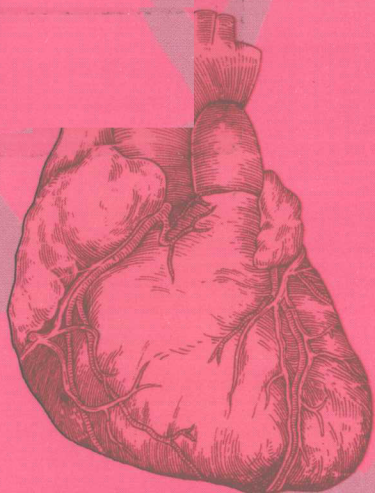


常见心血管病 防治365问

CHANGJIAN XINXUEGUANBING
FANGZHI 365 WEN

主 编 孙 明 张伦笃



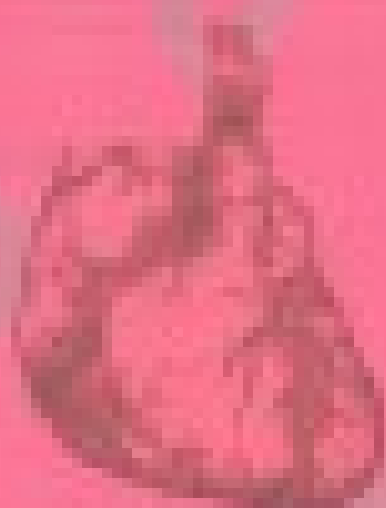
湖南科学技术出版社

Hunan Science & Technology Press

常见心血管病 防治365问

CHANGJIAN XINXUEGUANBING FANGZHIFANWEN
PREVENTION QUESTIONS

主 编 李 强 副主编 李 强



中国医药出版社

CHINA MEDICINE & PHARMACY PUBLISHING HOUSE

常见心血管病 防治365问

CHANGJIAN XINXUEGUANBING
FANGZHI 365 WEN

主 编 孙 明 张伦筠



湖南科学技术出版社

Hunan Science & Technology Press

图书在版编目 (CIP) 数据

常见心血管病防治 365 问 / 孙明, 张伦笃主编. --
长沙: 湖南科学技术出版社, 2010.5

ISBN 978-7-5357-6146-0

I. ①常… II. ①孙… ②张… III. ①心血管疾病—
防治 IV. ①R54

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 055011 号

常见心血管病防治 365 问

主 编: 孙 明 张伦笃

责任编辑: 王跃军

出版发行: 湖南科学技术出版社

社 址: 长沙市湘雅路 255 号

<http://www.hnsdp.com>

邮购联系: 本社直销科 0731-84375808

印 刷: 衡阳博艺印务有限责任公司

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址: 湖南省衡阳市黄茶岭光明路 21 号

邮 编: 421008

出版日期: 2010 年 5 月第 1 版第 1 次

开 本: 850mm×1168mm 1/32

印 张: 10

插 页: 1

字 数: 236000

书 号: ISBN 978-7-5357-6146-0

定 价: 18.00 元

(版权所有·翻印必究)

序

心脑血管病是常见病、多发病，对健康危害很大。我国有 2 亿高血压病患者，2 亿高脂血症患者，大部分未得到控制，高血压和高脂血症是导致中风的直接原因。因此，天天有人中风。一旦中风偏瘫，对患者和对家属都会增加很大的麻烦。没有人不怕中风，然而中风没有预兆。不少人，中风前夕还在打牌、喝酒、抽烟，尽管这些都是中风的诱因。编写这本小册子的目的，是要告诉大家，中风、心肌梗死都是可以预防的。高血压、冠心病、高脂血症是可以治疗 and 控制的。西方有些国家人均寿命已接近 90 岁左右，这与他们积极预防和控制心脑血管疾病有很大的关系。只要大家提高认识，积极主动进行防治，我们同样可以活到 90 岁，甚至 100 岁。

中南大学湘雅医院

孙 明

2009 年 10 月 5 日

前 言

心脑血管疾病是临床常见、多发病，随着人们生活水平提高而大幅度提升，也随着环境、气候、人口的大量流动等因素的改变，其患病率已呈明显上升趋势。预防与治疗这一类疾病，早已成为普通民众关心、关注的热点。

本书通过对心脑血管解剖生理、常见疾病的发生、发展、临床表现、诊断、治疗、预防和保健等方面的介绍，旨在帮助广大读者了解心脑血管疾病的一些基本知识，提高大家对这些疾病进行预防的认识，从而使全民健康水平得到一定的提升。

必须指出的是，本书向读者介绍了一些疾病的治疗方法和用药（及其剂量）都仅仅是供读者参考的。要治病，绝不能按本书索骥。还是要向医师当面咨询，让他们为您拟订切实可行的治疗方法。

本书既适用于心脑血管疾病患者，以及关心他们的家人、朋友，也可供基层医务人员参考使用。限于编者水平，错误难免，敬请同仁及广大读者批评指正。

编 者

2009 年 5 月于长沙

目 录

一、心脑血管的解剖生理

1. 什么叫心血管系统? (1)
2. 心血管系统是怎么组成的? (2)
3. 心脏在人体内处于什么位置? (4)
4. 心脏由哪几个部分组成? (6)
5. 动脉血是清洁的吗? (7)
6. 心脏有自己的血管吗? (8)
7. 心脏跳动由谁支配? (9)
8. 正常心跳每分钟跳多少次? (10)
9. 心跳一次搏出多少血来? (11)
10. 心包是怎么构成的? (11)
11. 动脉干的分布有何规律? (12)
12. 肺循环动脉系统有何特点? (13)
13. 全身各大局部动脉干有哪些? (一) (13)
14. 全身各大局部动脉干有哪些? (二) (16)
15. 全身静脉系统有哪些特点? (17)
16. 头面部静脉结构有哪些特点? (18)
17. 小动脉有哪些结构? (18)
18. 动脉管为何要具有弹性? (19)
19. 神经系统包括哪些部分? (20)
20. 神经系统的术语有哪些? (22)

- 21. 脊髓有哪些结构? (23)
- 22. 脑干的组成和功能如何? (24)
- 23. 小脑有些什么功能? (25)
- 24. 间脑有哪些结构与功能? (27)
- 25. 端脑构造及功能有哪些? (28)

二、高血压病

- 26. 小动脉为什么会变硬? (31)
- 27. 小动脉内压力增高有什么后果? (32)
- 28. 血容量增高血压也会增高吗? (32)
- 29. 化学物质如何影响血压? (33)
- 30. 高血压有哪些发病机制? (34)
- 31. 家族遗传性在高血压发病有何特点? (35)
- 32. 不同种族在高血压发病上有何特点? (36)
- 33. 不同性别在高血压发病有何特点? (36)
- 34. 年龄与高血压发病有什么关系? (37)
- 35. 性格与高血压发病有关吗? (37)
- 36. 吸烟会影响血压吗? (38)
- 37. 肥胖者为何患高血压病的多? (38)
- 38. 瘦人不会患高血压病吗? (39)
- 39. 工作紧张会导致高血压吗? (40)
- 40. 高盐饮食为什么使血压升高? (40)
- 41. 正常人每日应摄取多少食盐? (41)
- 42. 高血压病有哪些症状? (42)
- 43. 血压计有哪几种? (43)
- 44. 汞柱式血压计为何受医师青睐? (44)
- 45. 听诊头为什么不应放在脉压带下方? (45)

46. 压力表式血压计一般在什么场合下用?	(45)
47. 电子血压计有哪些利弊?	(46)
48. 怎么处理这几种类型的高血压病?	(47)
49. 千帕为何又变回了毫米汞柱?	(47)
50. 高血压的诊断标准如何?	(48)
51. 什么是正常血压和理想血压?	(48)
52. 什么是老年单纯收缩期高血压?	(48)
53. 高血压病是怎样分级的?	(49)
54. 什么叫高血压危险分层?	(49)
55. 什么是急进型高血压?	(49)
56. 什么是原发性、继发性高血压?	(50)
57. 怎样预防和治疗儿童期高血压?	(51)
58. 高血压要和哪些病相鉴别? (一)	(51)
59. 高血压要和哪些病相鉴别? (二)	(53)
60. 什么叫难治性高血压?	(54)
61. 什么是高血压危象?	(55)
62. 怎么处理高血压危象?	(55)
63. 高血压可做些什么检查?	(56)
64. 高血压病应常规检查心电图吗?	(57)
65. 什么是动态心电图?	(58)
66. 高血压患者要做超声心动图吗?	(59)
67. 什么是核素心脏检查?	(59)
68. 什么是心室晚电位?	(60)
69. 什么是普萘洛尔试验?	(60)
70. 影响高血压预后的因素有哪些?	(60)
71. 中风能预防吗?	(62)
72. 什么是高血压心脏病?	(63)
73. 肾上腺皮质激素会影响血压吗?	(64)

-
74. 肾上腺髓质瘤是怎么回事? (65)
75. 高血压病有哪些病理解剖变化? (65)
76. 高血压病治疗的总原则是什么? (66)
77. 为什么要拒食动物内脏? (68)
78. 高血压患者为何要多进食富钾的食品? (69)
79. 为什么快步走是运动项目的首选? (70)
80. 快步走有什么讲究? (71)
81. 为什么不主张老年人慢跑? (72)
82. 为何太极拳不作老年人运动项目的首选? (73)
83. 这几种走步方式为什么不好? (73)
84. 什么叫做心理平衡? (74)
85. 基因检测能预测患高血压病的危险吗? (75)
86. 西药治疗高血压病的总原则有哪些? (76)
87. 什么是第一线降血压药? (77)
88. 利尿降压药的降压原理如何? (79)
89. 利尿降压药有哪些常见的副作用? (80)
90. 用吲达帕胺降压药要注意些什么? (80)
91. 钙离子拮抗剂降压原理如何? (82)
92. 钙离子拮抗剂降压时有何副作用? (83)
93. 尼群地平应如何用? (83)
94. 尼莫地平是降血压药吗? (84)
95. 硝苯地平为何将被淘汰? (85)
96. 氨氯地平为何受高血压患者的欢迎? (87)
97. 血管紧张素转换酶抑制剂是怎么降血压的? (87)
98. 血管紧张素转换酶抑制剂降压有何副作用? (88)
99. 卡托普利与开搏通是同一类药吗? (88)
100. 如何服用依那普利? (89)
101. 血管紧张素转换酶抑制剂还有哪些制剂? (89)

102. 血管紧张素Ⅱ受体拮抗剂为何“热”得很?	(90)
103. 缬沙坦是种什么降压药?	(91)
104. 科素亚等是些什么降压药?	(91)
105. β 受体阻滞剂降压原理是怎样的?	(92)
106. β 受体阻滞剂有哪些不良反应?	(93)
107. 阿替洛尔为何面临淘汰的地步?	(93)
108. 为什么医师喜欢让患者用倍他乐克?	(94)
109. 卡维地洛如何用?	(95)
110. 利血平为什么用的人不多了?	(95)
111. α 受体阻滞剂降压原理如何?	(97)
112. 复方罗布麻制剂为何要慎用?	(98)
113. 硝普钠是种什么降压药?	(99)
114. 复方降压药的优点和缺点各有哪些?	(100)
115. 为何主张联合用药?	(100)
116. 联合用药的方式有哪些?	(101)
117. 高血压合并其他临床症状初始如何用药?	(102)
118. 为何有人不愿服降压药?	(103)
119. 血压正常就停药对不对?	(104)
120. 每日服3次药好吗?	(105)
121. 新药贵药降血压的效果一定好吗?	(105)
122. 保健品能否替代降压药?	(106)
123. 个体化用药能用基因检测手段吗?	(106)
124. 老年人高血压应当怎么治疗?	(107)
125. 中医中药治疗高血压有效吗?	(108)
126. 针灸疗法可以降血压吗?	(109)
127. 气功疗法可以降血压吗?	(110)
128. 高血压治疗的现代观念是哪些?	(110)

三、冠心病

- 129. 什么是冠心病? (113)
- 130. 冠心病常见吗? (113)
- 131. 冠心病有哪几种临床类型? (114)
- 132. 冠心病能预防吗? (115)
- 133. 吸烟会影响冠心病吗? (115)
- 134. 冠心病患者能够饮酒吗? (116)
- 135. 肥胖与冠心病有关吗? (116)
- 136. 糖尿病与冠心病有关吗? (117)
- 137. 什么是代谢综合征? (117)
- 138. 什么是心绞痛? (118)
- 139. 心绞痛有哪些诱发因素? (118)
- 140. 心绞痛可以预防吗? (119)
- 141. 心绞痛发作了怎么办? (119)
- 142. 什么是心肌梗死? (120)
- 143. 怎样及时识别、诊断心肌梗死? (120)
- 144. 怎样区别心绞痛和心肌梗死? (121)
- 145. 发生了心肌梗死怎么办? (121)
- 146. 心肌梗死发生后应该怎样护理? (122)
- 147. 急性心肌梗死的恢复期应注意什么? (122)
- 148. 什么是缺血性心肌病? (123)
- 149. 什么是心脏性猝死? (124)
- 150. 心脏性猝死能够救活吗? (124)
- 151. 什么是心力衰竭? (125)
- 152. 冠心病患者发生了心力衰竭怎么办? (126)
- 153. 冠心病患者可能会发生哪些心律失常? (126)

-
154. 出现早搏就是有心脏病吗? (127)
155. 出现心房颤动是否都有心脏病? (127)
156. 老年人出现心动过缓是否提示有心脏病? (127)
157. 什么是不稳定性心绞痛? (128)
158. 冠心病患者在工作中应注意什么? (128)
159. 冠心病患者的饮食应该怎样选择? (129)
160. 冠心病患者能骑自行车吗? (129)
161. 冠心病患者能看电影、电视和下棋、打牌吗? (129)
162. 冠心病患者上街买东西应注意什么? (130)
163. 冠心病患者洗澡、用水要注意些什么? (130)
164. 冠心病患者上厕所应注意什么? (131)
165. 冠心病患者能喝茶吗? (131)
166. 冠心病患者吃盐是否应当限制? (131)
167. 冠心病患者其他慢性病是否也应该治疗? (132)
168. 冠心病患者的家属应该注意些什么? (132)
169. 什么是无症状心肌缺血与急性冠脉综合征? (132)
170. 何首乌为什么能治疗冠心病? (133)
171. 蜂蜜、蜂王浆是否能治疗冠心病? (133)
172. 葛根能治疗冠心病吗? (133)
173. 针灸能治疗冠心病吗? (134)
174. 什么是心向量图? (134)
175. 什么是动态心电图? (134)
176. 什么是超声心动图和多普勒检查? (135)
177. 什么是“八导联心功能”检查? (135)
178. 什么是心脏核素检查? (135)
179. 什么是心脏导管术和体外反搏术? (136)
180. 什么是冠脉内超声检查? (136)
181. 什么是射频消融术? (137)

182. 什么是冠脉造影? (137)
183. 什么是冠脉搭桥术? (137)
184. 什么是经皮腔内冠状动脉成形术? (138)

四、高脂血症

185. 什么叫高脂血症? (139)
186. 脂蛋白分成哪几类? (139)
187. 总胆固醇是什么? (140)
188. 胆固醇有什么生理作用? (140)
189. 何谓低密度胆固醇? (141)
190. 何谓高密度胆固醇? (141)
191. 血中的胆固醇主要从哪里来? (142)
192. 血液里的胆固醇怎么排出去? (142)
193. 血浆胆固醇越低越好吗? (143)
194. 人每日该吃多少胆固醇? (143)
195. 三酰甘油对人有何利弊? (144)
196. 血浆三酰甘油从何而来? (144)
197. 高脂血症是怎么形成的? (144)
198. 高脂血症的分型与发病机制如何? (145)
199. 何谓原发性高脂血症? (147)
200. 何谓继发性高脂血症? (147)
201. 儿童会患高脂血症吗? (147)
202. 瘦人也会患高脂血症吗? (148)
203. 高脂血症与动脉粥样硬化有何关系? (148)
204. 动脉硬化病理改变分哪几期? (149)
205. 降脂有何临床意义? (150)
206. 哪些人急需降脂治疗? (150)

207. 中医怎么认识高脂血症?	(151)
208. 高脂血症有哪些临床表现?	(152)
209. 高脂血症患者该上医院哪科看病?	(154)
210. 血脂检查注意事项有哪些?	(154)
211. 血脂检查为何要空腹?	(155)
212. 怎么看血脂报告单?	(155)
213. 最理想的血脂水平为多少?	(158)
214. 高脂血症如何用西药降脂?	(158)
215. 他汀类降脂药物为何受青睐?	(160)
216. 其他降血脂西药有哪些?	(162)
217. 利尿剂对高脂血症有何不良作用?	(164)
218. 乙胺碘呋酮对高脂血症患者有何影响?	(165)
219. 肾上腺皮质激素和高脂血症有什么关系?	(165)
220. 怎样注意高脂血症的季节变化?	(166)
221. 吸烟影响血脂吗?	(166)
222. 为什么要坚持低脂饮食?	(167)
223. 预防高脂血症的饮食习惯和膳食谱?	(167)
224. 高脂血症饮食治疗原则有哪些?	(169)
225. 高脂血症饮食疗法的标准与目标如何?	(169)
226. 哪些食物含的胆固醇少?	(170)
227. 哪些食物胆固醇含量高?	(172)
228. 如何选择动物油、植物油?	(173)
229. 为何多吃糖也会升高血脂?	(173)
230. 如何控制高脂血症患者的热量摄入?	(174)
231. 哪些食物能降低血脂?	(174)
232. 为什么用低脂饮食时要补充脂溶性维生素?	(175)
233. 高脂血症患者的食物该怎么烹饪?	(175)
234. 高脂血症药膳药物有哪些?	(176)

235. 高脂血症患者如何选用药膳? (177)
236. 哪些药物可作高脂血症药茶? (178)
237. 少量饮酒对降血脂有好处吗? (178)
238. 酗酒会加重高脂血症吗? (181)
239. 茶对高脂血症的影响如何? (181)
240. 如何看待高脂血症? (181)
241. 运动降脂有哪些原则? (182)
242. 高脂血症预后如何? (183)
243. 高血压高脂血症患者该如何做运动康复? (183)
244. 肾病综合征高脂血症患者的饮食应作什么调理? (184)
245. 肾病综合征高脂血症患者的运动康复如何做? (185)
246. 慢性肾衰竭高脂血症的运动康复如何做? (185)
247. 糖尿病高脂血症如何作饮食调理? (186)
248. 甲低高脂血症患者的饮食调理如何做? (187)
249. 痛风高脂血症患者如何饮食调理? (187)
250. 痛风高脂血症运动康复怎么做? (189)
251. 降总胆固醇兼降三酰甘油的药物有哪些? (189)
252. 降三酰甘油兼降总胆固醇的药物有哪些? (190)
253. 综合类及其他降脂药有哪些? (192)
254. 什么叫血浆净化疗法? (196)
255. 针灸疗法能降脂吗? (196)
256. 外科治疗高脂血症有何方法? (197)
257. 穴位埋线、耳穴贴压能降脂吗? (197)

五、风湿性心脏病

258. 风湿与类风湿有何不同? (199)
259. 风湿热易发生于哪些人群? (200)

260. 风湿热有哪些临床表现?	(201)
261. 风湿热是怎么诊断的?	(202)
262. 风湿热怎么治疗?	(203)
263. 风心病常见哪些瓣膜损伤?	(204)
264. 风心病有哪些临床表现?	(205)
265. 风心病内科治疗方法有哪些?	(206)
266. 风心病的手术指征是什么?	(208)

六、先天性心脏病

267. 什么叫先天性心脏病?	(210)
268. 导致先心病的原因有哪些?	(210)
269. 先心病是按什么分类的?	(211)
270. 先心病的自然病程与转归怎样?	(211)
271. 先心病共有的临床症状有哪些?	(212)
272. 先心病的患者能妊娠吗?	(214)
273. 先心病怎么诊断和鉴别?	(214)
274. 房间隔缺损有哪些临床特点?	(215)
275. 房间隔缺损诊断要点是什么?	(216)
276. 房间隔缺损如何治疗?	(217)
277. 室间隔缺损有何临床特点?	(218)
278. 怎样诊断室间隔缺损?	(219)
279. 怎么治疗室间隔缺损?	(220)
280. 什么是动脉导管未闭?	(220)
281. 动脉导管未闭诊断和治疗怎么进行?	(222)
282. 什么是法洛四联症?	(222)
283. 法洛四联症诊断和治疗如何进行?	(224)
284. 法洛三联症是什么病?	(224)