

冠心病防治之路

一把打开冠心病防治之门的钥匙

刘坤申 编著



北京大学医学出版社

冠心病防治之路

——一把打开冠心病防治之门的钥匙

刘坤申 编著

北京大学医学出版社

GUANXINBING FANGZHI ZHILU

图书在版编目(CIP)数据

冠心病防治之路：一把打开冠心病防治之门的钥匙 /
刘坤申编著。—北京：北京大学医学出版社，2006.6
ISBN 7-81116-046-3

I.冠... II.刘... III.冠心病—防治
IV.R541.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 053991 号

冠心病防治之路

编 著：刘坤申

出版发行：北京大学医学出版社(电话：010-82802230)

地 址：(100083) 北京市海淀区学院路38号 北京大学医学部院内

网 址：<http://www.pumppress.com.cn>

E-mail: booksale@bjmu.edu.cn

印 刷：北京地泰德印刷有限公司

经 销：新华书店

责任编辑：常元勋 责任校对：李 珉 责任印制：郭桂兰

开 本：850mm × 1168mm 1/32 印张：8.625 字数：214千字

版 次：2006年8月第1版 2006年8月第1次印刷 印数：1—7000册

书 号：ISBN 7-81116-046-3/R·046

定 价：16.00元

版权所有，违者必究

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)



刘坤申，1944年12月生，汉族，1970年毕业于北京医学院（现北京大学医学部），1981年研究生毕业于中国协和医科大学心血管病研究所。刘坤申现为河北医科大学第一医院心脏中心主任、主任医师、教授、博士生导师。先后任中华医学会心电生理与起搏分会委员；中国生物医学工程学会心电生理与起搏分会委员；中华医学会心血管病分会委员、常务委员；中华医学会河北省心血管病分会主任委员。获政府特贴。他创造的快速床边临时心脏起搏术、小角度切入法心包穿刺引流术等曾刊登于美国、日本、加拿大的心脏杂志。他在心血管神经官能症、严重冠心病心绞痛和严重心力衰竭治疗中，创造了可歌可泣的成功经验；尤其在中西医结合治疗血管神经官能症、严重冠心病心绞痛和重症心力衰竭方面成绩斐然；通过他的治疗，挽救了许多终末期难治性心力衰竭患者生命，使心脏恢复健康。



山重水复疑无路
柳暗花明又一村

本书参编人员

籍振国 河北医科大学第一医院 教授 博士

刘超 河北医科大学第一医院 主治医师

刘刚 河北医科大学第一医院 主治医师 博士

戚国庆 河北医科大学第一医院 副教授

夏岳 河北医科大学第一医院 教授

周彩霞 河北医科大学第一医院 主管护师

主题歌

向冠心病患者奉献一颗赤诚的心

——白衣天使之歌

我是圣洁的白衣天使
我是驱散病魔的明灯
释放我的全部光和热
让病人找到家的温暖
让患者燃起生的激情
让颗颗有病的心得到阳光雨露
让每个患病的家庭沐浴和煦春风
健康教育宣传科学防病治病
仁者爱人
遍施仁术
普救众生

The Way of Preventing and Curing Coronary Heart Disease

Song of the Medical Workers — Angels in white

I am a holy angel in a doctor's White gown ,

I am a bright lamp ,

Driving away the demon of diseases ,

Setting forth and spreading all my light and heat,

Let the sad patients feel the warmth of home ;

Let the invalid rekindle the hope of life ;

Let the illness-stricken hearts get sunshine and
rainfall ;

Let every family of the sick bathe in the gentle
spring wind.

For education on Good Health propagates the
science of

Preventing and curing illness and diseases.

The benevolent men love the people :

They apply their kind art universally ,

To help and save people all over the world.

序

心血管病已是全球第一位的死因，每年造成1700万人死亡，占全球各种原因总死亡的三分之一。冠心病是心血管病死亡中的重要死因之一。在我国，冠心病已是21世纪的流行病。西方发达国家通过生活方式改良，冠心病的发病率和死亡率早已稳步下降，而我国和一些发展中国家，随着经济增长，吸烟、进食过多、饮食结构不合理、运动太少等不健康的生活方式在城乡流行，这使得冠心病的发病率和死亡率正与日俱增，状况令人担忧。然而，冠心病是可防可控的疾病。有我国7000多研究对象参加的一项51个国家的协作研究(Inter-Heart)的结果指出，每10个心肌梗死有9个可被易查易控的9个因素所预测。这9个危险因素包括：血脂异常、吸烟、糖尿病、高血压、腹型肥胖、饮食缺乏蔬菜水果、缺少运动、紧张（以上8个为不利因素）和少量饮酒（保护因素）。只要做好戒烟、降血压和控制高胆固醇，每6个心肌梗死中5个可预防。

抑制冠心病和其他心血管病与日俱增的趋势，关键在预防。宣传并实施健康的生活方式，实施群防群治十分重要。因此，应该大力普及冠心病防治知识，把防治知识交给群众，开展群防群治。

刘坤申教授为资深心血管病专家，身体力行，多年来大

力推进冠心病防治，倡导并实施健康的生活方式，提倡“戒烟，管好嘴和迈开腿”。在他编著的《冠心病防治之路》中，处处体现“预防为主”、“防病为先”的原则。在严重难治疗性冠心病的处理中，体现了已故毛泽东主席“战略上藐视疾病，战术上重视疾病”，以及“解决主要矛盾或矛盾主要方面，促进疾病向有利方面转化”的哲学思想，作为冠心病防治的科普读物，相信本书的出版，必将有利于推动我国冠心病的群防群治。

胡大一

上海同济大学医学院
北京大学人民医院

2005.11.2

前言

我作为资深的心脏病专科医师，多年来苦苦探索冠心病，尤其是心力衰竭的防治之路。多少严重冠心病患者生离死别，多少难治性冠心病心肌缺血和心力衰竭患者起死回生，重现健康和活力，我历历在目。这些阅历日益充实着我与冠心病做斗争的勇气和智慧。近年来，伴随经济增长，不良的生活方式日益滋生和蔓延。这使得高血压、糖尿病、肥胖、高脂血症，尤其是冠心病和脑卒中的发病率和死亡率正与日俱增，状况令人担忧。我决心拿起笔来呐喊：“阻击冠心病大爆发的时刻到了！”

抑制心血管病日益蔓延的趋势，关键在预防。尤其是要动员社区医生、农村基层医生、卫生保健医生、患者和家属等积极参与心血管病危险因素防治，这是真正的“源头治疗”，即“上游治疗”。然而，目前大量卫生资源和千军万马征战的战场却在心血管病的末段——急性冠状动脉综合征、猝死和心力衰竭，这是典型的“下游治疗”，劳民伤财，事倍功半！现在卫生工作的重点正向农村、社区转移，亟须言简义明的教材。本书简明并富哲理性、趣味性，全书内容闪烁中华文化和中华医学的光彩，相信本书的出版会“抛砖引玉”，点燃基层医生、社区医生、患者和家属等防治心血管病的热情，“一石激起千重浪，四海波涌活水来”。

冠心病是“真老虎”，成千上万地“吃人”；但是，积极推进健康的生活方式，改善膳食结构，尤其积极采用他汀类

药物降低低密度脂蛋白胆固醇，贯彻“预防为主”和“防病为先”的原则，冠心病又是“纸老虎”。近年来，大型临床试验（REVERSAL试验等）已对冠心病防治指明了航向，通过积极有效降脂，证实冠心病是可防、可治、可逆转的疾病。

目前，改良生活方式，防治冠心病的危险因素，坚持正确的药物治疗，尤其大型临床试验证实确属有效的药物治疗，仍是冠心病防治的主要方法。学好用活这些方法，可使大多数病人益寿延年，提高生活质量，并保持健康和活力。

我愿将一颗赤诚的心献给正在与冠心病斗争的患者和家属，献给正在冠心病防治第一线的基层医生。以期坚定青年医生、患者和家属防治冠心病的信念，使他们看到希望和光明，看清防治冠心病的正确道路。当读完此书时，心中可能点燃希望的灯塔，它将照耀战胜疾病的航程，使他们充分调动一切积极因素，克服消极因素，使病情峰回路转，重现光明。

本书可作为社区医生的培训教材。诚然，心脏病学知识浩如烟海，本书所涉者仅是沧海一粟，限于作者水平和阅历，本书仅为一家之言，浅薄和错误在所难免，深望专家指正。

刘坤申

于河北医科大学第一医院

2006.2.28

目 录

第一部分 冠心病的发病机制

——科学探索，漫漫长路	1
1. 到心脏和冠状动脉血管中进行“科学探险”	2
2. “亲历”动脉粥样硬化血栓形成的过程	8
3. 什么是冠心病	15
4. 冠心病的流行病学——危险因素的概念	18
5. 坚持“上游治疗”——冠心病的一级预防	21
6. 抓住徘徊的幽灵——冠心病的主要危险因素	23
7. 冠心病患者的治疗性生活方式改良	29
8. 积极降脂，有效防治冠心病	36
9. 从易损斑块到易损病人——急性冠状动脉 综合征防治的新思路	41

第二部分 冠心病的诊断技术——透过现象

看本质	46
10. 冠心病的诊断技术	47

第三部分 冠心病的常用药物治疗——治病

必求其本	62
11. 冠心病患者的降脂治疗	63
12. 冠心病伴高血压时的降压药物治疗	72
13. 防治心血管事件的法宝——“青春永驻”的 阿司匹林	75
14. 防治心血管事件的法宝——闪光的抗血小板	

药物氯吡格雷	78
15. 防治动脉粥样硬化——血管紧张素Ⅱ受体拮抗剂的新靶点	81
16. 钙拮抗剂——阻击动脉粥样硬化进展,降低心血管事件	84
17. 噻唑烷二酮类:防治糖尿病和动脉粥样硬化的曙光	87
18. 血管紧张素转换酶抑制剂——心血管病防治的曙光	91
19. β 肾上腺素能受体阻滞剂——“心脏的保护神”	99
20. 肝素及低分子量肝素在急性冠状动脉综合征中的应用	108
 第四部分 冠心病的临床类型及诊治经验	112
21. 冠心病心绞痛	113
22. 不稳定型心绞痛的防治	118
23. 变异型心绞痛的诊治经验	123
24. X 综合征——微血管心绞痛的诊治经验	126
25. 女性冠心病的特点和诊治经验	129
26. 急性心肌梗死的诊断与应急处理	133
27. 急性心肌梗死的治疗决策	135
28. 急性心肌梗死的药物治疗	139
29. 急性心肌梗死的并发症和相关问题的处理	145
30. 冠心病的介入治疗——神奇的疗法	150
31. 冠心病的外科手术治疗——冠状动脉搭桥术	153

第五部分 冠心病并发心力衰竭的防治策略	155
32. “从危险因素到终末期难治性心力衰竭” 的长程防治策略	156
33. 逆转心室重构——冠心病心力衰竭防治的 根本措施	159
34. 急性心肌梗死的心功能分级	168
35. 急性心肌梗死并发心源性休克的治疗	171
36. 急性心肌梗死并发急性左心衰竭—— 何药力挽狂澜?	177
37. 冠心病伴有高血压和心力衰竭时的 治疗经验	182
38. 冠心病伴代谢综合征和心力衰竭 的防治经验	187
39. 起搏器辅助治疗冠心病严重心肌缺血 和心力衰竭	191
40. 休养生息治心衰, 心脏康复不是梦	196
第六部分 冠心病患者防治心律失常的思考	202
41. 冠心病并发室上性心律失常的诊治经验	203
42. 冠心病患者并发室性心律失常和心脏猝死的 防治策略	207
第七部分 中西医结合治疗冠心病的策略	213
43. “活血化瘀法”治疗心绞痛	214
44. 疏肝理气通气机, 调和营卫保心脏	219
45. 益气养阴鼓正气, 乘风破浪化淤血	223
46. 疏肝理气除胸痹, 定悸除烦心脏安	227

第八部分 冠心病防治与养生	232
47. 冠心病与其他相关疾病	233
48. 积极防治冠心病的等危症——糖尿病	236
49. 筑牢预防冠心病的三道防线	241
50. 冠心病人的修身养生之道——缓解心身 紧张的减压术	246
 附录 1 冠心病人的参考食谱	 250
 附录 2 英文专业词汇略语表	 253

第一部分 冠心病的发病机制 ——科学探索，漫漫长路

1841年证实动脉粥样斑块中存在胆固醇。1913年证实，给兔喂胆固醇，可在短时间内产生动脉粥样硬化斑块。

关于心血管病危险因素的研究，1948年始于美国一个有名的小城 Framingham，1960年报告了第一个心血管病危险因素——吸烟；1961年报告了高胆固醇血症、高血压、心电图异常为危险因素；1967年报告运动降低心脏病危险，而肥胖增加心脏病危险；1970年报告高血压增加卒中危险；1976年报告绝经增加心脏病危险；1978年报告心理因素与心脏病危险相关；1988年报告高密度脂蛋白降低心脏病危险。

根据1998年统计资料，中国每年大约有260万人死于心脑血管病，平均每天死亡7000人，每12秒死亡1人。那么导致心血管病爆发性流行的原因（危险因素）是什么呢？——日益蔓延的不良的生活方式。

抑制心血管病日甚一日的趋势，关键在预防。防治上述危险因素就是心血管病的“上游治疗”。