



HUASHUO GUANXINBING

画说 冠心病

陈利◎主编



北京科学技术出版社



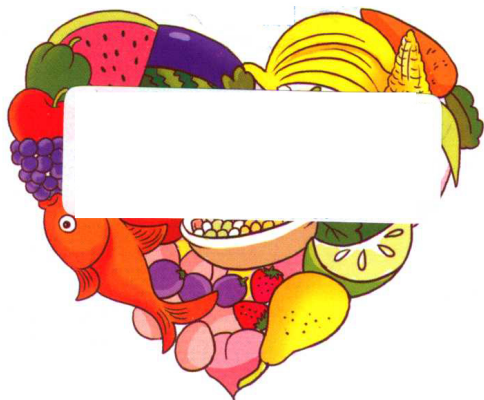
画说： 冠心病



中国医药出版社 北京

画说 冠心病

陈 利◎主编



图书在版编目 (CIP) 数据

画说冠心病/陈利主编. —北京: 北京科学技术出版社, 2013.5
ISBN 978-7-5304-6625-4

I. ①画… II. ①陈… III. ①冠心病—防治 IV. ①R541.4
中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第083896号

画说冠心病

主 编: 陈 利

策划编辑: 王 微

责任编辑: 张晓雪

责任校对: 黄立辉

责任印刷: 张 良

封面设计: 樊润琴

版式设计: 樊润琴

出 版 人: 张敬德

出版发行: 北京科学技术出版社

社 址: 北京西直门南大街16号

邮政编码: 100035

电话传真: 0086-10-66161951 (总编室)

0086-10-66113227 0086-10-66161952 (发行部)

电子信箱: bjkjpress@163.com

网 址: www.bkjpress.com

经 销: 新华书店

印 刷: 北京画中画印刷有限公司

开 本: 880mm×1230mm 1/32

字 数: 34千

印 张: 2.75

版 次: 2013年5月第1版

印 次: 2013年5月第1次印刷

ISBN 978-7-5304-6625-4/R·1614

定 价: 25.00元



京科版图书, 版权所有, 侵权必究。

京科版图书, 印装差错, 负责退换。

目录

冠心病的基本常识

一	什么是冠状动脉	3
二	什么是冠状动脉粥样硬化	4
三	什么是冠心病	5
四	冠心病的常见危险因素	6
	1. 家族遗传因素	6
	2. 年龄	6
	3. 性别	6
	4. 饮酒	7
	5. 吸烟	8
	6. 心理因素	8
	7. 高血压	8
	8. 血脂异常	9
	9. 肥胖	10
	10. 糖尿病	10
	11. 缺乏运动	10

五	冠心病的常见临床表现	11
1.	冠心病的典型症状	11
2.	冠心病的不典型症状	11
六	冠心病的常见类型	12
1.	急性冠脉综合征	12
2.	慢性缺血综合征	12
七	冠心病的临床常规检查	13
1.	心电图	13
2.	平板运动试验	13
3.	基本实验室检查	14
4.	冠状动脉 CT 成像	15
5.	冠状动脉造影	15
6.	放射性核素心肌显像	16
7.	动态心电图	16
8.	超声心动图	16

关注冠心病高危人群

一	十大冠心病高危人群	19
1.	40 岁以上的中老年人群	19
2.	吸烟的人群	19
3.	有不良饮食习惯的人群	20
4.	有糖尿病或高血压的人群	20

5. 有冠心病家族遗传史的人群	20
6. 体重超重的人群	21
7. 缺乏体力活动的人群	21
8. 长期精神压力过大的人群	21
9. 血脂异常的人群	21
10. 长期服用避孕药的 35 岁以上的女性人群	22
二 高危人群如何预防冠心病	22
1. 如何防治高血压	22
2. 如何防治糖尿病	28
3. 如何防治血脂异常	31
4. 戒烟	34
5. 限酒	35
6. 合理膳食	36
7. 坚持适量运动	36
8. 控制体重	37
9. 减轻压力	38

冠心病的防治

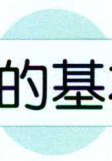
一 如何早期发现冠心病	41
二 如何防控冠心病	42
三 如何治疗冠心病	43
1. 药物治疗	43

2. 非药物治疗	45
3. 定期随诊的必要性	48
4. 规律服药的必要性	49
四 冠心病患者的生活指导	50
1. 饮食	50
2. 运动	51
3. 心理	53
五 常见问题解答	54
1. “心率”与“心律”有什么不同?	54
2. 单靠心电图就能诊断冠心病吗?	54
3. 为什么冠心病发病早期没有任何不适?	54
4. 如何避免心绞痛发作?	54
5. 如何储存硝酸甘油?	55
6. 冠心病患者如何急救?	55
7. 心肌梗死为什么常有误诊和漏诊?	56
8. 急性心肌梗死为何要尽早住院?	57
9. 心肌梗死后为什么不宜长期卧床?	57
10. 症状好转就可以不用吃药了吗?	57
11. 冠心病患者外出旅游要注意什么?	57
12. 冠心病患者可以拔牙吗?	58
13. 家人该如何照顾冠心病患者?	58
14. 老年冠心病患者能洗冷水浴吗?	59
15. 冠心病患者为什么要少吃盐?	59

16. 冠心病患者为什么要避免发生便秘?	59
17. 冠心病患者进行体育锻炼前应该做好哪些准备? ...	60
18. 夏季为什么容易诱发冠心病?	60
19. 冠心病患者如何安全过冬?	60
20. 什么情况下需要介入治疗?	61
21. 介入治疗可以带来哪些益处?	61
22. 介入治疗前应做哪些准备?	61
23. 什么是药物洗脱支架?	61
24. 国产支架好还是进口支架好?	61
25. 支架在体内会移动或脱落吗?	62
26. 植入的支架是否需要再取出?	62
27. 植入支架后可以乘坐飞机吗?	62
28. 植入支架后可以做磁共振检查吗?	62
29. 植入支架后冠心病就彻底治愈了吗?	63
30. 冠状动脉搭桥手术和介入治疗有什么不同?	64

附录

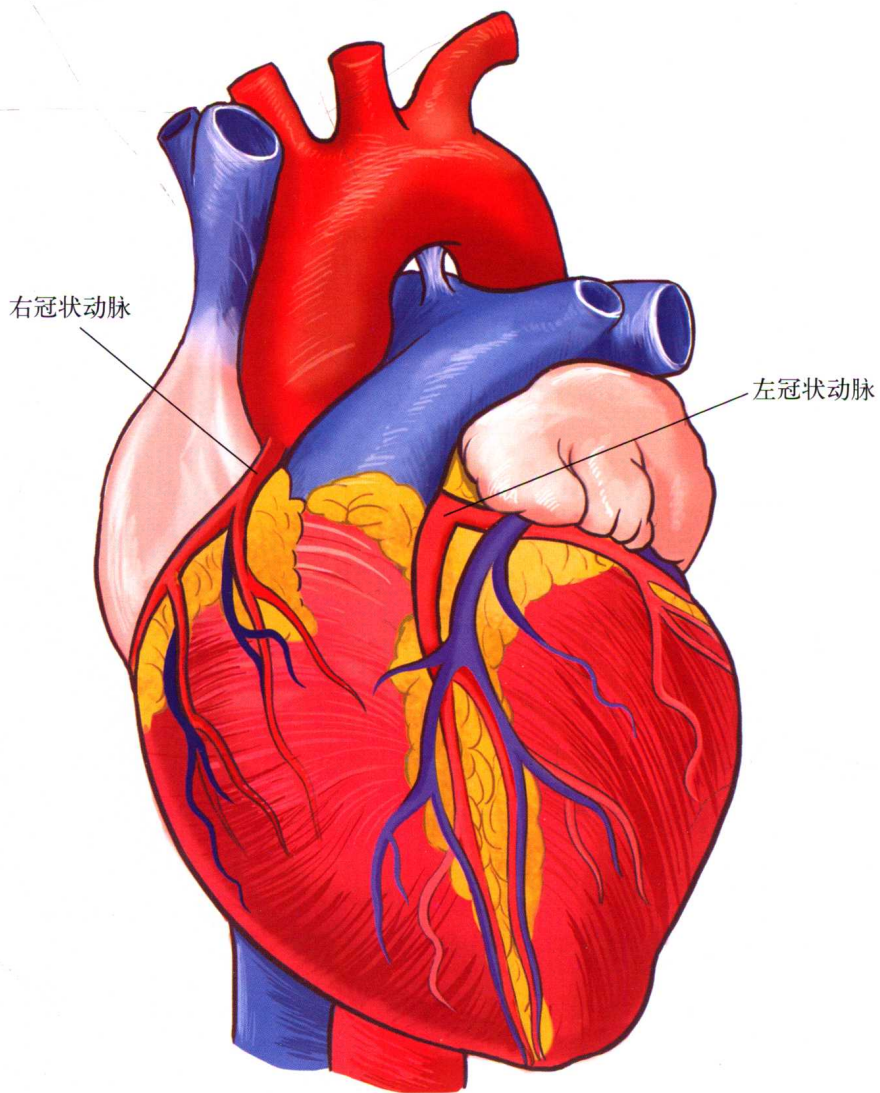
一 健康的标准 (10 条)	67
二 中国居民膳食指南内容摘要	68
三 心理年龄标准自测表	70
四 心理平衡十要诀	73
五 体重指数 (BMI)	74



冠心病的基本常识

- 什么是冠状动脉
- 什么是冠状动脉粥样硬化
- 什么是冠心病
- 冠心病的常见危险因素
- 冠心病的常见临床表现
- 冠心病的常见类型
- 冠心病的临床常规检查

— 什么是冠状动脉

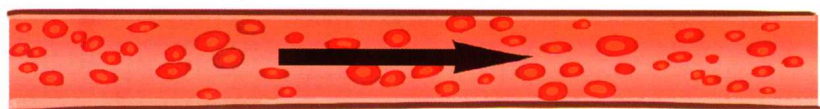


心脏的形状如一倒置的、前后略扁的圆锥体。如果把心脏比作人的头部，那么环绕心脏一周的冠状动脉恰似头上的一项王冠，这就是冠状动脉名称的由来。

心脏通过动脉输出血液（含氧气），静脉回收血液（含二氧化碳）的方式，24小时不间断地为人体所有器官提供血液，维持生命。同时，心脏也需要血液供应，以维持其有节奏地搏动，而维持心脏正常运转的动脉就是“冠状动脉”。

二 什么是冠状动脉粥样硬化

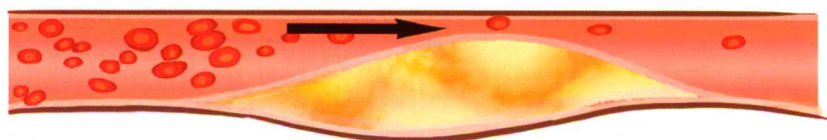
正常情况下，冠状动脉壁内层光滑，管壁有弹性，血液畅通无阻。如果血液中脂质含量长期过高，脂质会逐渐沉积在动脉壁表面，腐蚀动脉壁，使动脉弹性减小，通道变窄，阻碍血液流动。这些沉积的脂质看起来像是小米粥一样，被称作“粥样硬化”。



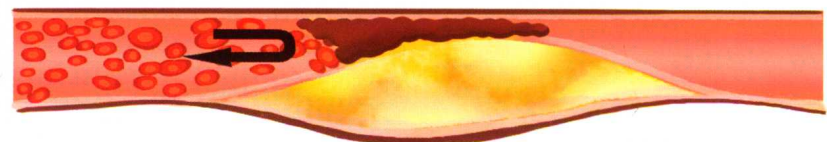
正常冠状动脉



脂质沉积，动脉粥样硬化形成



血管变狭窄，阻碍血流



冠状动脉粥样硬化伴血栓形成

三 什么是冠心病

冠心病是冠状动脉粥样硬化性心脏病的简称，是由于冠状动脉粥样硬化使血管腔狭窄或阻塞，或（和）因冠状动脉功能性改变（痉挛）导致心肌缺血缺氧或坏死而引起的心脏病，亦称缺血性心脏病。

四 冠心病的常见危险因素

1. 家族遗传因素

有早发心血管病家族史（父亲在 55 岁前或母亲在 65 岁前曾患有冠心病）的人可能更容易发病。



2. 年龄

40 岁后冠心病发病率逐年升高。

3. 性别

女性绝经期前发病率低于男性，绝经期后与男性相同。

4. 饮酒

饮酒与冠心病的关系尚未完全阐明。部分研究显示轻度饮酒时发生冠心病的危险性稍低于不饮酒者，而过度饮酒则可增加患冠心病的风险。



5. 吸烟

烟草的烟雾中含有 7000 多种化学物质，其中数百种是具有毒性的，对吸烟者的血管内膜会造成损害，加之其他冠心病危险因素的存在，进而引起心脏的冠状动脉粥样硬化，最终导致冠心病的发生。吸烟者患冠心病的概率高于不吸烟者。

6. 心理因素

现代社会快节奏的生活方式和职场压力使冠心病的发病年龄趋向年轻化。

7. 高血压

高血压会损伤血管，增加心脏负荷，导致心肌肥厚，心脏增大，这些改变会影响心脏的正常工作，促进冠心病的形成和发展。大量研究表明，不论何种原因的高血压，均会加速和加重冠状动脉粥样硬化。随着收缩压或（和）舒张压水平的增高，心绞痛、心肌梗死或冠心病猝死的发病率也明显增加。