

常见慢性病
防治指南丛书

张红星 龚洁◎总主编

GUANXIN BING
FANGZHI ZHINAN

冠心病

防治指南

龚洁◎主编

CHANGJIAN
MANXING BING
FANGZHI ZHINAN CONGSHU

常见慢性病
防治指南丛书

张红星 龚洁◎总主编

GUANXIN BING
FANGZHI ZHINAN

冠心病

防治指南

龚洁◎主编

CHANGJIAN
MANXIN
FANGZHI ZHINAN

图书在版编目 (CIP) 数据

冠心病防治指南 / 龚洁主编. — 武汉: 湖北科学技术出版社, 2012. 11 (2013. 3, 重印)

(常见慢性病防治指南丛书 / 张红星, 龚洁总主编)

ISBN 978-7-5352-5286-9

I. ①冠… II. ①龚… III. ①冠心病—防治—指南

IV. ①R541. 4-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 262416 号

策 划: 陈兰平

责任编辑: 陈逸夫

封面设计: 戴 旻

出版发行: 湖北科学技术出版社

电 话: 027-87679439

地 址: 武汉市雄楚大街 268 号

邮 编: 430070

(湖北出版文化城 B 座 13-14 层)

网 址: <http://www.hbstp.com.cn>

印 刷: 湖北恒泰印务有限公司

邮 编: 430220

880×1230 1/32

5.5 印张

98 千字

2012 年 11 月第 1 版

2013 年 3 月第 2 次印刷

定 价: 15.00 元

本书如有印装质量问题 可找本社市场部更换

序言

心脑血管疾病、糖尿病、慢性呼吸系统疾病、恶性肿瘤等慢性病具有罹患人群广、病程长、致死致残率高等特点，已经成为威胁人们健康和生命的重大慢性病。然而与之不相适应的是，人群对这类疾病的知晓率、控制率较低，相当一部分患者因为没有早期发现，或者发现后没有进行规范的治疗而出现严重的并发症，甚至导致残疾和死亡，给患者、家庭及社会带来沉重的负担。

为此，我们组织从事临床医学、预防医学和护理学等方面的专家，在参阅大量国内外权威研究资料和最新研究成果的基础上，结合自己长期医疗实践，设计和编写了这套慢性病防治指南系列丛书。希望通过此套丛书，使广大读者了解慢性病的相关知识，提高自我管理健康的能力，有效地预防和控制慢性病的健康危害。同时，也希望通过此书，更新基层医务人员知识，提高其对常见慢性病的预防和诊疗水平，帮助更多的患者认识并正确面对自身的疾病，改善生命质量，过上健康的生活。

《常见慢性病防治指南丛书》共分六本，包括《高血

压病防治指南》、《糖尿病防治指南》、《冠心病防治指南》、《脑卒中防治指南》、《慢性阻塞性肺疾病防治指南》和《骨质疏松症防治指南》，系统地介绍了这六种常见慢性病的基本知识、预防知识、治疗知识和护理知识。它打破了传统的教科书的书写模式，将预防与治疗相结合、理论与实践相结合，采用通俗易懂的语言，为广大读者提供了一套全面、系统的学习疾病知识的普及读物。此外，该丛书对于从事慢性病预防和临床的专业技术人员和管理人员，也将具有较好的参考和指导作用。

张红星

2012年11月于武汉

目 录

知 识 篇

1. 心脏是怎么工作的? (3)
2. 心脏是如何保持自己的工作节律的? (4)
3. 什么是冠状动脉? (5)
4. 冠状动脉是如何给心脏供血的? (6)
5. 什么是冠状动脉的侧支循环? (6)
6. 什么是动脉粥样硬化? 它是怎么形成的? (7)
7. 粥样硬化的好发部位在哪? (8)
8. 什么是冠心病? (9)
9. 什么是冠状动脉痉挛? 与冠心病有什么关系?
..... (10)
10. 冠心病有哪些类型? (10)
11. 什么是心绞痛? 有哪些类型? (11)
12. 为什么会出现心绞痛? (12)
13. 什么是心肌梗死型冠心病? 是如何发生的?
..... (13)
14. 为什么冠心病可能出现心力衰竭和心律失常?
..... (13)

15. 为什么冠心病患者会发生猝死? (14)
16. 为什么有的冠心病是没有症状的? (14)
17. 胸口痛就一定是心绞痛吗? (15)
18. 心肌梗死型冠心病有哪些症状? (16)
19. 急性心肌梗死的预后如何? (17)
20. 冠心病可能会造成哪些严重后果? (18)
21. 为什么老年人容易患冠心病? (19)
22. 冠心病与性别有关系吗? (19)
23. 冠心病会遗传吗? (20)
24. 超重与肥胖的人更容易患冠心病吗? (20)
25. 为什么吸烟的人容易得冠心病? (21)
26. 冠心病与高脂血症有关系吗? (23)
27. 为什么高血压患者容易得冠心病? (23)
28. 为什么糖尿病患者容易得冠心病? (24)
29. 情绪与冠心病有关系吗? (25)
30. 性格与冠心病有关系吗? (26)
31. 为什么缺乏运动的人更容易患冠心病? (27)

预 防 篇

32. 为什么冠心病要重在预防? 什么是冠心病的
三级预防? (31)
33. 冠心病的一级预防包括哪些方面? (31)
34. 为什么冠心病的预防要从年轻人开始? (33)

35. 儿童青少年预防冠心病应该注重哪些方面?
..... (33)
36. 中年时期为什么是预防冠心病的关键时期?
..... (35)
37. 冠心病的二级预防是什么? (36)
38. 冠心病的第三级预防包括哪些方面? (37)
39. 冠心病发生的早期征兆有哪些? (37)
40. 急性心肌梗死的早期信号有哪些? (38)
41. 哪些因素可能会诱发心绞痛或心肌梗死? (39)
42. 冠心病加重的信号有哪些? (40)
43. 冠心病患者为什么要遵循健康的生活方式?
..... (41)
44. 什么是健康的生活方式? (42)
45. 冠心病病人合理膳食的原则是什么? (42)
46. 平衡膳食指什么? (43)
47. 怎么安排一天的食物? (44)
48. 冠心病患者每日的食盐摄入量标准是什么?
..... (46)
49. 达到食盐摄入量标准有什么窍门? (46)
50. “控盐”仅仅减少食盐就可以了吗? (48)
51. 食物中的脂肪有哪些种类? 哪些食物含脂肪
较多? (49)
52. 怎样做到低脂饮食? (51)

53. 哪些方法可以减少油脂的摄入? (52)
54. 为什么冠心病患者要避免饱餐? (52)
55. 摄入维生素 E 对冠心病患者有什么好处? (54)
56. 为什么冠心病患者需要保证维生素 C 的摄入?
..... (55)
57. 为什么冠心病患者也需要做运动? (56)
58. 哪些冠心病患者适宜做运动? 哪些患者不适合?
..... (57)
59. 冠心病患者适宜的运动有哪些? (57)
60. 冠心病患者运动时应注意哪些事项? (58)
61. 冠心病患者什么时间运动最合适? (60)
62. 气候恶劣时冠心病病人也应坚持运动吗? (61)
63. 气候恶劣时冠心病病人如何运动? (61)
64. 冠心病患者应避免哪些运动? (62)
65. 为何冠心病患者应尽量将体重保持在正常范围内?
..... (64)
66. 什么是体重指数? 如何判断自己是超重或肥胖?
..... (64)
67. 冠心病患者该如何控制体重? (65)
68. 冠心病患者应该戒烟吗? 该如何戒烟? (67)
69. 冠心病患者可以喝酒吗? (68)
70. 为什么冠心病患者要尽量避免情绪波动? (69)
71. 冠心病患者应注意的心理问题有哪些? (69)

72. 冠心病患者如何放松心情, 保持乐观? (70)

治 疗 篇

73. 冠心病患者需要做哪些检查? (75)
74. 什么是心电图? (77)
75. 心电图产生的原理是什么? (77)
76. 心电图由哪些波组成? (78)
77. 心绞痛在心电图上有哪些改变? (80)
78. 急性心肌梗死在心电图上有哪些改变? (80)
79. 什么是普蔡洛尔实验? (81)
80. 为什么有些冠心病患者需要做心电图负荷试验?
..... (82)
81. 什么是动态心电图? (83)
82. 动态心电图对冠心病有什么诊断作用? (83)
83. 什么是超声心动图? (83)
84. 什么是彩色多普勒血流显像? (84)
85. 超声波原理是什么? (85)
86. 超声心动图如何评价冠心病患者心脏功能?
..... (85)
87. 什么是血管内超声? (86)
88. 超声心动图对于冠心病诊断有什么作用? (86)
89. 何谓负荷超声心动图? (87)
90. 超声心动图对心肌梗死有何诊断意义? (88)

91. 核素心肌显像检查的原理是什么? (89)
92. 什么是冠状动脉造影检查? (89)
93. 冠状动脉造影检查是否安全? (90)
94. 冠脉造影对冠状动脉狭窄诊断的意义大吗?
..... (90)
95. 哪些冠心病病人需要进行冠状动脉造影检查?
..... (91)
96. CT 对于冠心病的诊断有什么作用? (92)
97. 核磁共振对于冠心病的诊断有什么作用? (92)
98. 心梗后用磁共振技术 (MR) 能判断心肌存活性吗?
..... (93)
99. 急性冠状动脉综合征指什么? 如何治疗? (93)
100. 哪些疾病可以引起心绞痛发作? (94)
101. 冠心病不稳定心绞痛是如何发病的? (95)
102. 影响心绞痛预后的因素有哪些? (95)
103. 劳力型心绞痛发作时怎么办? (96)
104. 哪些病人需要进行心肌血清酶学检查? (96)
105. 检查出患有冠心病该怎么办? (97)
106. 冠心病的治疗方法有哪些? (98)
107. 冠心病的最适药物治疗有哪些? (98)
108. 为什么非药物治疗对于冠心病病人也非常重要?
..... (99)
109. 冠心病常用的药物有哪些? (99)

110. 什么是硝酸酯类药物？有什么作用？ (101)
111. 硝酸酯类药物有哪些副作用？ (102)
112. 如何正确使用硝酸酯类药物？ (102)
113. 硝酸酯类药物为什么不宜长期使用？ (103)
114. 心绞痛发作时使用硝酸甘油需注意什么？ (104)
115. 什么是钙通道拮抗剂？有什么作用？ (105)
116. 钙通道拮抗剂有哪些副作用？ (105)
117. 抗血小板药物和抗凝药物有哪些？有什么作用？
..... (106)
118. 冠心病病人应如何选择抗血栓药物？ (106)
119. 为什么有些冠心病病人需要长期服用阿司匹林？
..... (107)
120. 阿司匹林有哪些基本作用？ (107)
121. 阿司匹林常见的不良反应有哪些？ (108)
122. 什么是 β -受体阻滞剂？有什么作用？ (108)
123. β -受体阻断药主要用于治疗哪些心血管系统疾病？
..... (108)
124. 冠心病病人长期服用 β -受体阻滞剂后停药为何
会发生停药综合征？ (109)
125. β -受体阻滞剂的不良反应有哪些？ (109)
126. 什么是血管紧张素转换酶抑制剂和血管紧张素
受体拮抗剂？有什么作用？ (110)
127. 血管紧张素转换酶抑制剂和血管紧张素受体拮

- 抗剂有什么副作用? (111)
128. 调脂药物有哪些? (112)
129. 为什么冠心病病人需要使用调脂药物进行治疗?
..... (112)
130. 常用的调脂药物有哪些副作用? (113)
131. 降脂药物与哪些药物合用时有影响? (114)
132. 冠心病病人可以选用的中药有哪些? (115)
133. 冠心病病人什么时候吃药效果最佳? (116)
134. 冠心病病人用药有哪些禁忌? (116)
135. 冠心病病人症状缓解, 可以随便停药吗? (117)
136. 冠心病病人可以自行换药吗? (118)
137. 药物储存应注意哪些方面? (118)
138. 没有症状的冠心病病人需要治疗吗? (118)
139. 什么是冠心病的介入治疗方法? (119)
140. 介入治疗有什么优缺点? (119)
141. 介入治疗安全吗? (120)
142. 介入治疗使用的支架寿命是否有限? (120)
143. 什么是冠状动脉搭桥手术? (121)
144. 冠状动脉搭桥术有什么优缺点? (122)
145. 冠状动脉搭桥术中的“桥”从何而来? (122)
146. 哪些冠心病病人需要做冠状动脉搭桥术? (122)
147. 冠状动脉搭桥术风险大吗? (123)
148. 冠状动脉搭桥术预后如何? (125)

149. 合并高血压的冠心病病人应如何降压? (126)
150. 冠心病合并糖尿病病人应如何治疗? (127)
151. 糖尿病病人易合并冠心病的可能原因是什么?
..... (128)
152. 如何判断冠心病患者发生心力衰竭? (128)

护 理 篇

153. 冠心病患者出现严重心律失常如何急救? (133)
154. 心肺复苏指什么? (134)
155. 如何进行有效的心肺复苏? (134)
156. 冠心病患者家中突发心绞痛, 应如何处理?
..... (135)
157. 在家里应怎样急救急性心肌梗死患者? (136)
158. 冠心病患者发生急性左心衰后如何实施家庭救治?
..... (137)
159. 为何急救时忌背送冠心病患者? (138)
160. 冠心病患者家中应常备的急救药物有哪些?
..... (139)
161. 冠心病患者应随身携带的药物有哪些? (140)
162. 冠心病发作时应怎样使用保健药盒自救?
..... (141)
163. 急性心肌梗死患者如何在家进行康复治疗?
..... (142)

164. 急性心肌梗死后，患者需要进行哪些康复训练？
..... (144)
165. 冠状动脉搭桥术后应如何护理？ (145)
166. 使用支架进行介入治疗后应如何护理？ (147)
167. 气候变化对冠心病患者有什么影响？ (148)
168. 冠心病病人应如何过冬？ (148)
169. 冠心病患者的起床步骤是什么？ (149)
170. 为什么说冠心病患者起床后最好喝一杯温开水？
..... (150)
171. 冠心病患者应如何喝水？ (151)
172. 冠心病患者可以饮茶吗？ (151)
173. 为什么冠心病患者爱出汗？ 应该怎么处理？
..... (152)
174. 冠心病患者应该睡午觉吗？ (153)
175. 冠心病患者正确的睡姿应该是怎么样的？ (154)
176. 冠心病患者上厕所时应注意哪些方面？ (154)
177. 为什么冠心病患者要预防便秘？ (155)
178. 冠心病患者应如何预防便秘？ (155)
179. 冠心病患者洗澡时应注意哪些方面？ (156)
180. 冠心病患者外出旅游时应注意什么？ (157)
181. 冠心病患者看电视时应注意什么？ (158)
182. 冠心病患者坐飞机时应注意哪些方面？ (159)
183. 应如何对冠心病患者进行心理护理？ (160)

知识篇

