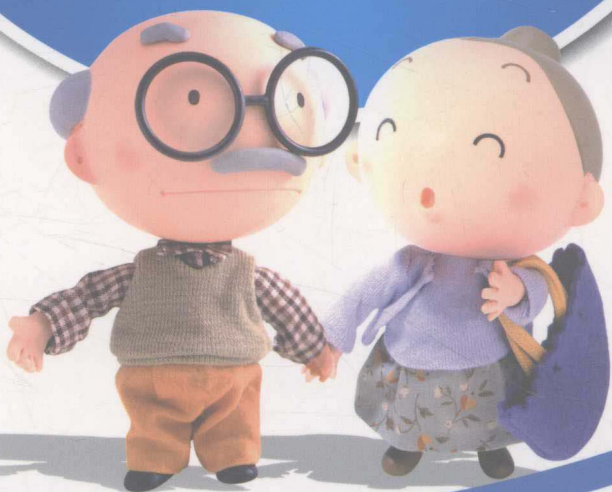


· 老年常见病防治手册 ·

总主编 吴咸中

心脑血管 疾病

张虹 赵凯◎主编



華齡出版社

老年常见病防治手册

心脑血管疾病

张 虹 赵 凯 主编

华 龄 出 版 社

责任编辑：林欣雨
封面设计：魔弹文化
责任印制：李未圻

图书在版编目 (CIP) 数据

心脑血管疾病/张虹, 赵凯主编. —北京: 华龄出版社, 2012. 3

ISBN 978-7-80178-935-8

I. ①心… II. ①张…②赵… III. ①心脏血管疾病—防治②脑血管疾病—防治 IV. ①R54②R743

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 062627 号

书 名：心脑血管疾病
作 者：张 虹 赵 凯 主编
出版发行：华龄出版社
印 刷：三河科达彩色印装有限公司
版 次：2012 年 4 月第 1 版 2012 年 4 月第 1 次印刷
开 本：720×1020 1/16 印 张：9.25
字 数：110 千字 印 数：1~3 000 册
定 价：20.00 元

地 址：北京西城区鼓楼西大街 41 号 邮编：100009
电 话：84044445 (发行部) 传真：84039173

《老年常见病防治手册》编委会

主 编 吴咸中

编 委 (以姓氏笔画为序)

王兴民	王 洁	王存选	白人骁	吕文光
刘恩顺	朴 哲	孙增涛	朱思伟	李维廉
李方儒	李永健	张志宏	张 虹	金银龄
赵 凯	党 群	唐艳萍	徐 勇	徐 玲
常宝成	常 柏	龚 瑾	潘从清	

编写人员 (以姓氏笔画为序)

丁 莎	马宝杰	牛 薇	牛秀伟	王 超
王存选	王 辉	王凤玮	付 敏	吕文光
刘恩顺	刘继威	刘冉录	刘美玉	刘 佳
牟广韬	朴 哲	乔宝民	孙增涛	孙文强
朱思伟	陈 明	李维廉	李方儒	李永健
李树颖	李小娟	李继海	李瓦里	李 健
杨俊华	杨菊红	杨 阔	张志宏	张 虹
张 萍	张世姝	金 喆	金 彦	庞 雁
单春艳	封继宏	郝 剑	姚 嫱	赵 凯
赵永捷	党 群	郭庆捷	郭思佳	郭晓荣
高 陆	高 晟	顾芳芳	贾 宁	秦玉坤
唐艳萍	徐 勇	徐 玲	崔莉红	曹振华
常宝成	常 柏	龚 瑾	董 阳	韩秀江
窦 钊	蒿俊行	廉 富	蔺 宇	潘从清
魏葆琳				

编 务 高颖 邢成思

主编 张 虹 赵 凯
编委 高 陆 杨俊华 金 喆
张世妹 张 萍 曹振华

序

随着社会的进步、经济和医学的发展，人的预期寿命不断提高，我国已经进入老龄化社会，据相关部门统计，我国 60 岁及以上老年人已达 1.7765 亿，占总人口的 13.26%。老年人是许多疾病的高发人群，对医药保健知识需求较高，老年病的防治问题日益突出。为此我们编写了这套丛书。

本丛书共包括 10 个分册，各个分册都由本学科知名专家担任主编，他（她）们都曾参与《实用老年中西医结合治疗学》的编著工作，其学识水平、临床经验和文字水平都为丛书的编写奠定了坚实基础。为了让没有医学背景的老年朋友也能顺利地理解和运用常见老年病的防治知识，各个分册都采取问答形式，尽量浅显而详细地介绍不同疾病的基础知识、致病原因、临床表现、诊断要点、实用中西医疗法及相关心理、饮食、运动等预防方法，以便让广大读者看得懂、用得上、有实效。有条件的读者还可在阅读本丛书的基础上，参阅相关书籍，以拓展知识、加深理解。大家既做健康教育的受益者，又做健康教育的推广者，利己利人，善莫大焉。

老年人的幸福安康是社会文明和谐的重要标志。我国历来有尊老敬老的优良传统。“老吾老以及人之老”曾做为世界大

同的一个重要标志，祝老人“寿比南山不老松”更是人人皆知的美好祈愿。我相信这套丛书的作者们一定能秉承仁者之心，传播济世仁术，为促进老年健康幸福发挥聪明才智，做出精诚贡献。

老年人是社会的宝贵财富，健康是老年人“老有所为，老有所乐”的基本条件。科学养生，无病早防，有病早治，是保持健康、延缓衰老的基本途径。就我个人体会而言，保持心态平和愉悦，维持健康规律的生活习惯，是我们老年人最应该注意而且能够做到的事情，于健康有大益，于家庭有大益，于社会有大益。在此，我衷心希望广大读者，特别是老年朋友，能够通过阅读本书广博知识，开阔胸襟，因人制宜，学以致用，美意延年，尽登寿域。

因时间仓促，本丛书还定有一些不尽如人意之处，恳请读者和同道不吝指正。

吴咸中

2011.12

前 言

心脑血管疾病是临床上的常见病、多发病。近年来，随着我国经济的发展、人民生活水平的提高、生活方式的改善及人口老龄化问题的日益突出，心脑血管疾病的发病率逐年升高。

尽管目前医学科学技术飞速发展，医学文献浩如烟海，新的理论和观点、诊断和治疗手段不断应用到临床上，但由于宣传教育的相对滞后以及人们对高血压、糖尿病、肥胖及不良生活方式等危险因素的认识不足，使得心脑血管疾病的发病率和死亡率居高不下，成为危害我国民众健康的最大杀手之一。如何预防和治疗这一类疾病，已成为广大民众日益关注的热点和社会需要高度重视的问题。

在对心脑血管疾病死因分析中，心理行为和生活方式已经成为重要的发病因素。加强心脑血管疾病的预防，降低心脑血管疾病的风险，已成为临床医生的重要工作。然而，要积极做好心脑血管病的防治，就必须充分调动广大人民群众的力量，加强对心脑血管疾病相关知识的宣传教育。

本书作者长期从事临床心脑血管疾病工作，在总结心脑血管疾病防治实践经验的基础上，参考大量国内外最新文献，编写出版本书。本书结合当今心脑血管疾病实际问题展开讨论，采用问答的形式，语言通俗易懂。

本书主要向读者介绍了常见心脑血管疾病的概念、临床表现、诊断要点、治疗方式、饮食疗法、生活起居、预防措施等内容，旨在提高广大读者对这些疾病进行预防的认识，从而使

全民健康水平得到进一步提升。谨愿本书能小飧读者，不求为浩瀚书海之奇葩。

由于作者水平有限，尽管在本书的写作过程中力求准确，但难免有纰漏之处，恳请广大读者批评、指正。

编者

2012年2月

目 录

什么是冠心病？	1
什么是动脉粥样硬化？	1
冠状动脉粥样硬化的狭窄程度分几级？	2
冠心病的发病因素是什么？	2
冠心病有哪几种类型？	3
什么是隐匿型冠心病与急性冠脉综合征？	4
早期冠心病有哪些症状？	5
老年人心绞痛有何特点？	5
何谓心肌桥？	6
什么是冠脉痉挛？	6
心肌梗死为什么常有漏诊和误诊？	7
代谢综合征与冠心病有关系吗？	8
糖尿病患者患冠心病有何特点？	9
诊断冠心病常需做哪些检查？	9
心肌缺血在心电图上有哪些改变？	10
单靠心电图能诊断冠心病吗？	11
为何入院后医生还要做心电图检查？	11
什么是动态心电图？	12
冠心病患者须做哪些血液化验检查？	12
急性心肌梗死为什么要检查心肌酶？	13
心肌酶升高一定是心肌梗死吗？	13
超声心动图对冠心病诊断有何价值？	14
冠状动脉造影在诊断冠心病中有何价值？	15
无创冠脉 CTA 检查能替代冠脉造影吗？	15

为什么有的急性心肌梗死患者冠脉造影正常？	16
冠心病怎么治疗？	17
冠心病的药物治疗有哪些？	17
冠心病药物什么时间服比较好？	18
冠心病患者如何正确使用硝酸酯类药物？	19
冠心病患者使用阿司匹林时要注意哪些问题？	19
冠心病患者如何使用 β 受体阻滞剂？	20
常用的钙拮抗剂有哪几种？	20
心肌梗死病人血压不高为什么应用 ACEI？	21
什么是强化降脂？	21
支架术后常规服用哪些药物？	22
如何看待药物说明书提及的药物副作用？	23
只有做了支架的患者才应该吃氯吡格雷吗？	23
为什么冠心病患者不宜服用心痛定？	24
哪些患者适合静脉溶栓治疗？	24
何谓冠心病的介入治疗？	25
选国产支架还是进口支架？	26
无症状冠心病适合行支架治疗吗？	26
为什么冠心病介入术后需要复查冠脉造影？	26
患者在支架置入体内后常有哪些顾虑？	27
何谓体外反搏术？	27
何谓主动脉内气囊反搏术？	28
何谓冠状动脉搭桥术？哪些人适合做冠脉搭桥术？	28
冠心病能引起患者精神情绪障碍吗？	29
如何对急性心肌梗死患者进行心理治疗？	30
心肌梗死后常见哪些心理问题？	30
为什么心肌梗死后易发生抑郁状态？	31
如何干预心肌梗死后的抑郁状态？	31
心肌梗死患者出现心理障碍时药物治疗？	32
冠心病患者失眠怎么办？	32

怎样消除冠心病患者的紧张情绪？	33
中医对冠心病如何认识？	33
治疗冠心病常用中成药有哪些？	34
冠心病可以预防吗？	35
如何预防心肌梗死的发生？	35
什么是冠心病的一级预防？	36
什么是冠心病的二级预防？	37
什么是冠心病的三级预防？	38
冠心病患者的饮食原则是什么？	39
急性心肌梗死患者如何安排饮食？	39
冠心病患者需要服用保健品吗？	40
蔬菜水果对冠心病防治有价值吗？	40
冠心病患者如何做到心情愉快？	41
冠心病患者如何安排睡眠？	41
冠心病患者如何安排作息时间？	42
冠心病患者可以进行体育运动吗？	42
冠心病患者适合参加哪些体育运动？	43
为什么说冬春季节是冠心病的好发季节？	43
冠心病患者在夏季要注意什么？	44
冠心病患者如何戒烟？	44
饮茶对冠心病患者有影响吗？	45
冠心病患者能饮酒吗？	45
冠心病患者洗澡时要注意什么？	46
冠心病患者能拔牙吗？	46
冠心病患者看电视时要注意什么？	47
冠心病患者能去旅游吗？	47
冠心病患者能骑自行车吗？	48
冠心病患者排便时要注意什么？	48
如何预防冠心病猝死？	49
心律失常一定是心脏病吗？	49

窦性心动过速是病吗？	50
发现早搏应该作什么检查？	50
早搏一定要吃药吗？	51
日常生活中哪些因素可能引起或加重心律失常？	51
哪些心律失常一定要重视？	52
室上速（室上性心动过速）会遗传吗？	52
室上速能治愈吗？	53
心率总是特别快是病态的吗？	53
发现预激综合征一定要治疗吗？	53
长期吃抗心律失常药物有副作用吗？	54
房颤可以用射频消融术吗？	54
为什么有的房颤病人要吃华法林？	55
房颤患者服用华法林要注意什么问题？	55
什么是射频消融？	56
射频消融的效果怎么样？	57
射频消融后要注意什么问题？	57
心率慢一定要安装起搏器吗？	58
人工起搏器寿命有多长？	58
安装永久起搏器的患者生活中应该注意什么问题？	59
为什么安起搏器患者要定期接受程控检查？	60
起搏器电量不足时用更换电池吗？	61
不明原因反复晕厥的病人为什么要做电生理检查？	61
怎样预防心律失常的发生？	62
中医是如何治疗心律失常的？	63
治疗心律失常的中成药有哪些？	64
何谓瓣膜病？	64
风心病患者夜里躺不下是什么原因？	65
风心病患者出现水肿是怎么回事？	65
主动脉瓣狭窄的患者为什么会出现眼前发黑？	66
风心病二尖瓣狭窄做什么检查最有用？	66

为什么风心病二尖瓣狭窄患者容易得脑栓塞？怎样预防？	67
二尖瓣狭窄患者经常憋气有什么方法治疗？	67
风心病房颤患者能长期服用地高辛吗？	68
得了二尖瓣狭窄，什么时候行介入或手术治疗？	68
二尖瓣关闭不全何时需要做换瓣手术？	69
风心病患者拔牙需要注意什么？	69
风心病患者如何进行预防和保健？	69
什么是心脏骤停？	70
什么原因可以造成心脏骤停？	71
心脏骤停有什么先兆？	71
饮酒会导致心脏病吗？	71
戒酒后，酒精性心肌病能好吗？	72
服用哪些药物会发生药物性心肌病？	72
什么是脑血管病？	72
脑血管病发病因素有哪些？	73
什么是脑出血？	74
低血压的人不会患脑出血吗？	74
蛛网膜下腔出血有哪些特点？	75
脑血栓形成和脑栓塞是一回事吗？	75
什么是脑梗死？	76
什么是腔隙性脑梗死？	77
为什么要重视一过性脑缺血的发作？	77
什么是慢性脑供血不足？	78
脑卒中与高脂血症有什么关系？	78
出现哪些表现要考虑脑卒中？	79
房颤与脑卒中有关系？	79
为什么清晨容易发生脑卒中？	80
为什么说冬季是脑卒中的高发季节？	80
中风后遗症有哪些？	81
血压正常就不会得脑中风吗？	82

为什么说 A 型行为的人容易患脑血管病？	82
什么是代谢性脑病？	83
心血管病、脑血管病能同治吗？	83
糖尿病与脑卒中有关系吗？	84
脑出血的患者能放心脏支架吗？	84
为什么有些严重脑意外的患者会出现持续高热？	85
脑卒中的高危因素有哪些？	85
哪些因素影响脑卒中的预后？	86
脑梗死和脑出血可以同时发生吗？	87
高血压患者为什么易发生脑出血？	87
脑血栓突发时应注意什么？	88
发生脑中风后要做哪些检查？	89
脑血管病做头颅 CT 和核磁共振哪个好？	90
没有症状为什么也会被诊断为脑梗死？	90
中医如何认识脑血管病？	91
脑血管病患者常用中成药有哪些？	92
中医对脑血管病患者饮食有何禁忌？	93
如何用药膳来调治脑血管病？	94
如何治疗脑栓塞？	95
突发生脑卒中在家中应做哪些处理？	95
服用阿司匹林要注意什么？	96
哪些脑梗塞患者可以溶栓治疗？	96
怎样治疗脑梗死后患者的情绪低落？	97
脑梗塞后经常呛咳怎么办？	97
脑卒中后怎样进行规范的康复治疗？	98
在护理长期卧床的脑卒中患者时应注意哪些？	98
脑梗塞发生后血压控制到多少较好？	99
脑梗塞患者需要长期服用调脂药吗？	99
哪些脑梗塞患者需要服用华法林？	100
为什么说脑血管病患者宜清晨服药？	100

怎样让脑血管病人摆脱失眠？	101
脑血管患者常有哪些心理障碍？	101
怎样对中风患者进行心理治疗？	102
急性脑血管病为什么不能急于降压？	103
脑出血后多长时间可以考虑抗凝治疗？	104
得了脑梗塞同时服用叶酸好吗？	104
如何预防脑出血？	105
如何预防脑梗塞？	105
脑梗塞患者饮食应该注意什么？	106
脑梗死患者在饮食方面有哪些禁忌？	108
脑血管病患者体育运动遵循哪些原则？	109
得了脑中风还能长寿吗？	109
饮茶能预防脑血管病吗？	109
脑血管病患者能饮酒吗？	110
脑血管病患者冬季如何保健？	111
在盛夏时如何预防中风？	112
定期输液能预防脑血管病吗？	113
怎样预防脑血管病复发？	113
哪些药物可以预防脑血管病？	115
脑中风患者睡前要注意什么？	115
脑中风患者起床时应注意什么？	116
预防脑萎缩的方法有哪些？	116
中风恢复期如何进行饮食调理？	117
中风患者如何进行家庭护理？	118
神经衰弱家庭治疗有什么措施？	119
无规律的生活能否引起神经衰弱？	120
什么是偏头痛？	121
偏头痛需要做的检查有哪些？	121
避免偏头痛的饮食方面注意什么？	122
老年痴呆主要有哪些病因？	123

老年痴呆易发生哪些并发症?	124
该如何预防老年痴呆症?	124
如何护理老年痴呆的患者?	125
老年痴呆症与脑血管疾病的关系是怎样的?	126
诱发帕金森疾病的主要病因有哪些?	127
帕金森病的并发疾病有哪些?	127
帕金森病吃什么有助于患者的康复?	128