

最好的医生
是自己

Baituo Feixinbing

摆脱 肺心病

编著 杨玺

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

“最好的医生是自己”

摆脱肺心病

BAITUO FEIXINBING

杨 玺 编 著

物 主 瑞 昌

人民軍醫出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

摆脱肺心病 / 杨玺编著. - 北京:人民军医出版社, 2008.3

(最好的医生是自己)

ISBN 978-7-5091-1603-6

I.摆… II.杨… III.肺心病-防治 IV.R541.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 024600 号

策划编辑:于 岚 贝 丽 文字编辑:张安娜 责任审读:李 晨

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:15.5 字数:172千字

版、印次:2008年3月第1版第1次印刷

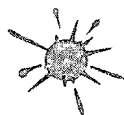
印数:0001~5000

定价:29.00 元

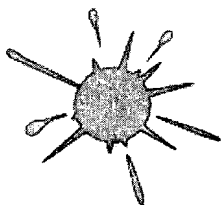
版权所有 侵权必究

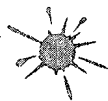
购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

内 容 提 要



肺心病是由慢性支气管炎、阻塞性肺气肿、支气管扩张、肺结核、支气管哮喘及尘肺等反复发作,进而引起右心室肥大,以致发展成右心衰竭的心脏病。阅读本书,您可以全面了解肺心病的基本知识,掌握慢性支气管炎、阻塞性肺气肿、支气管哮喘等肺心病“上游”疾病的防治方法,掌握肺心病的正确治疗方法、过冬窍门和日常保健措施。本书适合肺心病患者,慢性支气管疾病患者阅读使用,对广大临床医生也有一定的参考价值。





前 言

肺心病是中老年人的常见病、多发病，年龄愈大，营养状况愈差，伴发病愈多。加重期出现严重并发症时其预后极差，病死率为16%~23.8%。80%~90%的肺心病患者是由慢性支气管炎、阻塞性肺气肿（即慢性阻塞性肺疾病）发展演化而来的，快的几年，慢的几十年，一般为10年左右，就可以出现呼吸和循环衰竭。如果在急性发作期不能及时治疗呼吸衰竭，纠正心力衰竭，往往造成患者死亡。

肺心病的病根“始”于肺，恶果却“结”在心脏。慢性支气管炎—阻塞性肺气肿—肺心病，是肺病向心脏病发展的“三部曲”，肺动脉高压则在阻塞性肺气肿发展到肺心病的过程中充当了“桥梁”作用。预防肺心病关键在于堵住“源头”，即积极预防和有效地治疗慢性支气管炎和阻塞性肺气肿，以便防止其进展演变为肺心病。

虽然肺心病并非不可治之疾病，但治疗费用高且有一定困难。因此，肺心病的“防”尤重于“治”，而积极治疗慢性支气管炎等疾病又是预防肺心病的关键。

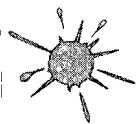
治疗肺心病的首要原则是防治慢性支气管炎、阻塞性肺气肿等肺部疾病。其次，搞好呼吸道的“畅通工程”，即积极排痰，防止痰液阻塞呼吸道。

为了使广大群众能够更多地了解和掌握肺心病方面的防治知识，我们精心编著了这本书。它适宜广大群众、慢性支气管炎及阻塞性肺气肿患者，尤其是肺心病患者，以及医务工作者阅读。希望该小册子能够成为大家的益友。

PREFACE

本书是作者在结合 20 余年临床工作经验的基础上, 参阅大量科普文献后编著而成的。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, 由于作者水平所限, 如有缺点、错误, 敬请读者不吝指正。

杨 玺



目 录

CONTENTS

一、肺心病的概述 / 1

(一)肺的结构和生理功能 / 1

肺有哪些结构 / 1

肺脏——人体的“绿洲” / 2

肺泡——人体的气体“进出口公司” / 3

(二)肺心病的基本常识 / 5

何谓肺心病 / 5

肺心病的患病因素有哪些 / 6

肺心病的主要病因 / 7

肺心病的诱发因素 / 8

肺心病是怎样发生的 / 8

肺心病的早期征象 / 9

肺心病的临床表现如何 / 10

肺心病呼吸衰竭是怎样形成的 / 11

肺心病心力衰竭的表现 / 11

肺心病心功能代偿和失代偿期的临床表现 / 12

如何识别肺心病的功能代偿期和功能失代偿期 / 13

如何看肺心病常规检查报告单 / 14

肺心病的诊断依据 / 15

如何确定肺心病的诊断 / 16

肺心病的鉴别诊断 / 17

二、肺心病的罪魁祸首 / 19

(一)慢性支气管炎是肺心病的“上游” / 19

- 什么是慢性支气管炎 / 19
- 慢性支气管炎的病因 / 20
- 为何吸烟是慢性支气管炎主要病因 / 22
- 大气污染与慢性支气管炎的关系 / 22
- 诱发慢性支气管炎的条件 / 24
- 慢性支气管炎的症状 / 25
- 慢性支气管炎辅助检查 / 26
- 慢性支气管炎诊断标准 / 27
- 慢性支气管炎的分型和分期 / 27
- 慢性支气管炎都有哪些常见并发症 / 28
- 慢性支气管炎的预后 / 28
- 慢性支气管炎与阻塞性肺气肿、肺心病有何关系 / 28

(二)阻塞性肺气肿是肺心病的“中游” / 30

- 什么是阻塞性肺气肿 / 30
- 阻塞性肺气肿发病机制 / 30
- 阻塞性肺气肿的临床表现 / 31
- 阻塞性肺气肿的体格检查 / 32
- 阻塞性肺气肿需做哪些检查 / 32
- 你了解肺功能检查吗 / 33
- 阻塞性肺气肿的诊断标准 / 33
- 阻塞性肺气肿的鉴别诊断 / 34
- 阻塞性肺气肿的肺功能愈来愈差 / 34
- 阻塞性肺气肿能否并发肺心病 / 36

(三)肺心病的其他“源头” / 36

什么是支气管哮喘 / 36

支气管哮喘的原因是什么 / 37

支气管哮喘的临床表现及诊断标准有哪些 / 38

为什么哮喘反复发作会造成阻塞性肺气肿 / 38

支气管哮喘与肺心病有关系吗 / 40

什么是支气管扩张 / 40

支气管扩张的病因 / 40

支气管扩张的临床表现 / 41

支气管扩张的诊断 / 42

什么是肺结核 / 42

什么原因引起肺结核 / 43

肺结核有什么症状 / 43

肺结核需要做哪些检查 / 44

肺结核会引起肺心病吗 / 45

三、肺心病的发病情况、危害及其并发症 / 46

肺心病的发病情况 / 46

肺心病的并发症 / 46

肺心病的预后 / 48

肺心病伴发冠心病 / 49

肺心病急性期须防心肌梗死 / 50

肺心病患者易患溃疡合并上消化道出血 / 51

肺心病患者容易患胃炎吗 / 52

四、正确认识和防治肺心病 / 53

(一)怎样认识和防治肺心病 / 53

肺心病究竟是肺病还是心脏病 / 53

何谓慢性阻塞性肺疾病 / 54

哪些因素使慢性阻塞性肺疾病病情加重 / 55

慢性阻塞性肺疾病一定发展成肺心病吗 / 56

肺心病发病“三部曲” / 56

吸烟与慢性支气管炎、阻塞性肺气肿和肺心病有何关系 / 57

阻塞性肺气肿和肺心病一样吗 / 58

肺心病患者咳嗽、咳痰是怎么回事 / 59

肺心病患者咳痰的特点 / 60

肺心病患者腿肿是怎么回事 / 60

肺心病为什么会导左心力衰竭 / 60

肺心病患者为什么会有营养不良 / 62

肺心病患者营养不良的表现是什么 / 63

肺心病患者的心理误区 / 63

肺心病只有等死吗 / 65

护好肺,才能不伤心 / 66

肺心病要注重基础疾病的防治 / 67

肺心病急性加重的首要原因是呼吸道感染 / 69

肺心病的防治措施有哪些 / 70

肺心病治疗宜早不宜迟 / 71

肺心病患者可服用哪些药物 / 72

肺心病患者的注意事项 / 73

肺心病的疗效评价 / 74

(二)急性肺心病的防治 /74

急性肺心病的常见病因 /74

急性肺心病的临床表现 /75

急性肺心病的诊断及鉴别诊断 /76

急性肺心病的预防 /77

急性肺心病的家庭应急处理 /77

急性肺心病的急救措施 /77

急性肺心病的综合治疗 /78

急性肺心病的调养 /80

五、肺心病的预防 /81

(一)阻击慢性支气管炎 /81

预防慢性支气管炎的综合措施 /81

慢性支气管炎患者先戒烟 /83

慢性支气管炎的预防保健方法有哪些 /83

慢性支气管炎的分期治疗 /84

慢性支气管炎的中医辨证治疗 /86

慢性支气管炎的中成药治疗 /89

慢性支气管炎的验方 /90

治疗慢性支气管炎的脐疗法有哪些 /90

慢性支气管炎怎样养生 /91

冬天要看护好慢性支气管炎 /92

慢性支气管炎的饮食调养 /94

慢性支气管炎饮食宜忌有哪些 /95

慢性支气管炎的护理要点 /96

老年慢性支气管炎患者排痰三法 /97

慢性支气管炎缓解期的注意事项 /98

慢性支气管炎患者预防性锻炼的方法 / 99

如何阻止慢性支气管炎病情进展 / 99

如何防止和减少慢性支气管炎复发 / 100

要警惕慢性支气管炎变成肺心病 / 101

从慢性支气管炎开始预防肺心病 / 102

(二)阻击阻塞性肺气肿 / 103

阻塞性肺气肿预防是关键 / 103

阻塞性肺气肿的一般治疗 / 105

阻塞性肺气肿如何用药治疗 / 105

阻塞性肺气肿患者需要终身服用药物吗 / 107

阻塞性肺气肿患者应该怎样锻炼身体 / 107

阻塞性肺气肿患者的合理运动 / 108

医疗体育防治阻塞性肺气肿 / 109

阻塞性肺气肿患者该怎么吃 / 111

阻塞性肺气肿患者的康复护理 / 113

(三)阻击肺心病的其他“源头” / 115

支气管哮喘的一般防治措施 / 115

防治支气管哮喘的原则 / 116

支气管扩张的治疗 / 118

支气管扩张的药膳调理 / 119

支气管扩张症病人健康指导 / 120

肺结核的治疗 / 121

肺结核治疗的关键在于正规用药 / 122

肺结核治疗的注意事项 / 123

肺结核病人的饮食调养 / 124

(四)肺心病的种种预防措施 / 125

肺心病的综合预防措施 / 125

预防肺心病戒烟是关键 / 126

预防肺心病的重要环节是预防呼吸道感染 / 126

肺心病患者少些用空调 / 127

春季也要预防肺心病 / 128

秋冬时节应防肺心病 / 128

预防肺心病的注意事项 / 130

肺心病患者要警惕继发真菌感染 / 131

肺心病缓解期的预防 / 132

六、肺心病的治疗 / 134

肺心病的治疗原则 / 134

肺心病的分期治疗原则 / 136

肺心病的用药原则 / 137

肺心病急性发作时应如何进行治疗 / 138

如何治疗肺心病合并呼吸衰竭 / 142

祛痰平喘在肺心病急性发作期的治疗中有何重要性 / 142

如何治疗肺心病合并心力衰竭 / 143

肺心病肺动脉高压及右侧心力衰竭的治疗 / 144

肺心病水肿如何选用利尿药 / 145

肺心病患者要慎用利尿药 / 146

肺心病合并呼吸衰竭的治疗措施 / 147

肺心病急性期的抗凝治疗 / 148

肺心病患者慎用安定类药物 / 149

肺心病患者怎样度过加重期 / 150

肺心病缓解期的防治 / 151

肺心病稳定期的康复治疗 / 153

七、肺心病的中医、药膳及食疗 / 154

- 肺心病的病机特点 / 154
- 肺心病的中医分型 / 155
- 怎样辨治肺心病 / 156
- 肺心病要治本 / 157
- 肺心病急性发作期的中医治疗 / 159
- 治疗肺心病的中药方剂 / 160
- 治疗肺心病患者的中成药 / 163
- 肺心病患者的食疗单方 / 163
- 可调治肺心病的食疗 / 164
- 可调治肺心病的药膳 / 165
- 可调治肺心病的药膳汤 / 169
- 可调治肺心病的药膳粥 / 171
- 饮邪恋肺型肺心病的药膳 / 172
- 肺心病的茶药 / 175
- 肺心病的中医外治 / 175

八、肺心病患者如何氧疗 / 176

- 肺心病患者氧气疗法的重要性 / 176
- 肺心病患者如何吸氧 / 177
- 肺心病患者氧气疗法的指征 / 178
- 肺心病患者吸氧有说道 / 179
- 肺心病患者吸氧并非多多益善 / 180
- 氧气疗法的要求 / 180
- 肺心病患者的家庭氧气治疗 / 181

家庭氧疗要注意啥 / 182

正确使用氧气袋 / 183

九、肺心病患者安全过冬的窍门 / 184

肺心病的冬前预防 / 184

肺心病患者冬季保健原则 / 185

肺心病患者怎样应对严寒 / 188

肺心病患者安全过冬最重要 / 189

肺心病患者的冬季呵护 / 191

冬季谨防肺心病复发 / 194

十、肺心病的日常保健 / 195

肺心病患者要“一看、二听、三检查” / 195

肺心病患者的家庭监护 / 196

肺心病患者的家庭应急处理 / 197

治疗肺心病用“心”保健最关键 / 198

肺心病缓解期的自我调养 / 200

肺心病患者的家庭康复指导 / 203

肺心病患者保健须知 / 204

肺心病患者需要有一个好心情 / 206

如何照顾老年肺心病患者 / 207

肺心病患者必须戒烟 / 208

肺心病患者要会咳嗽 / 209

肺心病患者促进排痰的方法 / 210

肺心病患者为什么要防便秘 / 210

肺心病患者为什么不宜长时间睡眠 / 211

肺心病与性生活的关系 / 212

肺心病的性生活保健 / 212

肺心病患者居住的房间怎样消毒 / 214

十一、肺心病患者的饮食和运动 / 215

肺心病的饮食原则 / 215

肺心病的食物选择要点 / 217

肺心病的饮食疗法能量计算原则 / 218

肺心病的营养治疗 / 219

肺心病的3餐食谱 / 220

得了肺心病该喝什么汤 / 220

肺心病患者要管好自己的嘴 / 221

肺心病可进行哪些运动项目 / 222

肺心病的体育疗法 / 223

肺心病患者应每天做肺功能锻炼 30 分钟 / 225

十二、肺心病患者的护理 / 226

肺心病患者自我护理 / 226

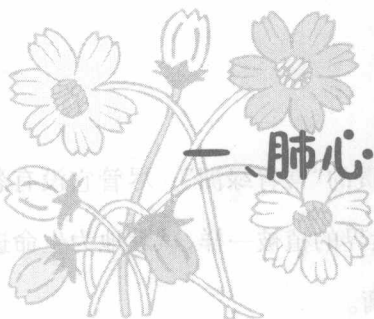
肺心病患者的冬季护理 / 228

如何照顾老年肺心病患者 / 228

老年肺心病患者的家庭护理 / 229

肺心病患者的心理护理 / 230

家人要用“心”护理肺心病患者 / 231



一、肺心病的概述

(一)肺的结构和生理功能



肺有哪些结构

肺是呼吸系统的主要器官,是气体交换的场所。肺左、右各一,位于胸腔内,膈的上方,纵隔两侧。肺质软而轻,呈海绵状,富有弹性。每侧肺呈半圆锥体形,左肺较狭长,右肺较粗短。肺分为一尖、一底、两面和三缘。肺尖呈钝圆形,高出锁骨内侧1/3上方2~3cm。肺底微凹,与膈相邻,称膈面。肺外侧面圆凸,邻接肋和肋间肌,称肋面。内侧面邻贴纵隔,称纵隔面。其中部凹陷处称肺门,是主支气管、血管、淋巴管和神经等结构出入之处。这些出入肺门的结构被结缔组织包绕,总称为肺根。肺的前缘和下缘较薄锐,左肺前缘下部有心切迹。肺的后缘圆钝,两肺均有裂隙。左肺有一条斜裂,将左肺分成上、下两叶。右肺有斜裂和水平裂,将右肺分成上、中、下三叶。