

专家教你正确防治 心血管病

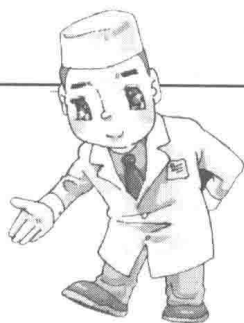
中国健康教育中心 组织编写



人民卫生出版社

专家教你正确防治 心血管病

中国健康教育中心 组织编写



主 编 霍 勇 郭航远

副主编 池菊芳 蒋承建 潘孙雷 郭诗天

编 委 (按姓氏笔画排序)

吕巧霞 吕海涛 刘华花 许芬娟

余 瑜 张 杰 周昌钻 孟立平

赵晶晶 倪婷娟 徐亚维 徐步云

高飞丹 郭 艳 郭金诺 翟小亚

人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

专家教你正确防治心血管病/中国健康教育中心组织编写.
—北京:人民卫生出版社,2017

ISBN 978-7-117-24446-6

I. ①专… II. ①中… III. ①心脏血管疾病-防治 IV. ①R54

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 090870 号

人卫智网	www.ipmph.com	医学教育、学术、考试、健康, 购书智慧智能综合服务平台
人卫官网	www.pmph.com	人卫官方资讯发布平台

版权所有,侵权必究!

专家教你正确防治心血管病

组织编写:中国健康教育中心

主 编:霍 勇 郭航远

出版发行:人民卫生出版社(中继线 010-59780011)

地 址:北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编:100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线:010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷:三河市尚艺印装有限公司

经 销:新华书店

开 本:710×1000 1/16 印张:16

字 数:254千字

版 次:2017年6月第1版 2017年6月第1版第1次印刷

标准书号:ISBN 978-7-117-24446-6/R·24447

定 价:25.00元

打击盗版举报电话:010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)

前 言

随着社会的进步、经济的发展和生活条件的改善，使人们越来越关注自身的健康，越来越重视疾病的预防。虽然信息大爆炸和网络大开放，使得普通百姓比任何时候更容易获得医学知识和健康常识，但是，对于没有专业医学教育背景

的普通百姓，面对纷繁复杂、鱼龙混杂的医学信息，常常是无所适从、茫然以对，所以说，从这一点来看，普通民众了解医学知识是相对困难的。阅读医学科普书籍则是获得医学常识的最主要途径。近年来，由于人口老龄化及吸烟、高胆固醇饮食、缺少运动等不健康的生活方式，使得我国的心血管病发病率呈上升趋势，而且有低龄化倾向。我国的心血管病诊疗技术突飞猛进，已经达到了能与西方共舞、与世界同步的水平，药物治疗也与西方国家同质化了，但为什么我国的心血管病发病率居高不下，为什么我国诸如高血压等慢病的治疗率和治愈率常处低谷，关键在于我国普通民众的健康意识和预防能力还比较薄弱，关键在于普通民众的健康素养和科普宣教还比较欠缺，基于此，有一本能为老百姓提供规范正统的心血管病防治知识的科普书已成为了燃眉之急！

编者所在的团队曾主持编写了近二十本科普著作，其中

心血管病防治系列丛书获得了中华医学科技奖，作为副主编单位参与编写的大型心脏健康科普书获 2016 中国好书。受国家卫计委中国健康教育中心和中华医学会心血管病分会的委托，主持编写心血管病防治这一科普书籍，编者参阅了近年来大量的国内外有关文献和书籍，收集了有关心血管病防、治、康的信息，结合自己多年的临床实践和经验，以问题解答的方式，通俗易懂地向读者介绍了心血管病的类型、危险因素、临床表现、并发症、辅助检查、诊断与鉴别诊断、药物治疗、介入和外科治疗、中医治疗、饮食与运动治疗、日常生活、预防和康复护理等内容。希望此书的出版能为提升全社会的健康素养和预防理念，提高老百姓的健康认知能力和科学素养，培养民众良好的健康生活方式贡献一份力量。如是，则不负中国健康教育中心和中华心血管病分会的一番努力和一片苦心。

最后，由于时间匆忙及水平有限，难免在编写过程中存在些许不足或错误之处，敬请读者给予批评指正。

霍 勇 郭航远

2017 年 3 月

**专家教你正确防治
心血管病**

目 录

概念篇

1. 什么是心血管病 / 1
2. 心血管病有哪些 / 1
3. 哪些心血管病与先天遗传有关 / 2
4. 心血管病与生活方式改变有关吗 / 2
5. 哪些心血管病可以被预防 / 3
6. 哪些心血管病能够被治愈 / 4
7. 心血管急症有哪些 / 4
8. 什么是心脏性休克和心脏性猝死 / 4
9. 心血管慢病有哪些 / 5
10. 心血管病的治疗方法有哪些 / 5
11. 职业与心血管病有关吗 / 6
12. 遗传与心血管病有关吗 / 7
13. 年龄、性别与心血管病有关吗 / 7
14. 饮酒与心血管病有关吗 / 8
15. 吸烟与心血管病有关吗 / 9
16. 肥胖与心血管病有关吗 / 9
17. 日常饮食与心血管病有关吗 / 10
18. 内分泌异常与心血管病有关吗 / 11
19. 精神因素与心血管病有关吗 / 11

20. 避孕药与高血压、冠心病有关吗 / 12
21. 昼夜节律与心血管病有关吗 / 13
22. 更年期与心血管病有关吗 / 13
23. A 型性格与心血管病有关吗 / 14
24. 脑力劳动与心血管病的关系如何 / 14
25. 体力活动与心血管病的关系如何 / 15
26. 维生素与心血管病有关吗 / 15
27. B 族维生素与心血管病的关系如何 / 16
28. 水质与心血管病的关系如何 / 16
29. 什么是心血管亚健康 / 17
30. 临界高血压也是亚健康吗 / 18
31. 亚健康可以引起猝死吗 / 18
32. 心理因素与心血管病有关系吗 / 19
33. 什么是高血压 / 19
34. 什么是顽固性高血压 / 20
35. 什么是白大衣性高血压 / 20
36. 什么是妊娠高血压综合征 / 21
37. 什么是更年期高血压 / 22
38. 什么是高血压急症 / 22
39. 什么是高血压危象 / 23
40. 什么是高血压脑病 / 23
41. 哪些因素与高血压有关 / 24
42. 哪些因素会影响血压的波动 / 24
43. 高血压有哪些危害 / 25
44. 哪些特殊类型的高血压要引起重视 / 26
45. 哪些高血压病患者易出现脑血管意外 / 26

46. 高血压病患者的常见表现有哪些 / 27
47. 儿童和青少年高血压有什么特点 / 27
48. 老年人高血压有哪些特点 / 28
49. 贫血患者一定不会患高血压吗 / 29
50. 高血压病患者常见哪些心脏超声改变 / 29
51. 高血压病患者为何需要做尿液检查 / 30
52. 高血压病患者为何需要做血生化检查 / 30
53. 高血压病患者为何需要做 24 小时动态血压监测 / 31
54. 高血压病患者为何需要做心电图检查 / 31
55. 高血压病患者为何需要做 X 线检查 / 32
56. 高血压病患者为何需要做颈动脉超声检查 / 32
57. 哪些患者需要做动态血压监测 / 33
58. 什么是动脉粥样硬化 / 33
59. 动脉粥样硬化的危险因素有哪些 / 34
60. 什么是冠心病 / 34
61. 冠心病的发病率和死亡率如何 / 34
62. 什么是冠心病等危症 / 35
63. 冠心病的临床表现是什么 / 35
64. 冠心病的主要危险因素有哪些 / 36
65. 冠心病的次要危险因素有哪些 / 36
66. 高血压与冠心病的关系如何 / 37
67. 高脂血症与冠心病的关系如何 / 37
68. 糖尿病与冠心病的关系如何 / 38
69. 什么是猝死型冠心病 / 39
70. 什么是心绞痛 / 39
71. 什么是稳定型心绞痛 / 40

72. 什么是不稳定型心绞痛 / 40
73. 心绞痛的诱发因素有哪些 / 41
74. 心绞痛应与哪些胸痛相区别 / 42
75. 什么是心脏神经官能症 / 43
76. 心电图和动态心电图对诊断冠心病有何价值 / 43
77. 运动负荷试验对诊断冠心病有何价值 / 43
78. 超声心动图对诊断冠心病有何价值 / 44
79. 冠脉 CT 对诊断冠心病有何价值 / 44
80. 血管弹性和血管内皮功能检测对冠心病诊断有何价值 / 45
81. 颈动脉斑块提示冠心病吗 / 45
82. 哪些患者需要做冠脉造影 / 46
83. 哪些患者不适合做冠脉造影 / 47
84. 什么是心肌梗死 / 47
85. 急性心肌梗死发病前有哪些先兆 / 47
86. 心肌梗死的典型临床表现有哪些 / 48
87. 心肌梗死的不典型临床表现有哪些 / 48
88. 什么是无痛性心肌梗死 / 49
89. 什么是冠状动脉痉挛 / 49
90. 年轻人急性心肌梗死有哪些特征 / 50
91. 老年人急性心肌梗死有哪些特征 / 50
92. 急性心肌梗死的并发症有哪些 / 50
93. 什么是心肌桥 / 51
94. 什么是冠状动脉瘘 / 51
95. 什么是急性冠脉综合征 / 52
96. 急性冠脉综合征有哪些表现 / 52

97. 什么是慢性心力衰竭 / 53
98. 什么是急性心力衰竭 / 53
99. 心衰患者有哪些常见表现 / 54
100. 肌钙蛋白检测对诊断心衰有何价值 / 55
101. BNP 检测对诊断心衰有何价值 / 55
102. X 线检查对诊断心衰有何价值 / 56
103. 超声心动图检查对诊断心衰有何价值 / 57
104. 什么是心肺运动试验 / 57
105. 什么是 6 分钟步行试验 / 58
106. 什么是心律失常 / 58
107. 心慌一定就是心律失常吗 / 58
108. 心律失常会引起晕厥吗 / 59
109. 哪些因素会引起心律失常 / 60
110. 哪些心律失常属于遗传性疾病 / 60
111. 哪些心血管病会引起心律失常 / 61
112. 哪些心律失常属于良性 / 61
113. 哪些心律失常属于恶性 / 61
114. 抗心律失常药物有哪些类型 / 62
115. 室早比房早严重吗 / 63
116. 房颤有哪些危害 / 64
117. 哪些药物易引起心律失常 / 65
118. 植入心脏起搏器也可以引起心律失常吗 / 65
119. 心律失常患者的远期风险有哪些 / 66
120. 心律失常患者的常见表现有哪些 / 66
121. 哪些心律失常不必应用抗心律失常药物 / 67
122. 什么是心脏电复律 / 68

123. 哪些患者需要紧急复律 / 68
124. 什么是左心耳封堵术 / 69
125. 什么是心脏再同步化治疗 / 70
126. 什么是植入性心脏复律除颤器治疗 / 70
127. 心电图对诊断心律失常有何价值 / 71
128. 心电图 ST 段抬高提示什么 / 71
129. 心电图 T 波倒置提示什么 / 72
130. 什么是心肌炎 / 73
131. 什么是病毒性心肌炎 / 73
132. 病毒性心肌炎在什么季节好发 / 74
133. 哪些人群易患病毒性心肌炎 / 74
134. 为什么心肌炎容易漏诊和误诊 / 75
135. 病毒性心肌炎妇女能怀孕吗 / 75
136. 什么是心肌病 / 75
137. 糖尿病会引起心肌病吗 / 76
138. 甲亢也会引起心肌病吗 / 77
139. 心肌病的常见临床表现有哪些 / 77
140. 肥厚型心肌病与猝死的关系 / 77

治疗篇

141. 治疗心血管病有哪些药物 / 79
142. 常用的利尿剂有哪些及使用时应注意什么 / 80
143. 如何防治利尿剂的常见副作用 / 80
144. 哪些药物与利尿剂有相互作用 / 81
145. 应用利尿剂时应观察哪些指标 / 82

146. 常用的 β 受体阻滞剂有哪些 / 83
147. 如何防治 β 受体阻滞剂的常见副作用 / 83
148. 哪些药物与 β 受体阻滞剂有相互作用 / 84
149. 应用 β 受体阻滞剂时应观察哪些指标 / 85
150. 常用的 ACEI 和 ARB 有哪些及使用时应注意什么 / 85
151. 如何防治 ACEI 和 ARB 的常见副作用 / 86
152. 哪些药物与 ACEI 和 ARB 有相互作用 / 87
153. 应用 ACEI 和 ARB 时应观察哪些指标 / 87
154. 常用的钙通道阻滞剂有哪些及使用时应注意什么 / 88
155. 如何防治钙通道阻滞剂的常见副作用 / 88
156. 哪些药物与钙通道阻滞剂有相互作用 / 89
157. 应用钙通道阻滞剂时应观察哪些指标 / 89
158. 心血管病患者应如何正确使用抗凝药物 / 90
159. 阿司匹林在心血管病中的治疗效果如何 / 91
160. 服用阿司匹林的注意事项有哪些 / 91
161. 如何安全服用阿司匹林 / 92
162. 哪些药物禁忌或不宜与阿司匹林同服 / 93
163. 什么是阿司匹林抵抗 / 94
164. 如何预防阿司匹林抵抗发生 / 94
165. 急性冠脉综合征患者应如何进行抗血小板治疗 / 95
166. 阿司匹林是否可以作为心血管事件发生时的“急救”药 / 95
167. 患心梗后需要一直服用阿司匹林吗 / 96

168. 心梗患者出院后停用阿司匹林有何风险 / 96
169. 长期服用抗血小板药物患者外科手术要
停药吗 / 96
170. 哪些高血压病患者需要服用阿司匹林 / 97
171. 高血压病患者需要长期服用阿司匹林吗 / 98
172. 高血压病患者服用阿司匹林是否会增加脑出血
风险 / 98
173. 为什么说高血压女性患者应慎服阿司匹林 / 99
174. 服用阿司匹林患者植入永久性起搏器应注意
什么 / 99
175. 阿司匹林的长期服用可引起哪些部位出血 / 100
176. 胃出血后还能继续服用阿司匹林吗 / 100
177. 治疗高血压应注意什么 / 100
178. 常用降压药物有哪些 / 101
179. 老年人高血压应如何正确使用降压药 / 102
180. 哪些情况可使降压药疗效欠佳 / 102
181. 如何正确安排服用降压药的时间 / 103
182. 如何合理联合使用降压药 / 104
183. 如何正确换用降压药物 / 104
184. 哪些情况下高血压病患者可根据病情减用或停用
降压药 / 105
185. 哪些高血压病患者需要手术治疗 / 106
186. 治疗心绞痛的药物有哪些 / 107
187. 治疗心肌梗死的药物有哪些 / 108
188. 硝酸酯类药物有哪些 / 109
189. 硝酸甘油治疗冠心病应注意什么 / 109

190. 使用和保存硝酸甘油应注意哪些问题 / 110
191. 吸氧对冠心病有什么作用 / 110
192. 积极降脂治疗有什么好处 / 111
193. 常用的降脂药物有哪些 / 111
194. 使用降脂药物应注意哪些问题 / 111
195. 血脂正常的冠心病患者为什么也要服用他汀类药物 / 112
196. 常用的心肌营养药物有哪些 / 112
197. 为什么说对急性心肌梗死患者来说“时间就是生命” / 113
198. 介入是急性心肌梗死的治疗方法吗 / 113
199. 溶栓也是急性心肌梗死的治疗方法吗 / 114
200. 心肌梗死患者并发心律失常应如何治疗 / 115
201. 心肌梗死患者并发心力衰竭应如何治疗 / 115
202. 心肌梗死患者并发高血压应如何治疗 / 116
203. 心肌梗死患者并发糖尿病应如何治疗 / 116
204. 妊娠和哺乳期妇女禁用哪些常用的心血管药物 / 118
205. 冠心病介入治疗技术有哪些 / 119
206. 冠状动脉介入治疗会发生哪些并发症 / 120
207. 哪些情况下心血管病患者应该进行介入治疗 / 121
208. 介入手术后应该服用哪些药物 / 122
209. 服药期间应该注意复查哪些相关指标 / 122
210. 什么是冠状动脉内支架术 / 122
211. 药物支架一定比裸支架好吗 / 123
212. 进口支架一定比国产支架好吗 / 123

- 213. 支架放的越多越好吗 / 124
- 214. 支架植入后应该多长时间进行复查 / 124
- 215. 哪些心血管病患者应该植入起搏器 / 125
- 216. 植入起搏器会发生哪些并发症 / 126
- 217. 植入起搏器后应该多长时间进行复查 / 127
- 218. 植入起搏器后应复查哪些相关指标 / 127
- 219. 什么是冠脉搭桥术 / 128
- 220. 冠脉搭桥术后需要服用哪些药物 / 129
- 221. 冠脉搭桥术后应复查哪些相关指标 / 129
- 222. 抗快速性心律失常药物有哪几种类型 / 130
- 223. 抗慢速性心律失常药物有哪几种类型 / 130
- 224. 哪些抗心律失常药物会引起低血压 / 131
- 225. 老年人使用抗心律失常药物应该注意哪些问题 / 131
- 226. 如何联合使用抗心律失常药物 / 132
- 227. 服用抗心律失常药物后应复查哪些相关指标 / 132
- 228. 服用胺碘酮应该注意什么 / 133
- 229. 抗心律失常药物也会导致心律失常吗 / 134
- 230. 服用洋地黄应该注意什么 / 135
- 231. 洋地黄中毒有哪些表现 / 136
- 232. 哪些药物会影响华法林的抗血栓作用 / 136
- 233. 服用法华林应该注意什么 / 137
- 234. 房颤患者应该如何进行抗凝治疗 / 138
- 235. 房颤患者电复律前后应该如何使用抗心律失常药物 / 138
- 236. 射频消融术可以治疗哪些心律失常 / 139

237. 妊娠期妇女应该如何选用抗心律失常药物 / 140
238. 植入性心脏复律除颤器对心衰的治疗效果如何 / 141
239. 心脏再同步化治疗对心衰的治疗效果如何 / 141
240. 目前还有哪些治疗心衰的新技术 / 142
241. 急性病毒性心肌炎有哪些治疗措施 / 142
242. 哪些药物可以治疗心肌病 / 143
243. 哪些心肌病患者需要外科手术治疗 / 144
244. 治疗心血管疾病的中成药有哪些 / 144
245. 治疗心血管病的药茶验方有哪些 / 145
246. 服用药茶验方需要注意什么 / 147
247. 治疗心血管病的药膳验方有哪些 / 147
248. 服用药膳验方需要注意什么 / 148
249. 药枕对治疗心血管病有何价值 / 149
250. 针灸对治疗心血管病有何价值 / 150
251. 推拿对治疗心血管病有何价值 / 152
252. 刮痧对治疗心血管病有何价值 / 153
253. 拔罐对治疗心血管病有何价值 / 154
254. 气功对治疗心血管病有何价值 / 155

预防康复与自我管理篇

255. 心血管病是否可以被预测 / 157
256. 心血管病患者预后怎么样 / 158
257. 什么是心脏康复的五大处方 / 159
258. 家人发生心血管病应该怎么办 / 161