

健康百事通

主审 房敏
总主编 朱国苗

主 编 戴小华



XINZANG BING
JIATING TIAOYANG

家庭

心脏病

调养

- 心脏有哪些功能
- 什么是心力衰竭
- 怎样护理心脏病患者
- 患者心衰还能运动吗
- 如何预防心脏病发作
- 中医可以治疗心脏病吗
- 心脏病患者家中应备些什么药



SHANGHAI UNIVERSITY OF T.C.M. PRESS

上海中医药大学出版社

心脏病家庭调养

主 审 房 敏
总主编 朱国苗
主 编 戴小华

上海中医药大学出版社

责任编辑 黄 健
技术编辑 徐国民
责任校对 郁 静
封面设计 王 磊
出 版 人 陈秋生

图书在版编目(CIP)数据

心脏病家庭调养 / 戴小华主编. —上海: 上海中医药大学出版社, 2006. 7

ISBN 7 - 81010 - 965 - 0

I. 心... II. 戴... III. ①心脏病—护理②心脏病—康复 IV. ①R473. 5②R541. 09

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 038243 号

心脏病家庭调养

主 编 戴小华

上海中医药大学出版社出版发行

(<http://www.tcmonline.com.cn>)

(上海浦东新区蔡伦路 1200 号)

邮政编码 201203)

新华书店上海发行所经销 南京展望文化发展有限公司排版 上海申松立信印刷厂印刷

开本 787mm×1092mm 1/18 印张 15.555 字数 252 千字 印数 1—4250 册

版次 2006 年 7 月第 1 版

印次 2006 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 7 - 81010 - 965 - 0/R • 911

定价 30.00 元

(本书如有印刷、装订问题,请寄回本社出版科或电话 021 - 51322545 联系)

主编介绍

戴小华 医学硕士，主任医师，副教授。
现任安徽中医学院第一附属医院心内科
主任，兼任安徽省中医心血管病专业委
员会副主任委员、中国中西医结合心血
管病专业委员会委员。所在科室心内科
为安徽省首批重点中医专科建设单位。

技术特长：中西医结合防治心血管疾
病。主要研究方向：心血管病危险中医
证候学及中医药干预研究；中医药防治
充血性心力衰竭研究。近5年获省科技
进步三等奖1项，厅级科技进步二等奖1
项，发表学术论文10余篇，参编专著3
部。

责任编辑 黄 健
技术编辑 徐国民
责任校对 郁 静
封面设计 王 磊
出 版 人 陈秋生

内 容 提 要

隆冬一天的半夜时分，南方市新南小区某号刘大爷的家中突然响起了一阵急促的电话铃声，刘家老大接听了来电后，马上和家人一起“打的”赶往医院……原来，住院中的心脏病老患者刘大爷的心脏病再度发作了，目前病情危重，医院通知家人立即前往。

本书随着刘大爷病情的变化，分“认识疾病”、“护理要点”、“心理调摄”、“生活起居”、“饮食宜忌”、“运动锻炼”、“学看化验”、“传统疗法”、“娱乐活动”、“家庭药箱”、“预防措施”等板块，向读者介绍有关心脏病，尤其是心力衰竭治疗、护理、康复等方面的基本知识。

<http://www.tcmonline.com.cn>

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

《常见病家庭调养》编委会

主 审 房 敏

总 主 编 朱国苗

副总主编 方朝晖 王翼州 张念志
戴小华 邹纯朴

《心脏病家庭调养》编委会

主 编 戴小华

副主编 朱舒人

编 委 戴小华 朱舒人 冯 悦

序 一

当一个人患了病找医生治疗时，医生常常会对患者说：三分治疗，七分调养。尤其是得了慢性病，或者是急性病经过治疗，转入康复阶段时，调养就成为医生、患者及其家属对待疾病的共同的态度。

但是，我们在临床中经常见到，有些医生或者患者及其家属，往往重治疗、轻调养，而且把治疗疾病仅仅看成是医疗机构的事，忽视了预防、调养的重要环节。因此，会出现有些大医院人满为患的现象，其中不乏慢性病需要家庭调养的患者。这种现象，会给医疗资源带来过度消费。

一个人患病，其疾病的发展、转归及其处理的整个过程，一部分发生在医院，是由医护人员处置的；另一部分，甚至是很大一部分则发生在社会和家庭，需要患者自己及其家属去处置。只有医疗和调养的结合，治疗和调理的结合，医院和家庭的结合，被动和主动的结合，才能使疾病得到全程的合理治疗。这样，就体现了当今生物—心理—社会医学模式的观念。

由上海中医药大学出版社策划并出版，朱国苗医师为总主编的这一套家庭调养丛书，就是顺应这种医学模式观念及社会需要应运而生的。丛书先期出版计有六种——《中风后遗症家庭调养》、《慢性肝炎家庭调养》、《糖尿病家庭调养》、《心脏病家庭调养》、《哮喘病家庭调养》和《老年痴呆家庭调养》。这六种书选题得当，所介绍的病种既是常见的，又是难治的慢性病，需要长期治疗、长期调养。

丛书的总主编朱国苗医师，毕业于安徽中医学院，又深造于上海中医药大学，重视实践，勤于思考，文笔流畅，作为总主编，是胜任的。其他几位撰稿者，方朝晖博士、张念志博士、戴小华硕士、王翼洲硕士、邹纯朴博士，分别是内分泌专业、呼吸内科专业、心血管专业、消

化专业、老年病专业及神经康复专业中有一定造诣,且学术建树较高的中青年医学骨干专家。他们在丰富的临床实践基础上,博览群书,结合自己的研究成果加以阐述,是对这一套丛书科学性、实用性、可读性的保证。

我在捧读书稿之后,颇为赞赏,积极推荐,乐而为序。

上海市康复医学会副会长

上海市中医针灸推拿临床医学中心主任

严隽陶

2006年6月于上海

序 二

随着社会的飞速发展,科技进步等给人类带来便利的同时,现代生活方式又使得中风、心脏病、糖尿病、哮喘病、肝病及老年痴呆等疾病的发病率大大提升,直接危害人们的身心健康,影响人们的生活和工作。虽然针对这些疾病的治疗取得了长足的发展,但由于这些疾病是难治病、慢性病,所以对其科学、合理地调养就显得尤为重要,普及人民群众对这些疾病的认识,指导患者及其家属对这些疾病后期的调养,是医生的另一种使命。

以朱国苗医师为总主编的这套家庭常见病调养丛书,分《中风后遗症家庭调养》、《心脏病家庭调养》、《哮喘病家庭调养》、《糖尿病家庭调养》、《慢性肝炎家庭调养》及《老年痴呆家庭调养》等六种,共100多万字。本丛书载录了这些疾病的有关概念,适量引入了有关疾病的最新研究进展。从中医与西医相结合,医疗与生活相结合等不同的切入点,对相关疾病的日常护理、心理调摄、生活起居、饮食宜忌、运动锻炼、家庭药箱、学看化验、娱乐活动和传统疗法等方面进行了系统的阐述,是一套既注重理论性更注重通俗性和实用性的系列疾病家庭调养的科普丛书。

本丛书的作者是一批年富力强、富有朝气的中青年医务人员。他们中的多数具有中西医学的较高学历和多年的临床实践经历,也了解相关疾病的最新进展。他们虽不能说已经学贯中西,但毕竟能在中西两方面采撷精华,并使之相互补充,相得益彰。在他们进行日常医疗活动之余,能将“生物—心理—社会”的全新医学模式运用于临床实践,更加注重疾病的调养防护,是及其难能可贵的,有十分积极的社会意义。

本丛书文字简明扼要、精要练达、通俗易懂,足可作为社区医护人员及基层医护人员的一套十分有益的案头常备参考书,更是患者及其家属必备的相关疾病家庭调养指南,爰乐为之序。

安徽省中医院名誉院长

北京中医药大学博士研究生导师

韩明向

2006年6月于合肥

导 读

这是一套什么样的书



这是一套为读者讲述各种常见疾病家庭护养的丛书,包括中风后遗症、心脏病、哮喘病、慢性肝炎、糖尿病、老年性痴呆六类疾病。作者以问答的形式对这些常见疾病分别从“认识疾病”等十个方面进行了详尽的阐述,力图让读者对这些常见疾病的病因、发病机理、预防、治疗,特别是实用易行的家庭护养有所了解,并能将这些护养知识应用到实际生活中。

“家庭调养”,是这套丛书经常提到的一个词。在作者的心目中,这个词与医院里经常提到的“护理”概念还是有较大区别的,“调养”的范围要更宽广一些,包括对疾病的护理和精神心理的调养,而且更强调创造和谐舒适的社会家庭环境对患者疾病康复的重要性,自始至终都贯穿了“生物—心理—社会”的全新医学模式,强调把患者放到家庭、社会的大背景下进行护养,力求让患者从生理、心理、家庭和社会等方面得到全方位的康复。

这是一套写给患者及其家属,以及其他关心上述六种疾病康复的人们的丛书,由于写这些书的作者们皆是长期工作在综合性“三甲”医院临床各科的骨干医生,所写的内容又都是融科学性、通俗性与实用性于一体,所以也适合作为社区医护工作者、基层医护人员及广大医学生作为向患者及其家属进行科普宣传的常用工具书。

怎么阅读这套书



为了便于阅读,作者以问答的形式,从各常见疾病家庭护养最迫切需要解决的问题出发,按照“认识疾病”、“护理要点”、“心理调摄”、“生活起居”、“饮食宜忌”、“运动锻炼”、“家庭药箱”、“学看化验”、“娱

乐活动”和“传统疗法”的顺序编排。读者可以从自己最想了解病种出发,开始本书的阅读旅程。作者并不提倡一口气从头到尾把这套丛书读完,读者可以随时抽取其中的任何一部分开始阅读,直到找到自己最需要的部分;如果能结合具体的疾病有选择地去读它,并将其中的知识应用到实践中,则必将受益匪浅。

这套丛书从常见疾病的家庭护养方面进行阐述,但其中的许多知识则不限于这些疾病,完全可以举一反三地应用到其他的疾病。

这套书是哪些人写的



编写这套丛书的是长期工作在综合性“三甲”医院临床各科的骨干医生,他们大多数是科室主任、主任医师、教授,有着丰富的临床经验,在本专业领域都有较深的造诣,在国内外期刊上发表了多篇论文,也有许多专著出版。

为了便于患者本人及其家属可以就书中没有涉及到的,但却在实际疾病护养中碰到的问题向作者本人请教,我们在主编简介中注上了编者现工作单位地址及 E-mail,读者可以通过这些方式同他们本人取得联系。如果读者想更进一步地了解编者及其著作的有关信息,可以在当地的医学图书馆查阅,在当地新华书店查找,也可直接向出版社查询,或者通过编者所在医院的网站,查询到编者的相关信息。

特 别 感 谢

能够完成本套丛书,首先要特别感谢上海中医药大学出版社诸位编辑,他们是编写这套丛书的发起者和策划者,也是为这套丛书的顺利出版付出了辛勤汗水的主要组织者。

我们也特别感谢各位参与编写的工作人员,是他们严谨的治学理念、忘我的投入态度和秉承一种救死扶伤、以患者为亲人、急患者之所急、想患者之所想的精神催生了这套丛书。

我还要特别感谢严隽陶、韩明向教授,他们通读了本套丛书的全

部内容,在创作过程中不断给予热情的鼓励,并欣然应允为本套丛书作序。房敏教授作为主审,也为本书的相关部分给予了热情的指点,并毫无保留地给予我们重要的理论指导。在此一并表示感谢。

最后需要说明的是,由于医学科学的发展速度很快,加上我们水平有限,因此,书中不足与错误在所难免,恳请读者予以指教,以便在再版时改正。

编 者

二〇〇六年六月

引子：深夜，他家响起了 急促的电话铃声

隆冬的一天，南方市特别寒冷，气温降到了零下好几度，天空中还不时地飘着雪花。这一天的半夜时分，大多数人已经进入了梦乡。“嘀玲玲……”突然，在该市新南小区某号刘大爷的家中响起了一阵急促的电话铃声，刘家老大拿起听筒“喂”了一声后，听到了市人民医院心内科值班护士的声音……“不好！护士小姐此时来电肯定有重要的事。”想到这里，没等对方讲完他就对着电话说：“你不要说了，我们马上赶到医院。”并随即挂断电话。几分钟后，他和家人坐上一辆出租车……

这到底是怎么回事呢？原来，刘大爷患心脏病已经多年，前几天因气候转冷，他的心脏病又一次发作了，并因此住进了医院。入院后，医生对他进行了仔细的检查，认为刘大爷的心脏功能已经减退了很多，如遇诱发因素，随时有发生危险的可能。所以，今天深夜听到医院来电，刘家老大马上联想到了“危险”二字，难怪他如此着急。

本书以刘大爷的心力衰竭治疗、疗养为主线，向读者介绍心脏病，尤其是心力衰竭的防治、护理、疗养的基本知识。

目 录

认 识 疾 病

1. 什么是心力衰竭? (2)
2. 什么是急性和慢性心力衰竭? (2)
3. 如何知道自己的心功能状况? (3)
4. 什么是左心力衰竭和右心力衰竭? (4)
5. 什么是收缩性心功能衰竭和舒张性心功能衰竭?
..... (4)
6. 心力衰竭与高血压有关吗? (5)
7. 如何自我识别心力衰竭? (6)
8. 心力衰竭与心律失常有关吗? (6)
9. 心力衰竭可出现哪些症状? (7)
10. 心力衰竭的体征有哪些? (8)
11. 老年心力衰竭的特点是什么? (8)
12. 老年人心功能不全为什么容易误诊? (9)
13. 心脏是如何工作的? (10)
14. 心力衰竭的常见诱因有哪些? (10)
15. 心力衰竭的常见原因有哪些? (11)
16. 治疗心力衰竭的策略是什么? (12)
17. 二尖瓣狭窄合并心力衰竭的常见表现有哪些? (12)
18. 心力衰竭会造成其他器官的功能变化吗? (13)
19. 什么是心力衰竭的诊断标准和缓解标准? (14)
20. 常见瓣膜病与心力衰竭有什么关系? (14)
21. 如何纠正和治疗难治性心力衰竭? (15)
22. 风心病二尖瓣狭窄能手术治疗吗? (16)
23. 糖尿病与心力衰竭有关吗? (16)
24. 什么是肺源性心脏病心力衰竭? (17)

25. 什么是病毒性心肌炎心力衰竭? (18)
26. 心力衰竭需要抗血栓治疗吗? (18)
27. 小儿心力衰竭是怎么一回事? (19)
28. 高血压病合并心力衰竭时如何降压治疗? (20)
29. 冠心病心力衰竭是怎么引起的? (20)
30. 缺血性心肌病有哪些表现? (21)
31. 吸烟与心脏病有关吗? (22)
32. 喝酒容易导致冠心病吗? (23)
33. 心力衰竭能够治好吗? (23)
34. 肥胖与心力衰竭有关系吗? (24)

护 理 要 点

1. 心衰患者出现急性肺水肿如何处理? (28)
2. 对心力衰竭患者如何进行一般护理? (28)
3. 心力衰竭患者为什么要保持大便通畅? (29)
4. 怎样才能保持大便通畅? (30)
5. 如何护理风心病心力衰竭患者? (30)
6. 使用氧气时应注意什么? (31)
7. 慢性心力衰竭患者出院后如何进行日常保健? (32)
8. 如何运送急性心肌梗死患者到医院? (32)
9. 怎样给心脏病患者测量体温? (33)
10. 怎样给患者测量脉搏? (34)
11. 怎样给患者测量呼吸? (35)
12. 怎样给患者测量血压? (35)
13. ACE 抑制剂的有哪些不良反应? (36)
14. 如何处理 ACE 抑制剂所致的肾功能恶化? (37)
15. 如何处理 ACE 抑制剂所致的咳嗽? (38)
16. 使用洋地黄制剂时应怎样观察病情变化? (39)
17. 洋地黄的不良反应有哪些? (39)
18. 哪些因素易致洋地黄中毒? (40)
19. 洋地黄中毒的临床表现有哪些? (41)

20. 如何治疗洋地黄中毒?	(42)
21. 洋地黄的停药指征是什么?	(43)
22. 应用洋地黄的注意事项有哪些?	(43)
23. 如何应用利尿剂治疗心力衰竭?	(44)
24. 如何处理利尿剂抵抗?	(45)
25. 利尿剂有哪些不良作用?	(45)
26. β 受体阻滞剂的不良反应是什么?	(47)
27. 螺内酯的不良反应是什么?	(48)
28. 冠心病心力衰竭的康复应注意什么?	(49)
29. 冠心病心力衰竭患者如何使用急救盒?	(50)
30. 冠心病患者饱餐后沐浴有危险吗?	(51)
31. 心力衰竭患者卧床有哪些注意事项?	(51)
32. 心力衰竭患者发生褥疮的原因和部位有哪些?	(52)
33. 心力衰竭患者应如何使用热水袋保暖?	(53)
34. 心力衰竭患者输液时应注意什么?	(53)
35. 心力衰竭患者静脉注射高渗葡萄糖有什么危险?	(54)
36. 心力衰竭患者出现心源性休克时应如何护理?	(54)
37. 心悸的一般中医护理包括哪些内容?	(56)

心 理 调 摄

1. 如何正确对待心力衰竭?	(60)
2. 为什么情绪激动、紧张、惊恐能诱发心力衰竭?	(60)
3. 如何重视老年人心理卫生?	(61)
4. 心脏病患者如何进行心理调养?	(61)
5. 情绪因素对心脏病患者有什么影响?	(62)
6. 如何对心力衰竭患者实施心理护理?	(62)
7. 心理健康的标准是什么?	(63)
8. 心力衰竭患者有哪些不良心理反应?	(65)
9. 老年人有何性格特征?	(65)
10. 心力衰竭患者抑郁症的表现有哪些?	(66)

11. 心力衰竭患者为什么会出现抑郁症? (67)
12. 如何防治心力衰竭患者的抑郁症? (68)
13. 情绪变化与疾病有什么样的关系? (69)
14. 怎样用语言调节法摆脱消极情绪? (70)
15. 怎样用意识调节法摆脱消极情绪? (70)
16. 怎样用环境调节法摆脱消极情绪? (71)
17. 怎样用转移注意调节法消除消极情绪? (71)
18. 为什么心力衰竭患者会出现焦虑情绪? (71)
19. 为什么心力衰竭患者会出现恐惧情绪? (72)
20. 心力衰竭患者出现焦虑、恐惧情绪怎么办? (73)
21. 心力衰竭患者出现失眠怎么办? (73)
22. 对慢性心力衰竭患者如何进行心理支持? (74)

生活起居

1. 如何安排好心脏病患者的睡眠? (78)
2. 心脏病患者饮茶时应注意哪些问题? (79)
3. 心脏病患者在清晨起床时应注意哪些事项? (79)
4. 心脏病患者看电视应注意哪些事项? (80)
5. 心脏病患者可吸烟吗? (81)
6. 心脏病患者外出旅游要注意哪些事项? (81)
7. 心脏病患者能饮酒吗? (82)
8. 为什么说早晨适量饮水可防止心脏病的突发? (83)
9. 如何安排好老年人的日常生活? (83)
10. 心脏病患者在衣着方面应注意什么? (84)
11. 心力衰竭患者怎样保持身体清洁? (85)
12. 怎样保持合适的室内温湿度? (85)
13. 肺心病心力衰竭患者居住在新装修的房间里好吗?
..... (86)
14. 心脏病患者居住的房间怎样消毒? (87)
15. 心脏病患者在生活起居上要注意些什么? (87)
16. 心力衰竭患者如何把握工作和活动的强度? (88)