



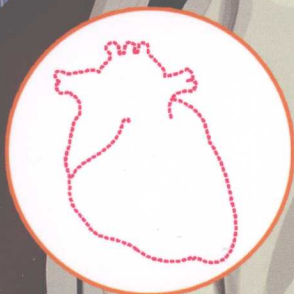
呵护健康系列

Safeguarding Your Health Series

呵护 心脏

心脏病防治与自救

杨新春 丁泉伟 王乐丰 编著



人民卫生出版社

PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE



呵护健康系列

Safeguarding Your Health Series

呵护 心脏

心脏病防治与自救

杨新春 丁泉伟 王乐丰 编著



人民卫生出版社

(此书系郑希哲博士主持编写)

图书在版编目 (CIP) 数据

呵护心脏 心脏病防治与自救/杨新春等编著. —北京: 人民卫生出版社, 2008.3

(呵护健康系列)

ISBN 978-7-117-09665-2

I. 呵… II. 杨… III. 心脏血管疾病—防治
IV. R54

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 193929 号

呵护健康系列

呵护心脏

心脏病防治与自救

编 著: 杨新春 丁泉伟 王乐丰

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

网 址: <http://www.pmph.com>

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 北京汇林印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 705×1000 1/16 印张: 19

字 数: 319 千字

版 次: 2008 年 3 月第 1 版 2008 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-09665-2/R·9666

定 价: 29.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)



前言

心血管疾病目前已经成为威胁人类健康的三大杀手之一。心血管疾病的有效防治已经成为全人类必须面对的课题。

在众多的心血管疾病中，有些是不可预防的，但是有相当多的心血管病是可以通过改变我们的生活方式和健康保健得到有效预防的。如何降低心血管疾病的发生率、如何减少心血管病的并发症、如何降低心血管病的致残率和死亡率，是百姓和医务工作者共同努力的方向。

本书以深入浅出的语言介绍了常见心血管疾病的危险因素、临床表现、治疗措施、预防措施和自我保健措施，对提高人们的公众健康意识和健康水平有着重要的意义。

希望本书的面世，能够帮助广大患者了解和认识心血管疾病，提高防治疾病的意识，坚定战胜疾病的信心，为人民群众的健康生活保驾护航。

杨新春 丁泉伟 王乐丰
2007年10月于北京朝阳医院



目录

一 心脏与血管的一般知识

1. 您知道心脏结构和机械功能的奥秘吗/1
2. 心脏的电活动是怎样调控的/2
3. 为什么说心脏泵血功能非常重要/2
4. 您知道血管有几类吗/3
5. 不同种类血管的功能有何区别/3
6. 您是否了解什么是“大循环”和“小循环”/5
7. 您知道供应心脏营养的血管有哪些/5
8. 冠状动脉是怎样分布的/5
9. 冠状动脉的分支供应心脏哪些部位的血液呢/6
10. 冠状动脉之间是怎样联系的/7

二 常见心脏病的危险因素

1. 血栓是怎么回事/8
2. 您知道自己是否有易患冠心病的因素吗/8
3. 为什么冠心病的防治重在预防/9
4. 冠心病的一级预防是什么意思/10
5. 冠心病的二级预防是什么意思/10
6. 冠心病病人为什么要长期服用阿司匹林/11
7. 男女患冠心病的几率有差别吗/11
8. 什么是高脂血症/11
9. 脂质代谢异常有哪些类型/12
10. 哪些因素容易导致脂质代谢异常/12
11. 脂质代谢异常与冠心病有关吗/13
12. 如果您得了高脂血症怎么办呢/13

13. 性格与冠心病有关吗/14
14. 吸烟能引发冠心病吗/15
15. 饮酒能诱发冠心病吗/15
16. 继发于慢性酒精中毒的心肌损伤患者有哪些表现/16
17. 饮酒可以引起哪些常见的心律失常/16
18. 何时怀疑酒精性心肌病/16
19. 缺乏体力劳动可以引起冠心病吗/17
20. 您是否知道肥胖与冠心病有关/17
21. 高血压有危险吗/18
22. 您是否知道高血压是引起冠心病的危险因素/18
23. 糖尿病可以引发冠心病吗/19
24. 什么是代谢综合征/19
25. 第三次成人控制胆固醇教育计划如何对血脂分类/20
26. 自我防护的目的是什么/20
27. 如何了解和降低心脏病的风险/21

三 妊娠与心血管疾病

1. 正常怀孕时心血管生理会发生哪些改变/22
2. 孕妇的健康状况对胎儿有影响吗/22
3. 什么是妊娠高血压综合征，什么是妊娠合并慢性高血压，什么是妊娠前高血压状态合并妊娠高血压综合征/23
4. 围生期心肌病是怎么回事/23
5. 正常怀孕中出现的哪些表现与心血管疾病相类似/23
6. 哪些心脏病人可以怀孕/24
7. 哪些心脏疾病应避免怀孕/24
8. 怀孕期间能用治疗心血管病的药物吗/24

四 高血压

1. 血压是怎么回事/25
2. 为什么血压很重要呢/26
3. 收缩压、舒张压、平均动脉压和脉压是什么意思/26
4. 哪些常见疾病可以引起脉压异常呢/27



5. 您是否知道有哪些因素可以影响动脉血压/27
6. 高血压的最新诊断标准是什么/28
7. 血压的两种计量单位怎样换算呢/28
8. 怎样正确测量血压/29
9. 动态血压监测是怎么回事/30
10. 血压高就是高血压病吗/30
11. 一次血压高能诊断为高血压病吗/31
12. 儿童和青少年也可以得高血压吗/31
13. 单纯收缩期高血压是怎么回事/31
14. 老年人假性高血压是什么意思呢/32
15. 绝经期高血压是怎么回事呢/32
16. 什么是波动性高血压/33
17. 什么是潜在性高血压/33
18. 什么是医源性高血压/33
19. “白大衣高血压”是怎么回事/34
20. 什么是高原性高血压/34
21. 您什么情况下要怀疑自己得了高血压病呢/35
22. 高血压病人为什么会出鼻、眼出血/35
23. 哪些人容易得高血压呢/36
24. 怎样有效进行高血压的一级预防呢/36
25. 高血压可以损害您身体的哪些方面呢/37
26. 没有自觉症状的高血压是否需要治疗/37
27. 您若患有高血压应采取何种措施/38
28. 高血压病人应如何帮助自己进行治疗/38
29. 高血压病人应采取什么样的生活方式呢/39
30. 高血压病人怎样走近健康饮食/39
31. 高血压病人如何坚持运动/40
32. 高血压病人怎样缓解压力呢/40
33. 为何要遵循低钠食谱/41
34. 如何遵循低钠食谱/41
35. 高血压病人应避免使用哪些含钠量较高的食品/41
36. 哪些食品中含钠量较低/42
37. 高血压病为什么要做心电图检查/43
38. 高血压病为什么要做眼底检查/43

39. 高血压病人为什么必须做X线检查/43
40. 高血压病人为什么要化验尿/44
41. 继发性高血压的常见病因有哪些/44
42. 哪些情况下应考虑继发性高血压/45
43. 肾脏病与高血压有什么关系/45
44. 什么是肾血管性高血压/45
45. 高血压引起的肾脏病变有哪些早期表现/46
46. 嗜铬细胞瘤引起高血压的特点是什么/46
47. 原发性醛固酮增多症引起的高血压有哪些特点/46
48. 库欣综合征引起的高血压有什么特殊表现/47
49. 哪些高血压患者应做内分泌方面的检查/47
50. 高血压与动脉粥样硬化有什么关系/48
51. 高血压与冠心病的关系怎样/48
52. 高血压病人为何容易发生中风/49
53. 哪些高血压病人容易中风/49
54. 降血压的好处有哪些/50
55. 为何要对高血压患者进行评估/50
56. 糖尿病与高血压之间有什么关系/50
57. 怎样识别高血压急症/51
58. 什么是高血压脑病/51
59. 降血压是否越低越好/51
60. 您的血压降到多少合适呢/52
61. 高血压治疗为什么越早越好/52
62. 高血压病人在接受药物治疗时应注意什么/52
63. 您对降血压药物治疗是否有正确认识呢/53
64. 如何正确看待噻嗪类利尿剂的抗高血压治疗价值/54
65. 目前常用的口服降压药物有哪些/54
66. 高血压合并缺血性心脏病如何选用降压药/55
67. 高血压合并心衰如何选用降压药/55
68. 高血压合并糖尿病如何选用降压药/55
69. 高血压合并慢性肾脏疾病时如何选药/56
70. 高血压合并脑血管病时如何选药/56
71. 女性高血压在治疗中应注意什么/56
72. 应用抗高血压药物应注意什么/57



73. 目前国内常用的抗高血压药复方制剂有哪些/57
74. 常用的高血压药如何合理搭配/58
75. 肾功能不全者为何应慎重用药/58
76. 老年人单纯收缩压升高如何选药/59
77. 阿司匹林对防治高血压并发症有何价值/59
78. 高血压病人的药盒装哪些药好/59
79. 高血压急症如何进行家庭急救/60
80. 顽固性高血压的原因有哪些/61

五 冠心病

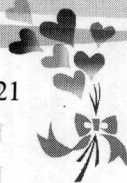
1. 动脉粥样硬化是怎么回事/62
2. 动脉粥样硬化是怎样形成的/63
3. 形成动脉粥样硬化斑块需要多长时间/64
4. 冠心病是怎么回事/65
5. 如何评估自己是否易患冠心病呢/66
6. 冠心病有哪些临床类型/66
7. 冠心病会遗传吗/67
8. 您知道冠心病对社会的危害性有多大吗/67
9. 冠心病对家庭和个人有哪些危害性/68
10. 为什么我国冠心病的发病率在逐年增高/68
11. 什么叫心绞痛, 有哪些表现呢/69
12. 心绞痛有哪些类型/69
13. 血管狭窄为什么会出现心绞痛/70
14. 血管狭窄到什么程度会发生急性心肌梗死/70
15. 出现哪些症状时应警惕得了冠心病/71
16. 什么是心电图/72
17. 冠心病病人一定会有心电图改变吗/72
18. 心绞痛有哪些典型的心电图改变/72
19. 冠心病病人在什么情况下需做动态心电图/73
20. 为什么要进行心电图运动试验检查/73
21. 哪些病人不适合做心电图运动试验/74
22. 心肌酶是怎么回事/74
23. 冠心病病人为什么要做心肌酶谱检查/75

24. 心绞痛发作时都表现为心前区疼痛吗/75
25. 心绞痛一定是在劳累时发生吗/75
26. 什么是初发心绞痛, 初次发病时该怎么办/76
27. 心脏神经症有哪些特点/76
28. 胸痛都是心绞痛吗, 诊断心绞痛应排除哪些疾病/77
29. 稳定劳力性心绞痛有何特点/78
30. 劳力性心绞痛是如何分级的, 有何临床意义/78
31. 如何治疗稳定劳力性心绞痛/79
32. 不稳定性心绞痛有何表现/79
33. 什么叫心肌梗死后心绞痛, 有何特点/80
34. 变异型心绞痛有何特点/81
35. 如何治疗变异型心绞痛/81
36. 如何治疗卧位心绞痛/81
37. 餐后心绞痛的原因是什么/82
38. 冠心病患者发现心肌缺血时可以无症状吗/82
39. 如何治疗不稳定性心绞痛/83
40. 吸氧对冠心病有益吗/84
41. 静脉滴注硝酸甘油时为什么病人不能随意调整滴速/84
42. 什么叫急性心肌梗死/84
43. 急性心肌梗死有哪些先兆表现/85
44. 出现哪些表现应怀疑自己得了急性心肌梗死/85
45. 为什么心肌梗死病人急性期必须进行心电监护/86
46. 抽血化验能帮助诊断急性心肌梗死吗/86
47. 心电图有助于诊断急性心肌梗死吗/87
48. 如何从急性心肌梗死的心电图变化推测相应闭塞的冠状动脉/88
49. 哪些疾病容易与急性心肌梗死混淆/88
50. 老年人心肌梗死有什么特点/89
51. 急性心肌梗死有哪些并发症/89
52. 心肌梗死的常规治疗措施有哪些/89
53. 哪些急性心肌梗死患者适合溶栓治疗/90
54. 哪些急性心肌梗死患者不适合溶栓/90
55. 常用的溶栓药物有哪些/91
56. 如何评价溶栓的疗效/91



57. 什么是冠状动脉造影/91
58. 哪些心脏病患者应该做冠状动脉造影/92
59. 冠状动脉造影前患者应该进行哪些检查/93
60. 在患者接受冠状动脉造影检查前, 患者和家属应注意什么/94
61. 在冠状动脉造影过程中患者应注意什么/94
62. 冠状动脉造影检查的创伤大吗/95
63. 为什么在介入治疗前家属要签手术同意书/95
64. 冠状动脉造影检查的出血量多吗, 需要输血吗/95
65. 造影剂是什么/96
66. 造影剂有副作用吗/96
67. 冠状动脉造影导管是由什么材料组成的, 它会在体内折断吗/96
68. 如何穿刺股动脉/97
69. 冠状动脉造影是怎样操作的/97
70. 为什么冠状动脉造影时需要行多体位造影/97
71. 冠状动脉造影术后患者应注意什么/98
72. 冠状动脉造影的并发症有哪些/98
73. 冠状动脉造影正常能完全排除冠心病吗/99
74. 什么叫“X综合征”/100
75. 什么是冠状动脉的侧支循环, 有何临床意义/100
76. 冠状动脉发生痉挛的机制是什么, 有何临床意义/100
77. 为什么有些心肌梗死患者的冠状动脉造影是正常的/101
78. 为什么在冠状动脉造影时还需要做左心室造影/101
79. 什么叫室壁瘤, 对病人有什么不良影响呢/102
80. 什么叫假性室壁瘤/102
81. 什么叫急性心肌梗死延展和伸展/102
82. 什么叫梗死后综合征/103
83. 什么叫Q波和非Q波心肌梗死, 两者有何区别/103
84. 急性心肌梗死后会出现哪些机械性并发症, 如何处理/104
85. 急性心肌梗死患者发生缓慢性心律失常怎么办/104
86. 急性心肌梗死患者发生室颤和室性心动过速怎么办/105
87. 急性心肌梗死患者发生房颤怎么办/105
88. 监测急性心肌梗死患者动脉内压力有何意义/106
89. 急性心肌梗死放入球囊漂浮导管有何意义/106
90. 为什么急性心肌梗死患者住院后前24小时最重要/106

91. 急性心肌梗死患者来到急诊室后首要的任务是什么/107
92. 急性心肌梗死患者需要长期使用华法林抗凝吗/107
93. 患者发生心肌梗死后为什么要做超声心动图检查/107
94. 患者发生心肌梗死后为何要做运动试验/108
95. 心肌梗死后做运动试验的最佳时间是多久/108
96. 冠心病病人做其他外科手术有危险吗/108
97. 冠心病能治愈吗/109
98. 病人家属在什么情况下会收到病危通知书/109
99. 什么叫 PCI/109
100. 什么叫 PTCA/110
101. 哪些病人应该做PCI术/110
102. 哪些病人不适合做PCI术/111
103. 病变血管是什么意思, 什么叫靶血管/111
104. 应该做PCI但未做PCI会有哪些风险/111
105. PCI和冠状动脉造影有何区别/112
106. PCI术是怎样做的呢/112
107. 怎样评价PCI的疗效呢/113
108. PCI术会出现哪些并发症/113
109. 球囊扩张时患者为什么会有胸痛感觉呢/114
110. 支架是什么东西, 其作用是什么/114
111. 哪些情况下需要放入支架/115
112. 支架的寿命是多少, 支架会脱落吗, 支架植入人体后会有排斥反应吗/116
113. 支架会再堵塞吗/116
114. 怎样防治再狭窄/117
115. 放入支架的患者为什么必须先服用阿司匹林和抵克力得或波立维/117
116. 当您做完PCI后, 您的身体就完全恢复正常了吗/118
117. 如何治疗多支血管病变呢/118
118. 什么是急诊冠脉介入治疗术/119
119. 什么叫直接PCI、补救性PCI、延期PCI/119
120. 哪些患者应做急诊冠状动脉造影和急诊PCI/120
121. 急性心肌梗死患者行急诊PCI的利与弊/120
122. 溶栓失败后能即刻行冠状动脉造影与PCI吗/121



123. 心肌梗死患者何时做冠状动脉造影和可能的PCI合适呢/121
124. 如何护理介入治疗术后的病人/122
125. 什么叫冠状动脉搭桥术/122
126. 哪些病人不宜做PCI, 而应做搭桥术/123
127. 什么是血管内超声, 它有什么价值/124
128. 什么是冠状动脉内旋切术, 有什么价值/124
129. 什么叫冠状动脉旋磨术, 有何价值/125
130. 什么叫主动脉内球囊反搏术/126
131. 哪些情况适合使用IABP呢/126
132. 哪些情况不能使用IABP呢/126
133. 使用IABP何时才能脱机/127
134. 使用IABP的并发症有哪些/127
135. 什么叫迷走反射, 如何处理和预防/127
136. 介入手术穿刺部位出现皮下瘀斑有危险吗, 需要处理吗/128
137. 如果支架内发生了再狭窄怎么办/128
138. PCI后患者还应长期服用哪些药物/129
139. 被动吸烟会增加支架内再狭窄发生率吗/129
140. 装了支架的患者如何进行心理康复/130
141. 胸壁受压能影响支架吗/131
142. 心肌梗死病人急性期为什么要绝对卧床休息/131
143. 心肌梗死病人是不是卧床时间越长越好/131
144. 心肌梗死病人应怎样合理饮食/132
145. 心肌梗死的心脏康复训练怎样分期呢/132
146. 为何急性心肌梗死病人应早期进行康复训练/132
147. 怎样制定心肌梗死病人住院期间的康复训练计划/133
148. 心肌梗死病人出院后如何进行康复训练/133
149. 心肌梗死病人恢复后可以正常工作吗/134
150. 哪些冠心病病人需要安装永久性人工心脏起搏器/134
151. 冠心病定期复查的项目和意义是什么/135
152. 为什么心肌梗死病人再次发生梗死的危险性更大/135
153. 什么叫心肌梗死的一级预防/136
154. 什么叫心肌梗死的二级预防/136
155. 如何调整急性心肌梗死患者的血脂/136
156. 急性心肌梗死患者为什么必须戒烟/136

157. 急性心肌梗死患者用血管紧张素转换酶抑制剂有什么好处/137
158. 急性心肌梗死患者用 β 受体阻滞剂有什么好处/137
159. 什么叫猝死, 如何防治/137

六 常见瓣膜性心脏病

1. 什么是瓣膜性心脏病/138
2. 风湿性二尖瓣病变的治疗措施有哪些/138
3. 对风湿性二尖瓣狭窄有哪些内科治疗措施/138
4. 什么是风湿性二尖瓣狭窄的介入治疗/139
5. 经皮二尖瓣球囊扩张术的理想适应证有哪些/139
6. 经皮二尖瓣球囊扩张术的相对适应证有哪些/140
7. 二尖瓣球囊扩张术后处理原则是什么/140
8. 哪些先天性肺动脉瓣狭窄病人适合做介入治疗/141
9. 人工瓣膜有哪些种类/141
10. 主动脉瓣狭窄病人有哪些临床表现/141
11. 为什么有些病人需要换瓣/141
12. 换哪种人造瓣膜为好呢/142
13. 换瓣病人为什么要抗凝治疗/142
14. 换瓣病人怎样抗凝呢/142
15. 抗凝药过量会出现哪些副作用/143
16. 换瓣后服用其他药物应注意什么/143

七 心力衰竭

1. 什么是心功能和心功能不全/144
2. 心功能怎样分级呢/144
3. 心功能的分级有何意义/145
4. 有哪些病可以引起心力衰竭/145
5. 如何对心力衰竭进行分类/145
6. 心力衰竭的发生机制有哪些/146
7. 心力衰竭可以出现哪些临床表现/147
8. 怎样治疗心力衰竭呢/148
9. 目前常用的治疗心衰的药物有哪些/148



10. 血管紧张素转换酶抑制剂在心衰治疗中的价值有哪些/149
11. β 受体阻断剂在治疗心衰中的价值如何/149
12. 心力衰竭的非药物治疗价值如何/150

八 心肌病

1. 什么是心肌病/151
2. 如何对心肌病进行分类/151
3. 扩张型心肌病的临床特征是什么/151
4. 扩张型心肌病有哪些表现/151
5. 扩张型心肌病行超声心动图检查会有哪些发现/152
6. 扩张型心肌病的手术治疗方式有哪些/152
7. 肥厚型心肌病的特点是什么/152
8. 肥厚型心肌病的病理改变有哪些/152
9. 肥厚型心肌病有哪些临床表现/153
10. 哪些药物可以治疗肥厚型心肌病/153
11. 可以采取哪些手术治疗肥厚型心肌病/153
12. 室间隔化学消融术治疗肥厚型心肌病可能会出现哪些并发症/154
13. 什么是限制型心肌病/154
14. 限制型心肌病有哪些表现/154
15. 限制型心肌病有哪些治疗措施/155
16. 什么是致心律失常型右室心肌病/155
17. 如何治疗致心律失常型右室心肌病/156

九 病毒性心肌炎

1. 什么是病毒性心肌炎/157
2. 病毒性心肌炎的发病机制是什么/157
3. 病毒性心肌炎的发病有哪些特点/157
4. 病毒性心肌炎有哪些类型及表现/158
5. 病毒性心肌炎如何分期/159
6. 病毒性心肌炎的治疗措施有哪些/159
7. 病毒性心肌炎的预后如何/160

十 感染性心内膜炎

1. 什么是感染性心内膜炎/161
2. 引起心内膜炎的感染途径有哪些/161
3. 引发心内膜炎的病原体有哪些/162
4. 感染性心内膜炎有哪些临床表现/162
5. 感染性心内膜炎治疗措施有哪些/162
6. 外科治疗感染性心内膜炎的指征有哪些/163

十一 先天性心脏病

1. 什么叫先天性心脏病/164
2. 先天性心脏病的病因是什么/164
3. 先天性心脏病最常见的类型有哪些/165
4. 房间隔缺损有哪些体征/165
5. 动脉导管未闭有何临床表现/165
6. 什么是艾森曼格综合征/166
7. 发绀型先天性心脏病可发生于成人吗/166
8. 主动脉瓣二瓣化可出现哪些症状/166
9. 心房间隔缺损有哪些表现/166
10. 超声心动图评价房间隔缺损有用吗/167
11. 房间隔缺损应该手术修补吗/167
12. 哪些先天性心脏病有增加心内膜炎发生的危险/167
13. 发绀型先天性心脏病有哪些常见类型/168
14. 哪些先天性心脏病需要治疗/168
15. 为什么先天性心脏病需要手术治疗/169
16. 先心病手术治疗的方法有哪些/169
17. 先天性心脏病的自然预后如何/169
18. 动脉导管未闭的介入治疗措施有哪些/170
19. 房间隔缺损的介入治疗措施有哪些/170
20. 先天性主动脉缩窄的治疗措施有哪些/171
21. 肺动静脉瘘如何治疗/171

十二 常见的心律失常的诊治

1. 什么是心率、心律，如何测量/172
2. 什么是脉搏/172
3. 什么叫心律失常/172
4. 心律失常的治疗现状是什么/173
5. 心律失常药物治疗的原则是什么/173
6. 使用抗心律失常药应注意哪些事项/174
7. 如何治疗窦性心动过速/174
8. 如何治疗房性期前收缩/174
9. 如何治疗心房纤颤/174
10. 如何治疗室上性心动过速/175
11. 如何治疗室性期前收缩/175
12. 如何治疗室性心动过速/175
13. 如何治疗心室扑动、颤动/176
14. 如何治疗缓慢性心律失常/176
15. 什么是人工心脏起搏器/176
16. 常见的人工心脏起搏器有几种/177
17. 人工心脏起搏器在心脏病治疗中的作用有哪些/177
18. 哪些缓慢性心律失常病人需要装起搏器/177
19. 常用的起搏方式有哪些/178
20. 安置永久性起搏器的病人出院后应注意些什么/178
21. 起搏器的寿命有多长/178
22. 埋藏式心律转复除颤器的用途是什么/178
23. 安装永久性人工心脏起搏器的病人术后家庭护理/179
24. 安置起搏器后为何要随访/180
25. 安置起搏器后生活中应注意什么/180
26. 安置永久性人工心脏起搏器的病人出院后应注意什么/180
27. 什么是经导管射频消融治疗/181
28. 什么类型的心律失常可以接受导管射频消融治疗/181

十三 肺栓塞

1. 什么是肺栓塞/182