

最好的医生
是自己

Baituo Xinjiaotong

摆脱 心绞痛

编著 杨玺

 人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

“最好的医生是自己”

摆脱心绞痛

BAITUO XINJIAOTONG

12 年 伯 萊

杨 奎 编 著

人民軍醫出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

摆脱心绞痛 / 杨玺编著. —北京:人民军医出版社, 2008.1

(最好的医生是自己系列丛书)

ISBN 978-7-5091-1485-8

I. 摆… II. 杨… III. 心绞痛 - 防治 IV. R541.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第 198600 号

策划编辑:于 岚 贝 丽 文字编辑:陈晓平 责任审读:张之生

出 版 人:齐学进

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927270;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927273

网址:www.pmmp.com.cn

印刷:北京国马印刷厂 装订:京兰装订有限公司

开本:710mm × 960mm 1/16

印张:15.25 字数:172 千字

版、印次:2008 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

印数:0001 ~ 5000

定价:28.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

内 容 提 要

本书以医学科普读物的形式，向读者详细介绍心绞痛的先兆、症状、诊断、鉴别、分型，心绞痛的诱因，各种急救措施，心绞痛的预防和治疗，生活保健和护理等方面的知识。内容系统、实用，适合广大群众、尤其是心绞痛患者阅读，对临床医师也具有一定的参考价值。

前言



胸痛是一种很常见的症状,造成胸痛的原因也很多,既可以是心源性的,也可以是非心源性的。心源性胸痛最常见的为心绞痛和心肌梗死,而非心源性胸痛则可包括食管痉挛、反流性食管炎、食管裂孔疝、胸壁疾病、胃肠疾病、胆囊疾病等。所以,出现胸痛症状时一定要辨别清楚是心源性胸痛,还是非心源性胸痛。

心绞痛是由于冠状动脉供血不足,导致心肌急剧的暂时缺血与缺氧所引起的临床综合征。心绞痛这一术语已不局限于代表由心肌缺血所引起的疼痛表现,而且包括了由心肌缺血所引起的诸多其他不适症状,如极度疲乏,胸闷不适和呼吸困难等,被视为心绞痛的等同症状。临床上,90%以上的心绞痛是由冠状动脉粥样硬化引起,而少数其他原因引起的心绞痛包括严重的主动脉瓣狭窄或关闭不全、风湿性冠状动脉炎、梅毒性主动脉炎和严重的贫血等疾病。其中冠心病引起的心绞痛是最容易出现的临床表现,其既可为冠心病心绞痛,也可为冠心病心肌梗死。但这组症状在不同患者之间差别很大。也就是说,不同人患心绞痛时,疼痛的形式不完全一样。但对同一患者,在一段时间内,每次发作之间的情况却非常相似。不少中老年人有时频发心绞痛,救心丸吃了不少,疼痛依然,进行有关检查却很难查出实质性的毛病。在医院里,经常会遇到一些因为胸痛来就诊的患者,有的患者小题大做;而有的患者虽然发生了严重的心绞痛,随时可能出现危险,却表现得漫不经心。约70%的冠心病患者心绞痛发作

PREFACE

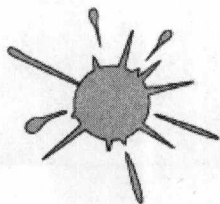
时比较典型,但少数患者心绞痛发作时症状不明显,易使患者和医生忽视而导致误诊和漏诊,耽误了最佳治疗时间。由冠心病引发的心绞痛是临床上一种很凶险的病症,处理不及时会危及患者生命。

心绞痛是可防可治的。首先,要堵住心绞痛的“源头”,即冠心病的危险因素,包括高血压、血脂异常、糖尿病以及其他引起心绞痛的因素。其次,对抗心绞痛要靠三早,即“早预防、早诊断、早治疗”。

为了使广大群众能够更多地了解和掌握心绞痛方面的防治知识,我们精心编著了这本书。它适合广大群众及冠心病心绞痛患者阅读,希望本书能够成为大家的益友。

本书是笔者在结合 20 余年临床工作经验的基础上,参阅大量科普文献编著而成。在写作方面力求集科学性、知识性、趣味性、实用性于一体。深入浅出、通俗易懂、防治结合、以防为主、重点突出。然而,由于笔者水平所限,缺点、错误在所难免,敬请读者不吝指正。

杨 玺



目 录

CONTENTS

一、心绞痛的概念 / 1

(一)心脏及冠状动脉的生理功能 /1

心脏的生理功能 /1

什么是冠状动脉及冠状动脉循环 /3

(二)心绞痛的基本常识 /4

什么是心绞痛 /4

心绞痛的症状是怎样产生的 /5

发生心绞痛的常见原因 /6

心绞痛的早期征象 /7

心绞痛的先兆表现 /8

心绞痛有什么症状 /9

典型心绞痛有什么特点 /10

心绞痛不典型的症状有哪些 /11

心绞痛的分级及临床意义 /11

心绞痛的辅助检查 /12

心绞痛为何要做心电图检查 /14

冠状动脉造影有何临床意义 /15

心绞痛的诊断 /16

心绞痛应与哪些疾病鉴别 /16

(三)心绞痛的分型及特点 /19

心绞痛分型知多少 /19

稳定型劳力性心绞痛有何特点 /21

稳定型劳力性心绞痛心电图的特点 /22

何谓不稳定型心绞痛 /22

不稳定型心绞痛的心电图表现 /23

如何诊断不稳定型心绞痛 /24

不稳定型心绞痛与稳定型心绞痛有何不同 /25

什么是变异型心绞痛 /25

变异型心绞痛的心电图有哪些特点 /26

什么是梗死后心绞痛? 其有何临床意义 /27

什么是卧位型心绞痛 /28

卧位型心绞痛发作特点 /29

卧位型心绞痛和变异型心绞痛有何异同点 /30

混合型心绞痛的发病机制 /31

二、慧眼识别鱼目混珠的心绞痛 /33

(一)胸前区疼痛不等于心绞痛 /33

胸痛如何与心绞痛区别 /33

心前区痛就等于心绞痛吗 /34

心绞痛发作真假能辨 /35

心前区痛不全是心脏病 /36

胸背不适并非都是冠心病 /37

(二)不典型心绞痛需辨真伪 /38

表现各异的心绞痛 /38

老年心绞痛的特殊信号 /39

莫把心绞痛当成腹痛 /41

莫把心绞痛当成胃痛 /41

莫把心绞痛当成头痛 /43

莫把心绞痛当成牙痛 /43

莫把心绞痛当成鼻痛 /44

(三)假性心绞痛的症状及特点 /45

非心绞痛的胸痛有什么特点 /45

莫把颈椎病当成心绞痛 /45

莫把胸壁疾病当成心绞痛 /47

莫把食管病变当成心绞痛 /48

酷似心绞痛的食管病变 /48

莫把食管裂孔疝当成心绞痛 /50

莫把胃食管反流病当成心绞痛 /51

莫把胆-心综合征当成心绞痛 /52

莫把胆绞痛当成心绞痛 /53

莫把急性胰腺炎当成心绞痛 /55

心绞痛与心脏神经官能症的关系 /55

莫把心脏神经官能症当成心绞痛 /56

莫把焦虑性障碍当成心绞痛 /57

莫把癫痫当成心绞痛 /58

(四)识别 X 综合征 /58

何为 X 综合征 /58

X 综合征的防治原则 /60

三、关注心绞痛的发作形式和诱因 /61

心绞痛的发作形式有多种 /61

为什么饱餐易诱发心绞痛 /62

餐后心绞痛有什么临床意义 /63

生气可诱发心绞痛 /64

节食、偏食会诱发心绞痛 /65

大便秘结易诱发心绞痛 /66

为什么寒冷季节易出现心绞痛加重 /66

用药不当可诱发心绞痛 /67

降压治疗不当可以诱发心绞痛 /68

四、冠心病与心绞痛的关系 /70

(一)“把脉”冠心病心绞痛 /70

冠心病究竟是怎么回事 /70

冠心病的五大类型 /71

冠心病、心绞痛、心肌梗死三者的关系 /72

冠心病的易患因素有哪些 /73

诊断冠心病的方法有哪些 /74

冠心病频发心绞痛的原因 /76

如何自我识别冠心病心绞痛 /77

冠心病心绞痛有哪些临床表现 /78

控制冠心病关键在于预防 /79

怎样防治无症状型冠心病 /80

治疗冠心病应有的放矢 /82

健康的生活方式是对抗冠心病最重要的原则 /83

冠心病稳定期依然需要继续服药 /84

(二)心绞痛病人要警惕心肌梗死的发生 /85

心肌梗死是最严重的冠心病表现形式 /85

心肌梗死的常见诱因 /86

心肌梗死的前兆 /87

无痛型心肌梗死也有征兆 /88

非典型心肌梗死,不响的“炸弹”	/89
冠心病离心肌梗死究竟有多远	/90
频发心绞痛要警惕急性心肌梗死	/91
心绞痛患者发生急性心肌梗死的症状有哪些	/91
要重视心肌梗死前的心绞痛	/92
心肌梗死与心绞痛的不同症状	/93
心绞痛和心肌梗死的自我区分	/94
怎样预防心肌梗死发作	/95
心肌梗死应该如何就地急救	/95
急性心肌梗死后应该采取哪些措施预防再次发病	/97
心肌梗死后再发严重心绞痛的治疗方法	/99

五、正确认识和治疗心绞痛 /100

(一)正确把脉心绞痛 /100

哪些疾病与胸痛有关	/100
心绞痛到底什么样	/102
怎样辨别心绞痛	/104
不可漠视心绞痛的先兆	/105
心绞痛有哪六大特征	/107
为什么心绞痛有的在劳累时发作,有的在休息 或睡眠时发作	/108
为何高血压病人心绞痛好发于清晨	/109

为什么心动过速或心动过缓均易引起心绞痛 /110

为什么心绞痛喜欢在正月发作 /111

怎样判断心绞痛的轻重 /112

休息时发作的心绞痛更危险 /114

夜间心绞痛最危险 /115

走出对心绞痛认识上的误区 /116

(二)正确认识不稳定型心绞痛和急性冠状动脉综合征 /117

对不稳定型心绞痛马虎不得 /117

何谓急性冠状动脉综合征 /118

急性冠状动脉综合征的三级预防 /119

(三)正确治疗心绞痛 /120

每年做一次动态心电图 /120

不能等到心绞痛发作时再治 /121

在家怎样缓解心绞痛的症状 /121

阿司匹林是心绞痛突发时的“起死回生”药吗 /123

心绞痛发作时身边无药如何急救 /123

如何预防和治疗自发型心绞痛 /124

(四)老年心绞痛的防治 /124

老年人如何预防心绞痛 /124

老年心绞痛在治疗过程中应注意哪些问题 /125

老年冠心病心绞痛病人如何进行康复 /126

六、心绞痛的预防 /127

(一)堵住“源头”,预防冠心病心绞痛 /127

预防冠心病心绞痛应从娃娃抓起 /127

幼年起预防冠心病的措施 /128

减肥可预防冠心病心绞痛 /130

调脂可预防冠心病心绞痛 /130

降压可预防冠心病心绞痛 /132

高血压病人如何防止心绞痛发作 /132

得了冠心病也要预防高血压 /133

降糖可预防冠心病心绞痛 /134

干预代谢综合征可预防冠心病心绞痛 /135

动脉粥样硬化怎样预防 /136

远离冠心病心绞痛的三个危险因素 /138

呵护心脏的注意事项 /138

(二)拦截心血管的“交通事故” /140

血栓——人体内“交通事故”的肇事者 /140

有血液的地方就可能有血栓 /141

血管斑块与循环系统“交通事故”有关 /141

发生在人体内的“交通事故”何其多 /142

人体内的“交通事故”谁是易受害者 /143

对机体内的“交通事故”应防患于未然 /143

可防血管栓塞的食品 /144

阿司匹林可防“交通事故” /146

(三)防止心绞痛的其他措施 /147

如何预防心绞痛的发作 /147

盛夏当防心绞痛发作 /148

冬季谨防心绞痛发作 /149

洗澡时要防范心绞痛 /150

适量喝水有助于预防心绞痛 /151

喝好三杯“安全水” /152

锻炼能预防冠心病 /152

心绞痛宜睡倾斜床 /153

预防心绞痛发作的常用药物 /154

为何硝酸甘油不宜用来预防心绞痛发作 /155

预防心绞痛保健按摩八法 /157

如何预防药源性心绞痛 /158

怎样预防夜间心绞痛发作 /159

如何预防心绞痛再发作 /161

七、冠心病心绞痛的治疗 /163

(一)冠心病心绞痛的一般治疗原则 /163

对心绞痛发作病人应如何救助 /163

冠心病心绞痛的治疗原则 /164

(二)冠心病心绞痛的药物治疗 /165

心绞痛病人用药原则 /165

心绞痛用药应个体化 /166

药物治疗冠心病心绞痛的目的和作用途径 /167

治疗急性心绞痛发作的常用药物 /168

冠心病心绞痛病人应先分型再服药 /170

冠心病心绞痛病人应随身携带的药物有哪些 /172

治疗冠心病心绞痛如何联合用药 /172

异山梨酯和卡托普利联用治心绞痛效果佳 /173

抗心绞痛药物的治疗矛盾 /174

心绞痛病人用药切勿骤停 /176

心绞痛病人忌用的药物 /177

如何正确使用急救盒 /178

服用“救心药”的24字诀 /179

心绞痛病人怎样舌下含服用药 /180

如何正确使用硝酸甘油 /181

服用硝酸甘油的注意事项 /182

硝酸甘油有哪些新剂型 /184

救命药为何救不了命 /185

冠心病久治为何仍频发心绞痛 /186

(三)冠心病心绞痛的中医治疗 /187

中医对冠心病心绞痛如何进行辨证施治 /187

治疗冠心病心绞痛的方剂 /188

防治冠心病心绞痛的中成药有哪些 /190

麝香保心丸可用于预防心绞痛 /195

麝香保心丸具有“心脏自身搭桥”的作用 /196

治疗冠心病心绞痛的冠心苏合丸不宜长期服用 /196

冠心病心绞痛的药膳方 /197

治疗冠心病心绞痛的验方 /200

心绞痛的针刺疗法 /201

心绞痛的自我急救按穴法 /202

(四)冠心病心绞痛的手术治疗 /203

什么是冠状动脉介入治疗 /203

冠心病介入治疗的方法 /204

冠心病介入治疗的三个发展阶段 /205

冠状动脉内支架治疗心绞痛的指征 /206

支架术后如何预防冠状动脉再狭窄 /206

冠状动脉搭桥术缓解心绞痛症状可“立竿见影” /207

哪些病人需要行冠状动脉搭桥手术 /208

冠状动脉搭桥手术前要做哪些准备 /209

冠状动脉搭桥术后也要细心保护好“桥” /209

(五)心绞痛的分型治疗 /210

稳定型心绞痛的治疗原则是什么 /210

稳定型心绞痛的用药准则 /211