

插图本

百病防治

问答丛书 (第二辑)

GUANXINBING

冠心病

◎ 姚光辉 余祥春 傅毅 黄峰 郑明



.4-44

河南科学技术出版社

百病防治问答丛书（插图本）

冠 心 病

姚光辉 余祥春 傅 毅
黄 峰 郑 明

河南科学技术出版社

内 容 提 要

本书以问答的形式,介绍了冠心病的基础知识、发病原因、临床表现、检查、诊断及治疗,还介绍了如何预防冠心病的复发、冠心病病人如何合理膳食等卫生小常识。

图书在版编目(CIP)数据

冠心病/姚光辉等编. —郑州:河南科学技术出版社,
1999.9

(百病防治问答丛书)

ISBN 7-5349-2410-3

I. 冠… II. 姚… III. 冠心病—基本知识—问答
IV. R54 1.4-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 32299 号

责任编辑 王亚平 责任校对 王艳红

河南科学技术出版社出版

郑州市农业路 73 号

邮政编码: 450002 电话: (0371) 5737028

河南新丰印刷有限公司印刷

全国新华书店发行

开本: 787×1092 1/32 印张: 5.75 字数: 114 千字

1999 年 9 月第 1 版 1999 年 9 月第 1 次印刷

印数: 1—7000

ISBN 7-5349-2410-3/R·477 定价: 7.80 元

前 言

冠心病是一种严重危害人类健康的常见病、多发病。随着人民生活水平的不断提高，冠心病的发病率在我国有逐年上升的趋势，并且发病年龄趋于年轻化。

为使广大群众增强自我防范冠心病的意识，让更多的读者了解、掌握冠心病的发病原因、临床表现、检查与诊断、治疗等常识，尤其是掌握各种预防冠心病的有效方法，编者不揣浅陋，根据多年从事防治冠心病的临床经验，收集近年来防治冠心病的最新进展资料，编写出这本小册子，希望对广大读者，尤其是冠心病患者及家属有所裨益。

在本书编写过程中，我们得到了不少热心朋友、同事的热情帮助，出版社的编辑及校对同志为使本书能顺利出版而付出了心血，在此一并致以衷心的感谢！

福建省三明市第一人民医院 姚光辉

1999年8月

目 录

一、冠心病的基础知识	(1)
1. 什么是人体的循环系统?	(1)
2. 什么是体循环和肺循环?	(1)
3. 什么是血管系统?	(2)
4. 心脏的大小、位置和形态是怎样的?	(2)
5. 心脏有哪些功能?	(3)
6. 心脏功能是如何分级的?	(4)
7. 心脏活动受哪些神经调节?	(4)
8. 心脏为什么会不停地跳动?	(6)
9. 什么是心脏的传导系统?	(7)
10. 为什么心肌对缺血、缺氧较敏感?	(7)
11. 冠状动脉是怎样分布的?	(9)
12. 冠状循环有什么生理功能?	(10)
13. 冠状循环的血流特点是什么?	(11)
14. 冠脉血流量主要是由什么来调节的?	(12)
15. 冠状动脉的侧支循环是怎样的?	(13)
16. 什么叫心律、心率、心音?	(13)
17. 什么叫血脂? 什么叫高脂血症?	(14)
18. 什么是动脉粥样硬化?	(15)
19. 动脉硬化与动脉粥样硬化有何不同?	(16)
20. 动脉粥样硬化是怎么形成的?	(16)

21. 什么是血压？其正常值是多少？	(17)
22. 影响动脉血压的因素有哪些？	(18)
23. 什么是冠心病？	(19)
24. 世界卫生组织对冠心病所下的定义和分类 是什么？	(20)
25. 什么是心律失常？	(24)
二、冠心病的原因	(26)
26. 为什么冠心病的发病率有逐年增高的趋势？	(26)
27. 冠心病的易患因素有哪些？	(26)
28. 冠心病的发病率男女之间有什么差别？	(28)
29. 年龄与冠心病的发生有何关系？	(29)
30. 脑力劳动者和体力劳动者冠心病发病率 有什么不同？	(29)
31. 饮食习惯与冠心病有何关系？	(30)
32. 为什么饱餐易引起心绞痛？	(30)
33. 为什么过量饮酒会得冠心病？	(33)
34. 微量元素的摄入多寡与冠心病发病有关吗？	(33)
35. 为什么高脂血症会引起冠心病？	(34)
36. 冠心病与饮水有什么关系？	(35)
37. 纤维蛋白原与冠心病有何关系？	(36)
38. 血小板对冠心病有何影响？	(37)
39. 血栓素、前列环素与冠心病有什么关系？ ...	(37)
40. 为什么吸烟者易患冠心病？	(38)
41. 为什么糖尿病患者易患冠心病？	(39)

42. 为什么高血压患者易患冠心病?	(40)
43. 肥胖与冠心病有何关系?	(41)
44. 甲状腺功能减退症患者为什么易患冠心病?	(42)
45. 冠心病是遗传性疾病吗?	(42)
46. 为什么便秘易引起心绞痛?	(43)
47. 为什么 A 型性格的人易患冠心病?	(44)
48. 精神因素与冠心病有什么关系?	(45)
49. 气候变化与冠心病有何关系?	(46)
50. 急性心肌梗死与日月变化有何关系?	(47)
51. 急性心肌梗死的促发因素是什么?	(47)
52. 祖国医学怎样认识冠心病的病因和发病机理?	(48)
三、冠心病的临床表现	(50)
53. 得了冠心病会有什么样的临床表现?	(50)
54. 心绞痛有哪些特点?	(51)
55. 心绞痛临床分为几类?	(52)
56. 稳定型心绞痛的临床表现有哪些?	(54)
57. 恶化型心绞痛的临床表现有哪些?	(54)
58. 变异型心绞痛的临床表现有何特点?	(55)
59. 卧位型心绞痛有何特点?	(55)
60. 什么是梗死后心绞痛?	(56)
61. 心绞痛是如何分级的?	(56)
62. 中老年人常发生与运动有关的腿痛是怎么 回事?	(57)
63. 哪些疾病也会出现心绞痛的症状?	(58)

64. 急性心肌梗死的先兆是什么? (60)
65. 急性心肌梗死有哪些典型的临床表现? (61)
66. 老年人心肌梗死的首发症状有哪些? (62)
67. 如何发现无痛性心肌梗死? (63)
68. 急性心肌梗死的部位与临床表现有何关系?
..... (63)
69. 急性心肌梗死时可有哪些体征? (64)
70. 心肌梗死与心绞痛在症状上有何不同? (65)
71. 急性心肌梗死有哪些并发症? (65)
72. 什么是心力衰竭? (67)
73. 为什么心肌梗死患者常伴有心力衰竭? (68)
74. 急性心肌梗死的范围及部位与心功能有何
关系? (69)
75. 心源性休克有何特点? (69)
76. 心脏破裂有哪些表现? (70)
77. 心律失常有哪些表现? (71)
78. 急性心肌梗死常合并哪些类型的心律失常?
..... (72)

四、冠心病的检查与诊断 (73)

79. 诊断冠心病常用哪些方法? (73)
80. 为什么冠心病患者要做心电图检查? (74)
81. 什么是心电图? (74)
82. 为什么要做心电图运动试验? (76)
83. 常用的心电图运动试验有哪些? (76)
84. 哪些情况下不适合做心电图运动试验? (77)
85. 除运动试验外还有哪些试验用于诊断冠心病?

.....	(78)
86. 动态心电图检查对诊断冠心病有何意义? ...	(78)
87. 超声心动图对冠心病有何诊断价值?	(80)
88. 放射性核素检查对冠心病的诊断有何意义?	
.....	(81)
89. 放射性核素检查对人体有害吗?	(83)
90. 什么是选择性冠状动脉造影?	(83)
91. 磁共振对心肌梗死的检查和诊断有何意义?	
.....	(84)
92. 哪些实验室检查对冠心病的诊断有价值? ...	(85)
93. 为什么冠心病患者要化验凝血因子?	(86)
94. 如何自我早期发现冠心病?	(87)
95. 诊断冠心病有哪些条件?	(88)
96. 心肌梗死的诊断标准是什么?	(89)
97. 怎样对急性心肌梗死进行鉴别诊断?	(90)
五、冠心病的治疗	(92)
98. 冠心病患者应随身携带些什么药?	(92)
99. 心绞痛发作时该怎么办?	(92)
100. 稳定型心绞痛的治疗原则是什么?	(93)
101. 治疗心绞痛如何用药效果更佳?	(94)
102. 不稳定型心绞痛的治疗原则是什么?	(95)
103. 如何正确使用硝酸甘油片?	(97)
104. 如何合理使用硝酸异山梨醇酯和硝苯地平?	
.....	(98)
105. 如何应用钙通道阻滞剂?	(99)
106. 如何应用 β 受体阻滞剂?	(100)

107. 阿司匹林对冠心病患者有什么作用? (101)
108. 有人发生心肌梗死怎么办? (102)
109. 急性心肌梗死患者在转运中应注意哪些问题? (103)
110. 急性心肌梗死患者为什么要吸氧? (104)
111. 急性心肌梗死患者应用硝酸甘油有何益处? (104)
112. 急性心肌梗死治疗的新概念是什么? (105)
113. 缩小梗死范围的治疗措施有哪些? (106)
114. 急性心肌梗死如何进行抗凝治疗? (107)
115. 急性心肌梗死需要紧急处理的并发症有哪些? (107)
116. 什么是急性心肌梗死的溶栓疗法? (108)
117. 急性心肌梗死患者疼痛不止时该怎么办? (109)
118. 为什么要给急性心肌梗死患者以极化液治疗? (109)
119. 急性心肌梗死伴心力衰竭时如何治疗? ... (110)
120. 急性心肌梗死并发心源性休克的治疗措施有哪些? (112)
121. 急性心肌梗死时心律失常如何治疗? (113)
122. 什么是冠心病的介入治疗? 它的适应证和禁忌证各是什么? (114)
123. 冠心病怎样用手术疗法? (115)
124. 为什么有的冠心病患者要安装起搏器? ... (116)
125. 中医对冠心病心绞痛是如何辨证论治的?

.....	(117)
126. 中医如何治疗急性心肌梗死?	(120)
127. 如何对冠心病进行针刺治疗?	(121)
128. 怎样对冠心病进行按摩治疗?	(121)
129. 什么是冠心病的耳压疗法?	(122)
六、冠心病的预防与保健	(124)
130. 冠心病能预防吗?	(124)
131. 预防冠心病应从何时开始? 怎样预防? ...	(124)
132. 冠心病的一级预防有哪些内容?	(126)
133. 冠心病的二级预防有哪些内容?	(127)
134. 怎样有效地预防高血压病?	(128)
135. 如何防治高脂血症?	(129)
136. 怎样预防心肌梗死的发生?	(130)
137. 怎样预防心肌梗死愈后复发?	(131)
138. 怎样预防老年人猝死?	(133)
139. 冠心病患者怎样科学地安排生活?	(133)
140. 防治冠心病的合理膳食原则有哪些?	(135)
141. 冠心病的饮食防治原则是什么?	(136)
142. 为什么吃海鱼可预防冠心病?	(137)
143. 海藻食物为什么对预防冠心病有好处? ...	(138)
144. 冠心病患者为什么宜多食含水溶性纤维素的食品?	(140)
145. 冠心病患者为什么宜适当吃些含铜食物?	(140)
146. 冠心病患者为什么要避免饱餐?	(141)
147. 冠心病患者能饮酒吗?	(141)

148. 冠心病患者为什么应多吃豆类及豆制品？	(142)
149. 冠心病患者能吃鸡蛋吗？	(143)
150. 冠心病患者能喝牛奶吗？	(144)
151. 冠心病患者为何应多吃大蒜？	(145)
152. 饮茶对防治冠心病有何益处？	(146)
153. 冠心病患者饮茶应注意什么？	(147)
154. 体育锻炼对冠心病患者的康复有什么好处？	(148)
155. 冠心病患者进行体育锻炼时应注意哪些问题？	(149)
156. 冠心病患者为何不宜在清晨锻炼身体？	(150)
157. 冠心病患者如何选择运动项目？	(152)
158. 冠心病患者如何进行散步锻炼？	(153)
159. 冠心病患者如何进行骑车慢行锻炼？	(154)
160. 冠心病患者如何进行游泳运动锻炼？	(154)
161. 冠心病患者如何进行体操运动？	(156)
162. 冠心病患者进行气功锻炼有哪些好处？	(158)
163. 冠心病患者外出旅游要注意什么？	(159)
164. 冠心病患者能否乘飞机？	(160)
165. 冠心病患者在冬春季要注意什么？	(161)
166. 冠心病患者能过性生活吗？	(162)
167. 冠心病患者为什么不宜大笑？	(162)
168. 冠心病患者能拔牙吗？	(163)
169. 为什么冠心病患者要特别注意防止便秘？	(164)

170. 冠心病患者在看电视时应注意些什么? ... (166)
171. 冠心病患者怎样做好心理卫生? (166)
172. 工作和家庭环境对冠心病患者有何影响?
..... (167)

一、冠心病的基础知识

1. 什么是人体的循环系统？

人体的循环系统包括血液循环系统和淋巴系统两部分，血液循环系统包括血液、心脏和血管；淋巴系统包括淋巴管、淋巴液及淋巴结，是血液循环系统的辅助部分。血液循环系统起到体内物质运输的作用，主要是不断运送氧气和养料，供人体各部分的需要，同时将各内脏、器官、组织及细胞新陈代谢后的废物，如二氧化碳，由循环的血液通过肺脏排出体外。还有些废物是通过循环的血液运送到肾脏，由肾脏滤过从尿中排出，或通过皮肤、消化道排出。

2. 什么是体循环和肺循环？

根据血液在体内循环路径的不同，血液循环系统可分为体循环和肺循环两种。

(1) 体循环：当心脏收缩时，左心室内含有的新鲜血液首先被泵到主动脉，并通过主动脉及其分支流到全身各组织器官的毛细血管，以供给代谢所需的氧和营养物质，并带走新陈代谢所产生的废物和二氧化碳，成为静脉血，最后汇集到上、下腔静脉并返回右心房，这一循环过程叫体循环。

(2) 肺循环：由右心房接收回心的静脉血流入右心室后，被推送入肺动脉，这时肺动脉的血是含氧量低的血液。血液经肺动脉注入到肺泡表面的毛细血管网，在此与由呼吸道吸入的空气进行气体交换，充分吸收氧气并排出二氧化

碳，又变成了含氧量高的鲜红血液，然后经肺静脉送回左心房，这一循环过程叫肺循环。

经过肺循环的血到达左心房后被挤入左心室，再由左心室泵入主动脉输送到全身各部，周而复始。所以体循环和肺循环通过心脏连在一起，组成了人体的血液循环。

3. 什么是血管系统？

心脏要将血液泵到全身各个组织和器官，必须具备传送运载血液的管道，这个管道就是血管系统。血管系统是一个密闭的管道系统，由动脉、静脉和毛细血管组成。血管系统按其流过的血液是新鲜的还是用过的、是离开心脏还是返回心脏的特性，而分为动脉和静脉。动脉将心脏泵出的新鲜血液输送到身体的每一个组织和器官，静脉将各组织和器官用过的血液输送回到心脏。动脉中因含的是带氧较多的血，所以颜色鲜红；而静脉血因含较多的二氧化碳，因此颜色呈暗红色。但是肺循环却相反，肺动脉含的是静脉血，而肺静脉却含带氧丰富的动脉血。

在动脉和静脉之间有一种极细的血管称之为毛细血管。一个成年人的毛细血管总数在 300 亿根以上，总长约 11 万千米，足可绕地球 2.7 圈。毛细血管的口径平均约为 0.007 毫米，长 0.2~4 毫米。它们互相联系成网，布满全身。毛细血管总横断面积大于主动脉数百倍，估计总面积达 8 310 平方米。

4. 心脏的大小、位置和形态是怎样的？

心脏是人体内泵血的肌性动力器官，重约 300 克，约占人体重量的 0.5%，其大小相当于本人的拳头。有趣的是，它的强弱也常和拳头的强弱成正比。一个粗手粗脚的人（多

为体力劳动者)，除了拥有一副较大的拳头之外，同时也拥有一个强大的心脏。反之，一个细手细脚的人（多为脑力劳动者），则多半具有较小的心脏。

心脏位于胸腔内，在膈以上居两肺之间，约有 $2/3$ 在中线左侧， $1/3$ 在中线右侧。前方是胸骨和肋骨，后面为食管、大血管和椎骨，两旁是肺脏，因而心脏受到有力的保护。

心脏的形状近似一颗桃子，这颗“桃子”的尖端称做心尖，指向左前下方，底朝右后上方。因此，心的长轴倾斜，与正中矢状面约成 45° 角。因心底是大血管出入的地方，所以固定不动，而心尖可自由活动。如把手掌放在左侧乳头附近，可以清楚地触到心尖的搏动。在发育过程中，心沿纵轴向左轻度旋转，故右半心在右前，左半心偏居左后。

心脏的外面包了两层很薄而又光滑的膜，叫做心包膜。两层心包膜之间有一空隙，称为心包腔。其中含有少量淡黄色液体，约 20 毫升，称为心包液。心包液在心脏跳动过程中起着润滑的作用，可以减少摩擦和阻力。同时，心包膜又是心脏的外围，有保护心脏不致过度扩张的作用。

5. 心脏有哪些功能？

心脏具有以下几种功能：

(1) 保证心脏血液定向流动：心脏为心血管系统的枢纽，它像一个“动力泵”，有人称之为血泵。房室瓣和动脉瓣类似泵的阀门，它们可顺血流打开，逆血流而闭合，从而保证血液定向流动。

(2) 维持血液循环：心脏的窦房结发放有节律的冲动，刺激心肌进行有节律地收缩和舒张。舒张时，右心接纳从体

循环回心的血液，左心接纳从肺循环回心的血液；收缩时，右心将血液送入肺循环，左心将血液送至体循环，从而维持血液不断地循环，保证各组织和器官的血液供应。

(3) 内分泌功能：近年来发现心脏还具有内分泌功能，心房肌细胞能产生和分泌一类具有活性的多肽——心钠素。它的主要作用是利钠利尿，扩张血管，降低血压。

6. 心脏功能是如何分级的？

临床上根据患者能胜任多少体力活动，而将心脏功能分为四级，具体评定指标如下：

第一级（心功能正常或心功能代偿期）：体力活动不受限制，一般体力活动不引起症状。

第二级（心功能不全一级）：体力活动稍受限制，一般活动可引起乏力、心悸、呼吸困难等症状。

第三级（心功能不全二级）：体力活动大受限制，轻度活动即可引起乏力、心悸、呼吸困难等症状。

第四级（心功能不全三级）：体力活动能力完全丧失，休息时也有心悸、呼吸困难等症状。

心功能不全程度并非固定不变，可从某一等级转变为更高或更低的一级。有些可逆性心血管疾病，经有效的治疗后，心功能可完全恢复正常。

7. 心脏活动受哪些神经调节？

心脏具有自动节律性，并不是说心脏就不受大脑和神经的支配了。在日常生活中，当我们遇到紧张和恐惧的事件时，心率会突然加快，面色会突然变白或变红，这是因为心脏的活动也受着神经系统支配的缘故。

心脏受自主神经支配，支配心脏的传出神经为交感神经