



食 疗



音乐疗法



调 养

冠心病

的

诊疗与保健



秘方偏方



护理与康复



诊 疗



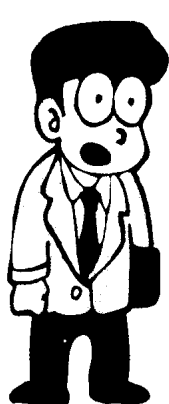
气功疗法

蓝天出版社



冠心病的诊疗 与保健

主 编：秦亚刚 韩育民
副主编：朱媛媛 宋 颖
编 委：谭建民 曲 洪
 杨玉龄 刘晓晨
 曹志平



蓝天出版社

图书在版编目(CIP)数据

冠心病的诊疗与保健/秦亚刚、韩育民主编. —北京:蓝天出版社, 2002. 8

ISBN 7-80158-233-0

I. 冠... II. ①秦... ②韩... III. ①冠心病—诊疗 ②冠心病—保健 IV. R541.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 042297 号

冠心病的诊疗与保健

主 编 ☐ 秦亚刚 韩育民

出版发行 ☐ 蓝天出版社

印 刷 ☐ 北京柯蓝博泰印务有限公司

开 本 ☐ 850×1168 毫米 1/32

字 数 ☐ 170 千字

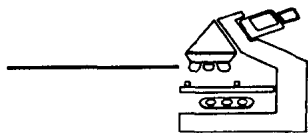
印 张 ☐ 9 印张

印 数 ☐ 8000 册

出版日期 ☐ 2002 年 8 月第 1 版 2002 年 8 月第 1 次印刷

书 号 ☐ ISBN 7-80158-233-0/Z·84

定 价 ☐ 13.80 元



前言

随着物质生活水平的日益提高，大家对自己身体健康状况的关注也越来越多，一旦患上某种疾病，病人都希望对自己的病情有个基本的了解，更希望能通过各种自然疗法或非药物疗法让自己的病情得到控制并逐渐痊愈。

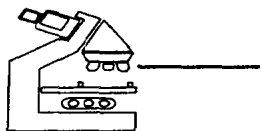
让普通大众了解最新的医学成果，掌握与疾病作斗争的最新的 ways 方法，是每一个医务工作者应有的道义和良知。正是基于这种目的，我们组织了一批医学专家，编写了这套“家庭科学医疗丛书”。

这套书共十本，分别就目前的十大常见疾病，即糖尿病、冠心病、高血压、风湿病、中风病、肝脏病、肾脏病、肥胖病、胃病、妇科病，作了系统而又通俗的介绍。

本书的编写尤其注重面向普通大众，即把读者对象定位在患者、患者家属，而不是专业医生，所以对于病情诊断方面我们尽量做到深入浅出，对于治疗方面倾向于重点介绍家庭疗法、自然疗法、家庭保健、日常护理、调养与康复、食疗、预防、秘方偏方、常用药物精选等。

食疗方面，我们力争收集到最有效实用的食疗配方，并把经患者试用后反应最为良好的配方推荐给读者；





前 言

预防方面，我们把每一项预防措施点到实处，注重可操作性，不去讲空洞的理论；

秘方偏方，科学性和实用性并重，方不求多而求精；

常用药物方面，我们把经临床试用效果好的老药品作重点介绍，同时不忘把最新研制的药品介绍给大家。

这套丛书各分册的编写人员均是该专科的研究专家和始终工作在第一线的主治医生及专业护理人员，他们不仅了解最新研究成果，同时具备最丰富的临床治疗和康复经验，业务的精通和良好的医德让他们在编写本套丛书时力求让每位患者和患者家属从中找到自己最需要的东西。

但是，因为每个人身体情况不同，具体治疗方案也应不同，因此，在您决定开始运用本书的某些疗法之前，最好先向您的经治医生咨询其可行性，以免出现“尽信书不如无书”的状况。需要特别强调的是，凡本书中涉及的处方药一定要在您的经治医生指导下才能用药。

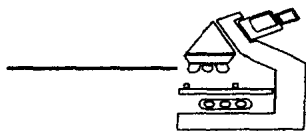
解放军空军司令部门诊部的朱媛媛医生与空军总医院的宋颖医生为本丛书的出版给予了大力的支持与帮助，在此特向她们表示衷心的感谢。

当然，由于时间仓促，更由于医疗科技的飞速发展，本丛书还会有不少不足之处，敬请广大同仁和读者批评指正。

编 者

2002 年4月





第一章 冠心病的基本知识 1

第一节 心脏的结构 3

一、心脏的位置和形状 3

二、心脏的结构 3

三、心脏的传导系统 4

四、血管系统及血液循环 5

五、心脏的神经支配 6

六、心率、心律、心音和血压 7

七、心血管系统的功能 8

八、冠状动脉及其侧支循环 9

第二节 冠心病的成因 11

一、冠心病的发病基础 12

二、冠心病的易患因素 19

第二章 冠心病的中西医分类与临床表现 23

第一节 冠心病的中医临床分类 25

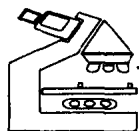
一、胸痹心痛症 25

二、真心痛(厥心痛) 26

三、心悸 27

四、心衰 28





第二节 冠心病的西医临床分类	30
一、隐匿型冠心病	30
二、心绞痛	30
三、心肌梗死	34
四、心力衰竭	35
五、心律失常	36
六、原发性心脏骤停	36
七、缺血性心肌病	36
第三节 冠心病的临床表现	37
一、隐匿性冠心病	37
二、心绞痛	38
三、心肌梗死	40
四、心律失常的临床表现	44
五、心衰的临床表现	45
六、缺血性心肌病的临床表现	48

第三章 冠心病的中医治疗 49

第一节 心绞痛的中医辨证治疗	51
一、急性发作期治疗	51
二、缓解期中医辨证治疗	59
三、稳定期的治疗	64
四、胸痹单验方	66
第二节 心悸中医治疗	68





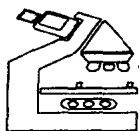
一、心脉瘀阻	68
二、水饮凌心	69
三、心虚胆怯	69
四、心脾两虚	70
五、心阴亏虚	71
六、心肾阳虚	71
七、痰热扰心	72
第三节 真心痛的中医治疗	73
一、急性发作期的中医急救治疗	73
二、真心痛的中医辨证治疗	75
第四节 心衰的中医辨证治疗	78
一、痰饮阻肺	79
二、阳虚水泛	79
三、气虚血瘀	80
四、心肾阳虚	81
五、气阴双虚	81
六、心阳虚脱	82

第四章 冠心病的西医疗法

83

第一节 隐性冠心病	85
第二节 心绞痛	87
第三节 心肌梗塞	93
第四节 心律失常	100



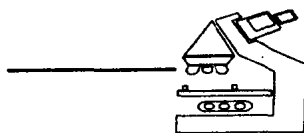


第五节 心力衰竭.....	102
---------------	-----

第五章 冠心病的非药物治疗法.....	107
---------------------	-----

第一节 心理疗法.....	109
一、冠心病心理疗法的基本方法	109
二、冠心病的心理疗法	110
第二节 气功疗法.....	115
一、气功治疗冠心病的原理	116
二、气功练习要领.....	116
三、冠心病常用的气功疗法	118
第三节 运动疗法.....	123
一、冠心病的运动疗法	124
二、运动量的掌握与注意事项	132
第四节 刮痧疗法.....	133
一、刮痧疗法防治冠心病的作用原理	134
二、刮痧的部位、工具和材料	134
三、刮痧的手法及要求	135
四、冠心病的刮痧疗法	136
五、刮痧疗法注意事项	136
第五节 音乐疗法.....	138
一、音乐对防治冠心病的作用	138
二、冠心病的音乐疗法	139
三、音乐疗法注意事项	141





第六章 冠心病人的护理与调养 143

第一节 住院病人的护理与康复 145

一、不稳定性心绞痛的护理与康复 145

二、急性心肌梗塞的护理与康复 149

第二节 冠心病的一般调养法则 155

一、生活起居宜忌 155

二、精神调养 160

三、服药方法 168

第七章 冠心病的预防 173

一、膳食 175

二、戒烟 178

三、控制血压 179

四、控制血糖 180

五、防止过度疲劳 181

六、讲究精神卫生 181

七、气功健身 182

八、饮茶与饮酒 182

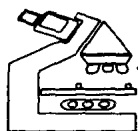
九、春季防病 183

十、冬季防病 183

十一、不宜饱餐及饱餐后沐浴 183

十二、坚持服药 184





十三、减肥	184
十四、避免紧张压力	184
十五、补充营养素	185

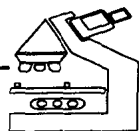
第八章 冠心病的食疗 187

第一节 冠心病食疗的基本原则	189
第二节 冠心病的饮食疗法	191
一、茶饮	191
二、酒饮	193
三、菜肴	196
四、羹汤	203
五、粥膳	207
第三节 冠心病患者的饮食忌宜	212

第九章 常用药物精选 215

第一节 常用西药简介	217
一、血管扩张剂	217
二、钙拮抗剂	218
三、 β -肾上腺素能受体阻滞剂	221
四、抗心律失常药	223
五、抗血小板药	227
六、营养心肌药	228





七、调血脂药	230
第二节 常用中成药简介	231
一、以活血行气为主的中成药	231
二、以养心通脉为主的中成药	237
三、以强心定律为主的中成药	240
四、以调降血脂为主的中成药	241
五、冠心病常用中药注射剂	242
第三节 常用中药简介	245
一、活血化瘀药	245
二、化痰祛湿药	247
三、祛寒行气药	248
四、安神开窍药	250
五、补益药	252
六、其他中药	256

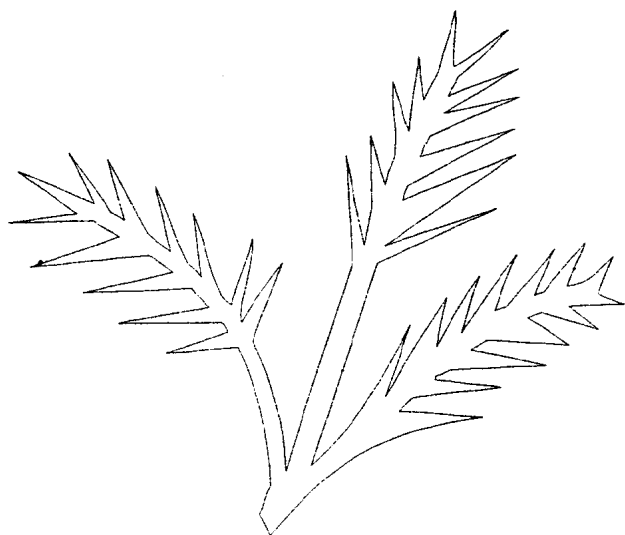
第十章 冠心病秘方精选	259
-------------------	-----

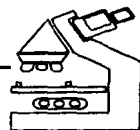


第一章

冠心病的基本知识

- ☆ 心脏的结构
- ☆ 冠心病的成因





第一节 心脏的结构

一、心脏的位置和形状

心脏的外形近似前后略扁的倒立的圆锥形,心底宽而朝右上方,心尖朝左下方,大约三分之二的的心脏位于胸骨中线的左侧,三分之一在右侧。心脏的大小因年龄不同而异,大约与本人右手握拳的大小一样,成人心脏重量约260克左右。心脏位居胸腔纵膈内,裹以心包,于胸骨和第2-6肋骨后方,其后与支气管、食管、迷走神经和胸主动脉为邻,两侧是肺脏,因而心脏受到良好的保护。心脏的外面包有两层很薄而光滑的膜,其中一层紧贴心脏的表面,两层膜之间有一密闭的腔隙,内含有少量的心包液。膜有保护心脏不致过度扩张的功能,而心包液则在心脏跳动时起着润滑作用,减少心脏跳动的摩擦和阻力。

3

二、心脏的结构

心脏的外表看起来较简单。前面主要由右心室的前部形成,其左为左心室,其右为右心室。心脏的后面主要为左心房和右心房,心尖部则完全由左心室构成。心底部是大血管





出入处。

就心脏的内部结构而言，情况则复杂得多。心脏的内部由间隔分为四个大小不等的腔，按照血液循环分为左心房，左心室及右心房和右心室，房和室之间有房室口相通，而在房之间、室之间正常时互不相通，分别有房间隔和室间隔。房室间隔将心脏分为左右两半，习惯上称为左、右心，左心内容为动脉血，右心内容为静脉血。右心房接受上腔及下腔静脉来的血液，并在后部接受冠状静脉来的血液。左心房位于心脏后面的中部，它接受左右肺静脉的血液，两个心室与相应的心房之间有房室口相沟通，每个房室孔都有瓣膜装置，左侧的有两个瓣叶，称为二尖瓣；右侧有三个瓣叶，称为三尖瓣。每个瓣膜之下都有腱索及乳头肌与心室壁相连。左心室连接主动脉，右心室连接肺动脉，这两个动脉的开口处都有称为半月瓣的瓣膜控制开和关。心房接受心外血管回流的血液（由全身静脉及冠状静脉回流的静脉血入右心房，由肺静脉回流的经氧合的动脉血入左心房），然后经瓣膜入心室，左右心室则用强大的收缩力将血液泵入外周动脉及肺动脉，正是由于瓣膜的单向开放只允许心房血液流向心室，不让心室的血液倒流回心房，从而保证了血液循环的正常流动。外周动脉的阻力比肺动脉大，所以左心室肌肉需要做更大的功才能满足血液流动的需要，因此左心室壁比右心室壁更厚些。

三、心脏的传导系统





心脏自身有一种特殊的自律性,其内部存在着全身其他器官所不具备的一种自律细胞,不需任何外来刺激或神经刺激就能够自动地有节律地发出一股股微电流,刺激心肌收缩而产生跳动。心脏的这种自律细胞集在上腔静脉的入门处,这种自律细胞集中的部位称为窦房结,它是心脏的最高起搏点,由它发出的冲动经结间束到达房室结,房室结又向下发出一条传导路称为房室束,房室束继续分出左右两个束支,束支又不断的分支,最后小的分支像网一样互相交织,终止于心肌内,这种像树根样分布于心肌内的结构就是心脏的传导系统,包括上述的窦房结、结间束、房室结、房室束、左右束支及蒲肯野氏纤维等,它的功能就是产生并维持心脏的正常节律,以保证心房与心室收缩、舒张的固有的节律。正常的心脏跳动称为窦性心律,是由窦房结发出通过上述通道一级一级传递到达心肌,在上述传导系统的任何一部分发生了异常,都可引起心跳的不规律,这就是所谓心律失常,严重的心律失常可危及生命。

四、血管系统及血液循环

血管系统遍布全身,靠这些密闭的管道,心脏才能将血液泵到各个组织和器官,同时全身各处的血液才能返回到心脏。血管系统分为动脉、静脉和毛细血管。输送新鲜的含有较多氧气的血液离开心脏的血管称为动脉,而输送经过身体利用后的含有较多二氧化碳的血液返回到心脏的血管称为静脉。动脉血鲜红,静脉血呈暗红色,但对于肺动静脉却是个

