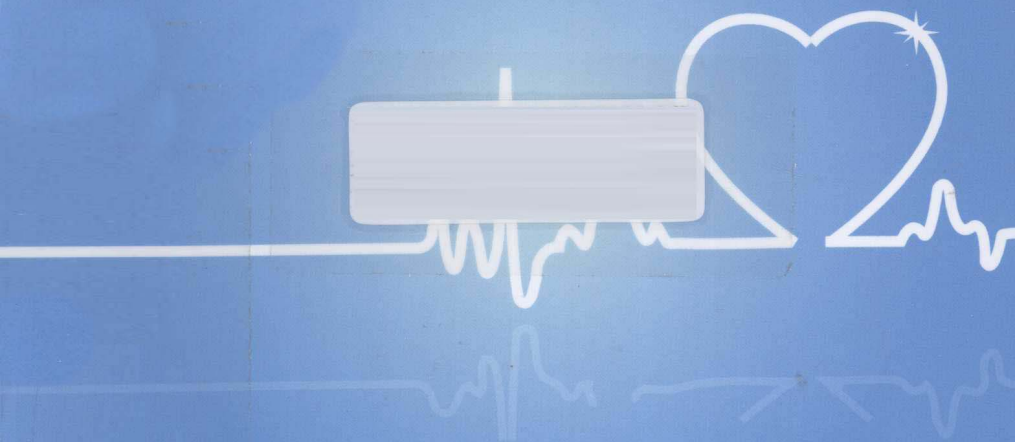


冠心病

用药与饮食调养

陈惠中 ○ 主编



金盾出版社

冠心病用药与饮食调养

主 编

陈惠中

副主编

陈 斌

编著者

陆健敏 王曙东 蔡松山 袁驾南

刘新卷 陈 胜 张文君 陈晓清

徐 锋 陈 斌 陈惠中



金 盾 出 版 社

内 容 提 要

本书详细介绍了冠心病的一般医学知识,冠心病的用药,冠心病的饮食调养;其中包括冠心病常用的西药和中药、复方秘验方、单方秘验方、中成药及中药煎剂,以及冠心病的饮食宜忌、食疗方等。其内容丰富,通俗易懂,科学实用,既适合广大患者及其家属阅读,也可供基层医务人员参考。

图书在版编目(CIP)数据

冠心病用药与饮食调养/陈惠中主编. -- 北京:金盾出版社,2013.2

ISBN 978-7-5082-7788-2

I. ①冠… II. ①陈… III. ①冠心病—用药法②冠心病—食物疗法 IV. ①R541.405②R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 176818 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京蓝迪彩色印务有限公司

正文印刷:北京万博诚印刷有限公司

装订:北京万博诚印刷有限公司

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:9 字数:220千字

2013年2月第1版第1次印刷

印数:1~6000册 定价:22.00元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

前言

有人做过粗略的计算,心脏每跳动一次,所射出的血量约为70毫升。如以每分钟平均心跳75次计算,则每分钟心脏排血量约为5升,此值相当于全身血液的总量。照此推算,一个健康成年人的心脏,24小时心跳约10万次,而排出的血液总量约为8000升。所以,心脏每天工作量是很大的,其负担也是相当沉重的。为了完成心脏的血液排出任务,心脏必须有自己的血液供应系统,那就是冠状循环系统,是由冠状动脉和冠状静脉所组成。冠状动脉是供应心肌血液的动脉,其血流量很大,血量要占每次心搏量的 $\frac{1}{10}$,这就充分保证了心脏本身有足够的养料和氧气的供给,以实现它昼夜不停的正常跳动的需要。如果把心脏比做人体生命活动的原动力,那么冠状动脉就是心脏力量的源泉。所以,不论是心脏还是人体,冠状动脉是否正常都是非常重要的。

冠心病,是冠状动脉粥样硬化性心脏病的简称,系指冠状动脉粥样硬化使血管腔狭窄或闭塞,导致心肌缺血缺氧而引起的心脏病。它与冠状动脉功能性改变(痉挛)一起,统称为冠状动脉性心脏病,又称为缺血性心脏病。冠心病发病,除家族遗传史、年龄、性别等因素外,还与体内脂质代谢紊乱、肥胖、高血压、糖尿病、吸烟等密切相关。随着年龄的增长,冠心病的发病率也随之增高,其增长速度在45~55岁较快,故冠心病为中老年人的常见病。一般来讲,男性冠心病发病率显著高于女性,男女发病率之比为2:1。高脂血症的冠心病患病率,较正常血脂者高3倍多。调查发现,肥胖者冠心病发病率较消瘦者高5倍。流行病学调查

研究指出,高血压冠心病发病率,较正常血压者高 2~4 倍;国内有报道指出,60%左右的冠心病患者合并有高血压病;国外资料显示,40%~70%心肌梗死患者合并有高血压病。据统计,血糖增高者的心肌梗死患病率,是血糖正常者的 2 倍。长期大量吸烟者,冠心病发病率较不吸烟者明显增高,而且吸烟年龄越轻,危险性就越大;国外资料表明,每天吸烟 20 支以下者冠心病死亡率为不吸烟者的 1.5 倍,而每天吸烟 20 支以上者则冠心病死亡率为不吸烟者的 3.2 倍。综上所述,冠心病的发病是多种因素综合作用的结果,而且各种因素之间是彼此联系、相互作用的。从流行病学调查资料分析看,目前冠心病发病呈以下特征性趋势:发病率在逐渐升高,发病年龄在逐渐提前,猝死率明显上升等。1998~2008 年期间,男性冠心病发病率较以往同期增加 26.1%,女性增加 19.0%。以上均说明,防治冠心病的重要性和迫切性。

本书内容分三部分,即冠心病的一般医学知识、冠心病的用药、冠心病的饮食调养。其中冠心病的用药分为西医用药和中医用药两部分,西医用药主要包括不同类型冠心病的治疗用药和预防用药;中医用药主要包括不同类型冠心病辨证用药方、复方秘验方、单方秘验方、中成药制剂、中药煎剂等的临床疗效等。第三部分包括冠心病的饮食宜忌、冠心病食疗方等。本书写法深入浅出、通俗易懂,并突出了实用性,既适合广大患者及其家属阅读,也可供基层医务人员参考。

本书所汇集的资料来自于国内外书刊,为许多作者辛勤劳动的成果,在此向他们表示感谢!因编者水平有限,书中错误和不足,恳请广大读者批评指正。

陈惠中



目

录

一、冠心病的一般医学知识

(一) 心血管系统的结构与功能	1
1. 心脏在人体内的位置与结构	1
2. 中西医对心脏功能的认识	5
3. 血液循环系统和冠状循环系统的构成及功用	6
4. 冠状动脉及其分支吻合的意义	8
5. 心脏的传导系统及其功用	9
6. 心脏的工作量及储备力	11
(二) 冠心病的种类及其临床表现	12
1. 常见心律失常的种类	12
2. 心脏功能的临床分级	14
3. 心脏病临床常见症状及其特征	15
4. 冠心病的中西医概念及分型	17
5. 冠心病的发病率和死亡率	18
6. 冠心病的发病机制及发病因素	19
7. 心绞痛型冠心病的临床表现特点	21
8. 心肌梗死型冠心病的临床表现特点	22
9. 老年人不典型心肌梗死型冠心病的临床类型	24
10. 无痛性心肌梗死型冠心病发生的原因	25
11. 心肌纤维化型冠心病的临床表现	26
12. 猝死型冠心病的临床表现	27



(三)冠心病的物理检查诊断	28
1. 心功能简易测试的意义	28
2. 心电图检查对冠心病的诊断价值	29
3. 动态心电图检查对冠心病的诊断价值	31
4. 运动负荷心电图试验对冠心病的诊断价值	32
5. 药物负荷心电图试验对冠心病的诊断价值	33
6. 超声心动图检查对冠心病的诊断价值	35
7. 诊断冠心病的冠状动脉造影的适应证和禁忌证	36
8. 放射性核素心肌显像对冠心病的诊断价值	36
9. CT 和磁共振检查对冠心病的诊断价值	37
(四)冠心病的预防及物理治疗	38
1. 冠心病的二级预防及其措施	38
2. 预防冠心病发作的早晨生活三部曲	42
3. “三个半分钟”和“三个半小时”是防治冠心病等 心脑血管疾病的有效措施	43
4. 冠心病的激光治疗	44
5. 冠心病的体外反搏治疗	45
6. 冠心病的人工起搏	45
7. 冠心病的经皮腔内冠状动脉成形术	46
8. 冠心病的冠状动脉搭桥术	47
9. 冠心病急诊的家庭救护	48

二、冠心病用药

(一)西医用药	52
1. 合理使用降脂药物有防治冠心病的作用	52
2. 合理使用降压药物对冠心病防治有益	53
3. 合理使用降糖药物对冠心病防治有益	54



4. 应正确使用冠心病急救盒中的药物	54
5. 隐匿型冠心病的硝酸酯类用药	55
6. 隐匿型冠心病的 β 受体阻滞药用药	56
7. 隐匿型冠心病的钙拮抗药用药	57
8. 冠心病发作期的西医用药	58
9. 冠心病缓解期的西医用药	59
10. 冠心病心绞痛的药物预防	60
11. 终止冠心病心绞痛发作的西药	60
12. 冠心病不同类型心绞痛发作时的西药处方	61
13. 心绞痛型冠心病的硝酸酯类用药	61
14. 心绞痛型冠心病的 β 受体阻滞药用药	63
15. 心绞痛型冠心病的钙拮抗药用药	65
16. 心绞痛型冠心病的血管紧张素转化酶抑制药用药 ...	66
17. 心绞痛型冠心病的抗血小板聚集药用药	67
18. 心绞痛型冠心病的血管扩张药用药	68
19. 口服阿司匹林有预防冠心病心肌梗死的作用	68
20. 冠心病急性心肌梗死的抢救措施	69
21. 冠心病不同类型心肌梗死的临床用药	70
22. 冠心病、心肌梗死常用西药处方	71
23. 冠心病不同程度心肌梗死胸痛的西药处方	71
24. 冠心病心肌梗死的静脉溶栓用药	71
25. 冠心病心肌梗死的极化液疗法	72
26. 冠心病心肌梗死静脉溶栓和抗凝药处方	72
27. 控制冠心病心肌梗死休克的用药	72
28. 冠心病心肌梗死心力衰竭的西医用药	74
29. 冠心病心肌梗死心力衰竭的强心苷类用药	74
30. 冠心病心肌梗死心力衰竭非强心苷类正性肌力用药	76



31. 冠心病心肌梗死心力衰竭的 β 受体阻滞药用药	77
32. 冠心病心肌梗死心力衰竭的血管紧张素转化酶 抑制药用药	78
33. 冠心病心肌梗死心力衰竭的利尿药用药	79
34. 冠心病心肌梗死急性心力衰竭西药处方	80
35. 冠心病心肌梗死重症心力衰竭和肺水肿的西药处方	81
36. 冠心病心肌梗死轻中度心力衰竭的西药处方	81
37. 冠心病心肌梗死重度慢性心力衰竭的西药处方	81
38. 冠心病心律失常的钠拮抗药用药	82
39. 冠心病心律失常的 β 受体阻滞药用药	87
40. 冠心病心律失常的延长动作电位时程用药	88
41. 冠心病心律失常的钙拮抗药用药	89
42. 冠心病期前收缩的西医用药	90
43. 冠心病期前收缩的西药处方	91
44. 冠心病室上性期前收缩西医用药	91
45. 冠心病室性期前收缩的西医用药	92
46. 冠心病阵发性心动过速的西医用药	92
47. 冠心病室上性阵发性心动过速的西药处方	93
48. 冠心病室性阵发性心动过速的西药处方	94
49. 冠心病房颤的西药处方	94
50. 冠心病房室传导阻滞的西药处方	95
51. 冠心病心房扑动和颤动的西药处方	95
52. 防治缺血性心肌病型冠心病强心苷类用药	96
(二) 中医用药	96
1. 冠心病的辨证施治方	96
2. 治疗冠心病的复方秘验方	99
3. 治疗冠心病的简单秘验方	101



4. 治疗气滞血瘀型冠心病的中成药制剂	103
5. 治疗瘀阻心络型冠心病的中成药制剂	105
6. 治疗气虚血瘀型冠心病的中成药制剂	108
7. 治疗气阴两虚型冠心病的中成药制剂	111
8. 治疗胸阳痹阻型冠心病的中成药制剂	113
9. 治疗其他类型冠心病的中成药制剂	114
10. 治疗冠心病的中药方剂及疗效	115
11. 冠心病心绞痛的辨证施治方	117
12. 治疗冠心病心绞痛的复方秘验方	119
13. 治疗冠心病心绞痛的简单秘验方	121
14. 治疗气滞血瘀型冠心病心绞痛的中成药制剂	123
15. 治疗心血瘀阻型冠心病心绞痛的中成药制剂	124
16. 治疗气虚血瘀型冠心病心绞痛的中成药制剂	125
17. 治疗气阴两虚型冠心病心绞痛的中成药制剂	126
18. 治疗其他类型冠心病心绞痛的中成药制剂	127
19. 治疗冠心病心绞痛的中药方剂	129
20. 冠心病心肌梗死的辨证施治方	131
21. 治疗冠心病心肌梗死的复方秘验方	132
22. 治疗冠心病心肌梗死的简单秘验方	134
23. 治疗冠心病心肌梗死的中成药制剂	136
24. 治疗冠心病心肌梗死的中药汤剂	137
25. 冠心病心力衰竭的辨证施治	138
26. 治疗冠心病心力衰竭的复方秘验方	139
27. 治疗冠心病心力衰竭的简单秘验方	142
28. 治疗冠心病心力衰竭的中成药制剂	144
29. 中药汤剂治疗冠心病心力衰竭的临床疗效	145
30. 冠心病心律失常的辨证施治方	147



31. 治疗冠心病心律失常的复方秘验方	149
32. 治疗冠心病心律失常的简单秘验方	150
33. 治疗冠心病心律失常的安神类中成药制剂	152
34. 治疗冠心病心律失常的活血类中成药制剂	153
35. 治疗冠心病心律失常的补益类中成药制剂	157
36. 治疗冠心病心律失常的中药方剂及疗效	160

三、冠心病的饮食调养

(一) 饮食宜忌	163
1. 冠心病的饮食调养原则	163
2. 冠心病患者宜食优质蛋白质	166
3. 冠心病患者宜多食用植物油和橄榄油	167
4. 冠心病患者宜常用谷物油	168
5. 冠心病患者宜多吃海鱼	169
6. 冠心病患者宜多吃维生素含量高的食物	170
7. 冠心病患者宜多吃常量元素含量高的食物	171
8. 冠心病患者宜多吃微量元素含量高的食物	172
9. 冠心病患者宜多吃食物纤维含量高的食物	173
10. 冠心病患者不宜多吃糖类食物	173
11. 冠心病患者应限制脂肪及胆固醇的摄入	174
12. 冠心病患者应限制食盐的摄入	175
13. 冠心病患者忌暴饮暴食及餐后不良习惯	176
14. 冠心病患者不宜大量饮酒	176
15. 冠心病患者不宜吸烟	177
(二) 食疗方	179
1. 治疗肝郁气滞和心肝失调型冠心病的食疗方	179
2. 治疗气滞血瘀型冠心病的食疗方	180



3. 治疗痰浊闭阻型冠心病的食疗方	181
4. 治疗痰瘀内阻型冠心病的食疗方	182
5. 治疗瘀阻心络型冠心病的食疗方	184
6. 治疗心血瘀阻型冠心病的食疗方	185
7. 治疗气虚血瘀型冠心病的食疗方	186
8. 治疗血虚寒闭型冠心病的食疗方	187
9. 治疗气血两虚型冠心病的食疗方	188
10. 治疗气阴两虚型冠心病的食疗方	189
11. 治疗心肾阴虚型冠心病的食疗方	190
12. 治疗阳气虚衰型冠心病的食疗方	191
13. 治疗胸阳痹阻型冠心病的食疗方	192
14. 治疗脑痹型冠心病的食疗方	193
15. 治疗冠心病的人参方	194
16. 治疗冠心病的何首乌方	195
17. 治疗冠心病的灵芝方	197
18. 治疗冠心病的冬虫夏草方	198
19. 治疗冠心病的枸杞子方	200
20. 治疗冠心病的山楂方	201
21. 治疗冠心病的陈皮方	203
22. 治疗冠心病的马齿苋方	204
23. 治疗冠心病的槐花方	206
24. 治疗冠心病的荷叶方	207
25. 治疗冠心病的银杏叶方	209
26. 治疗冠心病的绞股蓝方	211
27. 治疗冠心病的魔芋方	213
28. 治疗冠心病的螺旋藻方	215
29. 治疗冠心病的茶叶方	216



30. 治疗冠心病的海带方	219
31. 治疗冠心病的黑木耳方	220
32. 治疗冠心病的香菇方	222
33. 治疗冠心病的蘑菇方	223
34. 治疗冠心病的芹菜方	225
35. 治疗冠心病的荠菜方	226
36. 治疗冠心病的苜蓿方	228
37. 治疗冠心病的大蒜方	229
38. 治疗冠心病的洋葱方	230
39. 治疗冠心病的西红柿方	231
40. 治疗冠心病的苹果方	233
41. 治疗冠心病的牛奶方	235
42. 治疗冠心病的鱼疗方	236
43. 治疗冠心病的核桃仁方	239
44. 治疗冠心病的花生方	241
45. 治疗冠心病的绿豆方	242
46. 治疗冠心病的黄豆方	243
47. 治疗冠心病的玉米方	245
48. 治疗冠心病的麦麸方	247
49. 治疗痰浊闭阻型冠心病心绞痛的食疗方	248
50. 治疗寒凝心脉型冠心病心绞痛的食疗方	249
51. 治疗气滞血瘀型冠心病心绞痛的食疗方	251
52. 治疗心血瘀阻型冠心病心绞痛的食疗方	252
53. 治疗气虚血瘀型冠心病心绞痛的食疗方	253
54. 治疗气血不足型冠心病心绞痛的食疗方	254
55. 治疗气阴两虚型冠心病心绞痛的食疗方	254
56. 治疗肝肾阴虚型冠心病心绞痛的食疗方	255



57. 治疗脾肾阳虚型冠心病心绞痛的食疗方	256
58. 治疗痰浊瘀阻型冠心病心肌梗死的食疗方	257
59. 治疗心血瘀阻型冠心病心肌梗死的食疗方	258
60. 治疗气虚血瘀型冠心病心肌梗死的食疗方	259
61. 治疗心肾阴虚挟瘀型冠心病心肌梗死的食疗方	259
62. 治疗气阴两虚型冠心病心肌梗死的食疗方	260
63. 治疗心肾阳虚型冠心病心肌梗死的食疗方	261
64. 治疗气滞血瘀型冠心病心力衰竭的食疗方	261
65. 治疗痰浊阻肺型冠心病心力衰竭的食疗方	262
66. 治疗气虚湿阻型冠心病心力衰竭的食疗方	263
67. 治疗气阴两虚型冠心病心力衰竭的食疗方	264
68. 治疗心气阳虚挟瘀型冠心病心力衰竭的食疗方	264
69. 治疗阳虚水泛型冠心病心力衰竭的食疗方	265
70. 治疗心脾两虚型冠心病心力衰竭的食疗方	266
71. 治疗心肾阳虚型冠心病心力衰竭的食疗方	267
72. 治疗心气不足型冠心病心律失常的食疗方	267
73. 治疗心阴亏虚型冠心病心律失常的食疗方	268
74. 治疗气阴两虚型冠心病心律失常的食疗方	269

四、附 录

(一) 常见高胆固醇食物	271
(二) 常见高脂肪食物	273



一、冠心病的一般医学知识

(一)心血管系统的结构与功能

1. 心脏在人体内的位置与结构

心脏是人体重要的内脏器官,它位于胸腔内两肺之间,胸骨和肋骨的后面,横膈的上面,食管和脊柱的前面。心脏的上方与大血管相连,其 $\frac{2}{3}$ 位于身体正中线的左侧, $\frac{1}{3}$ 位于右侧,故有人说你“偏心眼”也就不足为奇了。心脏和大血管在前胸壁上的投影见图 1。心脏的大小与自身的拳头相当,其长度约 15 厘米,宽度约 10 厘米,重约 300 克。心脏的外形极像一个倒置的梨,上边宽的部分被称为心底,下面窄的部分被称为心尖。由于心底是大血管出入之处,故相对固定而不易活动;而心尖可自由活动,在

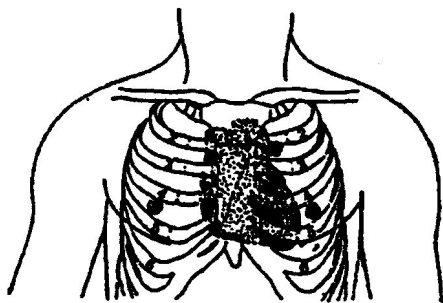


图 1 心脏和大血管在前胸壁上的投影



左侧乳头附近常能摸到心尖搏动。从前面看心脏外形：由右到左，分别为上腔静脉、主动脉和肺动脉，右心房和右心室占心脏前面的大部分，而左心室在前面只能见到一小部分见图 2。从后面看心脏外形：左心房和右心室占心脏后面的大部分，而右心室在后面只能见到一小部分，左心房的两侧各与两根肺静脉相连，而上、下腔静脉与右心房相连见图 3。

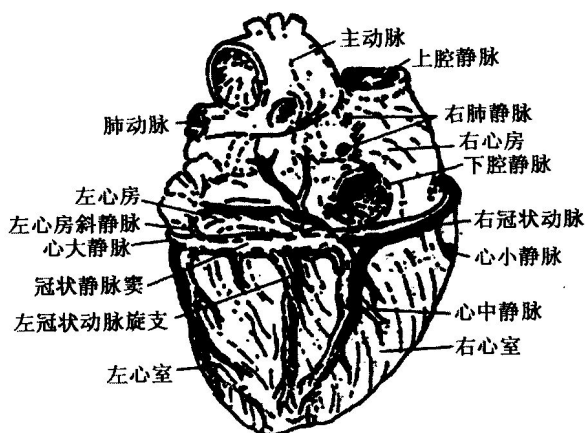


图 2 心外形前面观

心脏有着奇妙而独特的构造，大体分为心腔和心壁两大部分，心壁中含有传导系统、血管和神经，心壁的最外层为心包。心脏的内部为心腔，以纵横两隔膜和横行两瓣膜分为上、下、左、右四个腔，即左上后方为左心房、左下后方为左心室、右上前方为右心房、右下前方为右心室。两个心房之间的纵行隔膜叫房间隔，两个心室之间的纵行间隔称室间隔。正常人的心脏由于间隔的完整存在，使左右心房和心室之间互不相通。心房和心室之间，心室与动脉之间，均有能开关的瓣膜存在。左心房与左心室之

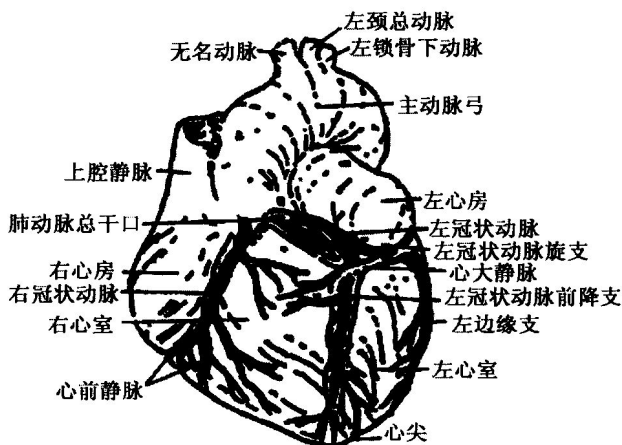


图 3 心外形后面观

注：本图将前面的肺动脉干切去，以显示主动脉和冠状动脉

间，有两片帆状瓣膜，称二尖瓣；右心房与右心室之间，有三片帆状瓣膜，称三尖瓣。这些瓣膜薄而坚韧，活动度好，开关完全，不易破损，经得住很高的压力；瓣膜下有许多坚韧的腱索，并与心室的乳头肌相连，使瓣膜只能向心室方向开放，保证血液从心房流向心室，即使是心室里面的压力很大，心室里的血液也不会向心房倒流。从左心室出来的主动脉和从右心室出来的肺动脉，各有三片半月形的囊状瓣，像衣服口袋一样，排列在心室和动脉之间的管壁上，袋口朝向动脉。当心室收缩时，血从心室流向动脉，冲开半月瓣，使之紧贴在血管壁上，血便顺利地流向动脉；当心室舒张时，主动脉瓣和肺动脉瓣关闭，使血液不能倒流。心脏内部结构和四瓣膜见图 4、图 5。

围绕心腔的壁为心壁，由外、中、内三层构成。心壁外层即心包，为心脏外面两层光滑的心包膜，其紧贴于心脏表面的一层为