仍然没有根本改变，因此应采取高质量的血压管理策略，以取得最大程度心血管获益。

明确血压目标值并实现降压达标是高质量高血压管理的基础。既往有关血压目标值的临床研究大多采用的是诊室血压测量。当前，家庭血压监测和动态血压监测在高血压管理中的作用越来越重要。在诊室血压达标的同时应关注家庭血压和动态血压的达标。

实现全天24小时血压达标应作为高质量血压管理的重要内容。前瞻性观察研究表明，无论诊室血压如何，家庭血压检测到的清晨高血压与较高的心血管病风险相关。即使诊室和/或清晨血压控制良好，单纯性夜间高血压也是靶器官损害和心血管风病的危险因素。降压治疗应关注全天24小时血压控制情况，包括清晨血压和夜间血压水平。

实现全年的长期血压达标应作为高质量血压管理的重要研究方向。随诊间血压变异性（BPV）以及血压目标范围内时间（TTR）可以用来评估长期血压达标。BPV升高可预测心血管结局，且与平均血压值无关。部分患者虽然诊室血压达标，但心血管风险仍较高，这在很大程度上归因于BPV的升高。TTR估计患者在指定的目标血压范围内的时间比例，可以独立于血压水平而预测心血管风险。

为此中国高血压联盟与海南谷雨康禾慢性病研究院联合举办“指南针-高质量血压管理教育与实践项目四期”。该项目计划通过专家建议/指南解读会、国际交流会、城市巡讲、临床实践经验交流会、案例征集等形式实施开展，覆盖各级医疗单位和关注高血压的临床同道，就当前血压管理的现状和问题、高质量血压管理的必要性及其意义、高质量血压管理的内容和方法进行专家研讨并提出专家建议，以期推动高质量血压管理的规范应用，进一步提升我国高血压的人群知晓率、治疗率和控制率、提高我国高血压防治的整体水平!





项目受众及参与标准

全国三级医院、二级医院等

项目参与涵盖心内科、神内科、肾内科、老年科、全科等高血压相关科室专业医师
主治医师及以上专业职称

欢迎广大医生积极参与项目!

