



FAMILY

英国医学会组织编写

DOCTOR GUIDES

家庭医生丛书

冠心病



症状

检查



诊断



治疗



调理
预防



福建科学技术出版社

英国医学会组织编写

冠 心 病

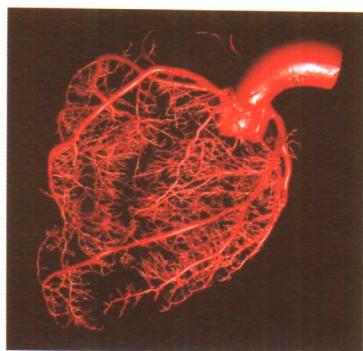
英国医学会组织编写

家庭医生丛书

冠心病

(英)Dr. Chirs Davidson 著

曹 华 黄雄飞 译 林肖瑜 校



福建科学技术出版社

(闽)新登字03号

著作权合同登记号: 图字 13-2000-13



A Dorling Kindersley Book

www.dk.com

Original title: CORONARY HEART DISEASE

Copyright © 1999 Dorling Kindersley Limited, London

Text Copyright © 1999 Family Doctor Publications

图书在版编目(CIP)数据

冠心病/(英)Dr. Chris Davidson 著; 曹华 黄雄飞译. —福州:
福建科学技术出版社, 2000.10

(家庭医生丛书)

ISBN 7-5335-1689-3

I. 冠… II. ①戴…②曹…③黄… III. 冠心病-
诊疗 IV. R541.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2000) 第26376号

家庭医生丛书

冠心病

(英) Dr. Chris Davidson 著

曹华 黄雄飞 译 林肖瑜 校

福建科学技术出版社出版、发行
(福州市东水路76号)

各地新华书店经销

福建省地质印刷厂排版
东莞新扬印刷有限公司印刷
32开 3印张 55千字

2000年10月第1版

2000年10月第1次印刷

印数: 1-10000

ISBN 7-5335-1689-3/R · 330

定价: 18.00 元

书中如有印装质量问题, 可直接向承印厂调换

目 录

引言	7
哪里出了问题?	14
冠心病的原因——为什么是我?	28
辨认症状	39
冠心病的检查	46
心绞痛的治疗	53
心肌梗死的治疗	65
心肌梗死后的康复	74
爱护自己的心脏	80
索引	92

引言

本书介绍冠状动脉性心脏病（简称冠心病）。冠状动脉是供给心肌氧气和营养物质的小血管，使心脏维持正常的工作和健康状况。

冠状动脉病变多年后，会发生心绞痛、心肌梗死，甚至猝死。在英国，冠心病是最常见的死因。很多人认为心肌梗死的发作通常没有任何先兆，但是情况并非完全如此。近50年来，冠心病越来越常见，人们意识到有些重要因素与它的增加有关。

本书将帮助你了解冠心病的更多知识，包括如果患了冠心病该怎么办，你该如何预防它等。

许多术语可用来描述冠状动脉疾病及其对心脏的影响。本书全篇采用了“冠心病”一词，下页表格列出了医生使用的其他术语。

冠状动脉疾病的一系列症状各不相同，但皆因心肌供氧不足所致。最常见的症状有：
●**心绞痛** 运动后的胸痛，不仅可发生于做健身操、慢跑后，还可能发生在日常活动中。



健康的心脏

生活方式，例如运动，对心脏产生重要的影响。经常进行有氧运动有助于保持心脏的健康。

描述心脏病的术语

下表列出了医生们采用的描述心脏疾病及其后果的不同术语。“冠心病”一词涵盖了所有这些内容。

冠状动脉疾病	冠状动脉本身的病变。
缺血性心脏病	由血管狭窄引起的缺血，即心肌供血不足。
心肌梗死	由血管堵塞引起的心肌坏死。

疼痛在休息后缓解。

● **心肌梗死** 是部分心肌由于供血完全停止而坏死时可引起剧烈胸痛。

冠心病常引发其他症状：

● **心力衰竭** 当心脏泵血不足以满足机体的需要时，引起呼吸困难和踝部的水肿。

● **心律失常** 心跳不规则可引起心悸和呼吸困难。

冠心病在西方国家极为常见，但它不是影响心脏的唯一疾病。其他心脏病包括：

● **先天性心脏病** 出生时就存在着心脏结构畸

形，如心脏有缺损。

● **心肌病** 病变主要累及心肌而不是动脉。

● **瓣膜性心脏病** 心脏中控制血流的四个瓣膜中任何一个受到了损害或畸形。

—— 哪些人易患心脏病？ ——

患冠心病的人数在不同国家之间差别很大。我们习惯上以为有些病在某些国家较常见，却未发觉自己的国家也同样如此。假如我们能从别的星球看地球，就会惊讶地发现在英格兰列岛心脏病的发病率非常高，简直就像热带流行疟疾一样。

一般说来，冠心病是一种富贵病，在热带和发展中国家较少见，在北欧、北美和澳大利亚却很普遍。看来冠心病确实和生活方式有关，因为当人们从发展中国家移居到较富裕的国家时，得冠心病的机会比在原居住国时多得多。例如从印度次大陆移居到英国的移民，患冠心病的可能性可能大于当地出生的。

在欧洲，冠心病的发病情况在不同的国家之间，甚至在同一个国家内也有很大差异。南欧的冠心病患者一般比英国和斯堪的那维亚的要少得多，这是目前地中海式饮食之所以受欢迎的原因之一。大量的新鲜蔬菜、色

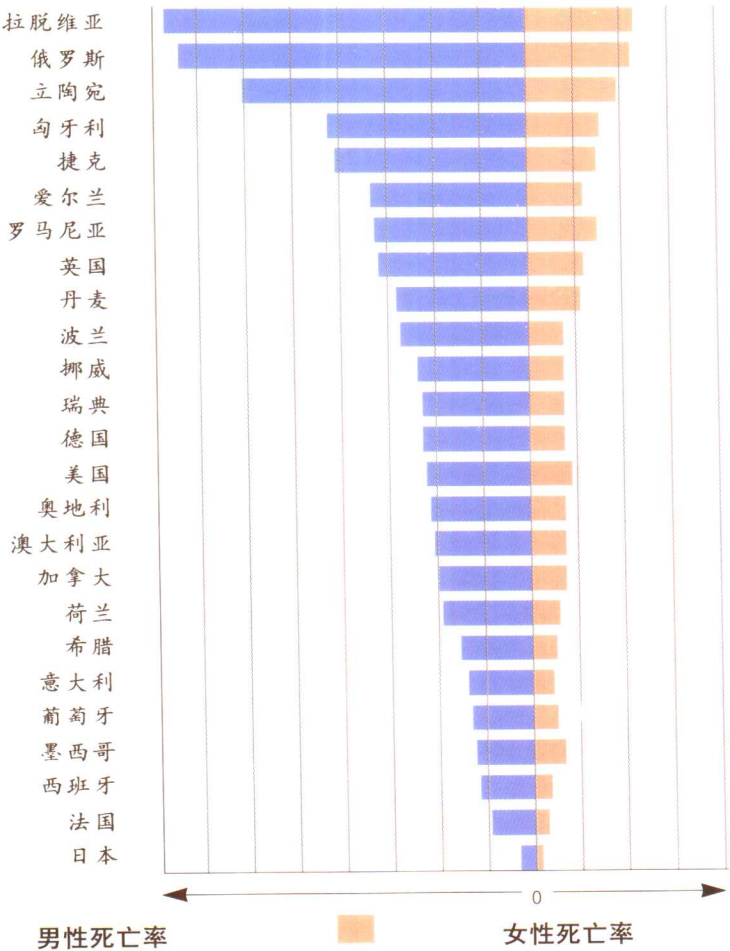


生活方式的关系

生活在发展中国家的人心脏病的发病率通常较低，当他们移居到较富裕的国家时，发病的风险增大。

世界冠心病的死亡率

较富裕国家的冠心病发病率通常高于发展中国家。下表列出一些国家的冠心病死亡率，其中东欧国家的死亡率最高。



拉、水果、鱼和相对少量的牛羊肉或奶制品，许多人认为这种饮食结构有助于预防心脏病（见第84~86页）。在英国冠心病的发病率同样存在明显的区域差异，英格兰北部、苏格兰、威尔斯和北爱尔兰等老工业区发病率最高。

尽管对冠心病的记载可追溯到远古社会，但直到第二次世界大战后人们才意识到它是一种常见病。此后，冠心病的发病率急剧上升，尤其在年轻人中。1970年美国冠心病的发病率达到了高峰，此后稳步降低。

澳大利亚、新西兰和当今的英国，发病率同样呈下降趋势。遗憾的是，目前在东欧国家，如俄罗斯和波罗的海各国冠心病的发病率仍呈迅速上升趋势。

可以毫不夸张地说，英国医院的大部分病床都被动脉硬化及其相关疾病的患者占用，其中以冠心病最为常见。冠心病患者比各种癌症患者加起来还多。老年人更易患冠心病，青壮年男性患者是女性的4倍。冠心病是年轻人死亡的最常见的原因之一，仅次于意外事故。



冠心病和饮食

健康饮食，包括充足的新鲜蔬菜、色拉、少量肉类及奶制品，有助于预防心脏病。

为什么冠心病在西方国家如此常见？目前尚无定论，但是饮食不当、吸烟、缺乏锻炼和社会福利短缺等可被列为疑凶。当然这些问题在其他国家也同样存在。

新的治疗方法

近10年来，冠心病的治疗取得了很大的进展，也生产了许多新药，这里仅以少数为例。如用于治疗心肌梗死的“溶栓剂”、治疗心绞痛的效果更好的药、强效降胆固醇药等。我们已逐渐了解一些老药的新价值，如 β 受体阻滞剂和阿司匹林等，它们不仅有助缓解疼痛等症状，还可能减轻甚至逆转某些病变。

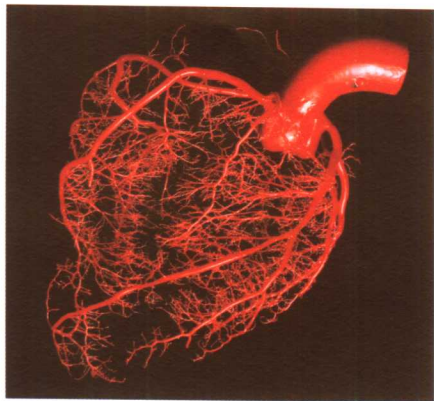
进展最快的还数外科手术和血管成形术。“搭桥术”（全称为冠状动脉旁路移植术）能改善心绞痛患者的生活，并能减少有些病人心肌梗死恶化的风险。血管成形术是应用细小球囊来扩张狭窄或闭塞的动脉，它的疗效极好，尤其使用细小的内支架后，更能保持动脉通畅。

这些对于心脏病患者来说都是好消息。但我们首先要弄清冠心病如此常见的原因，才能预防更多的人得冠心病。

要 点

- 在北美和西欧，冠心病是最常见的死因之一。
- 20世纪冠心病流行，目前发病率在北美和西欧正在下降，而在东欧国家却呈上升势头。
- 新的治疗措施，包括搭桥术，疗效非常显著，但预防仍重于治疗。

哪里出了问题？



冠状动脉

这个树脂模型显示了为心脏供血的冠状动脉，它为心肌提供不可缺少的氧合血。

心脏是个肌肉泵，位于胸腔，从出生到死亡，它昼夜不停地工作，将血泵到全身。它每天收缩、舒张10万次。心脏本身需要充分的血液供应，靠的就是冠状动脉。

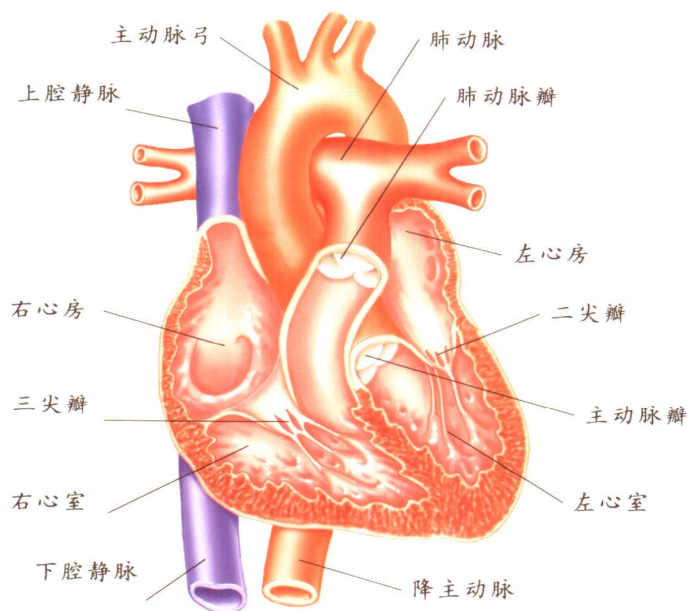
心脏如何工作

心脏的基本功能是泵出富含氧和营养物质的鲜红的血液，通过大动脉运往全身各处，组织利用氧后，静脉将含氧低的暗红色的血送回心脏。

心脏分为两边，每边均独立泵血，又各自分为两个腔，这样一来，心脏共有四个腔室。上面两腔是心房，收集回流血液，下面两腔是心室，收缩时把血泵出去。心脏的右边接纳从全身各处回流的静脉血，并将血泵入肺，血在肺部获取氧气。心脏的左边收集肺部流回的血，并将血泵向全身各个需要氧

心脏的内部结构

图中显示心脏的两边腔室，即左右心房和心室。两边的心室各自泵血。每个腔室的出口有瓣膜，防止血液逆流。



的组织。

为使血液到达所有不同的器官和肌肉，必须以高压泵出血液。可以想象，如果切断一根动脉，血液就会四处喷射！心脏必须强壮有力，不能像腿部的肌肉——它不能疲劳。所以心肌需要充分的血液供应，由冠状动脉及其分支来供给。

血液怎样在全身循环

从全身组织、器官来的非氧合血回流到心脏的右侧，再被泵入肺，在肺内经充分的氧合后，回流到左心，然后被泵到全身各处。

