

“家庭百病不求人”丛书



冠心病 防治200问

● 陈诗泉 邹爱东 张碧珍



福建科学技术出版社

XH27108

97
R541.4-44
1
2

“家庭百病不求人”丛书

冠心病防治 200 问

●陈诗泉 邹爱东 张碧珍



3 0109 4544 6

福建科学技术出版社



C

343865

(闽)新登字 03 号

“家庭百病不求人”丛书

冠心病防治 200 问

陈诗泉 邹爱东 张碧珍

*

福建科学技术出版社出版、发行

(福州得贵巷 59 号)

福建省新华书店经销

福建省科发电脑排版服务公司排版

福安市印刷厂印刷

开本 787×1092 毫米 1/32 7.25 印张 2 插页 147 千字

1996 年 2 月第 1 版

1996 年 2 月第 1 次印刷

印数:1—8 000

ISBN 7-5335-0986-2 / R · 207

定价:7.10 元

书中如有印装质量问题,可直接向承印厂调换

前 言

冠心病是中老年人的常见病，在西方发达国家，发病率和死亡率均较高。在美国，每年死于冠心病者占死亡人数的首位。我国冠心病发病率较西方发达国家低，但由于近年来人们寿命的延长，饮食条件的改善以及工业化带来的生活节奏紧张等原因，冠心病有日益增多的趋势，并成为人群中主要的死亡原因之一。因此，有关冠心病的防治问题越来越引起人们的重视。

然而，很多人对冠心病还缺乏基本的了解，不知道冠心病是怎么回事，更不懂得怎样预防冠心病的发生。即使已经出现了明显的冠心病症状，但由于没有冠心病的基本知识，因而没有及时就医，也没有采取积极有效的防治措施，使病情进一步加重。不少人和广大冠心病患者急需较系统地了解冠心病的防治知识及可供自我咨询保健的科普读物。

防治冠心病不只是心内科的一个重要课题，也是全民卫生保健的一大任务。为了使广大民众、中老年同志及冠心病患者较系统地认识冠心病，作者查阅了大量国内外有关冠心病的资料，以及近年来有关冠心病方面的最新进展，结合本人多年防治冠心病工作的经验，编写了这本《冠心病防治 200 问》。本书深入浅出地向读者介绍了冠心病的发病原因、症状、

诊断方法及检查意义，冠心病的防治和自我保健，以及冠心病人所关心的一些问题，使广大读者能较系统地了解冠心病，自己掌握运用冠心病的防治方法，发挥主观能动作用，配合医护人员，更好地防治本病。

在本书编写过程中，我们参考了近年来出版的有关冠心病的专业书籍和杂志，以及有关的科普读物，在此谨表谢意！

编著者

1995. 7. 28

目 录

一、冠心病的基本常识

1. 心脏位于人体何处？形态怎样？ (1)
2. 心脏的内部结构有哪些？ (2)
3. 心脏有哪些功能？ (2)
4. 什么是循环系统？它有哪些功能？ (3)
5. 什么是血管系统？ (4)
6. 什么是体循环和肺循环？ (4)
7. 什么叫心率、心律和心音？ (5)
8. 心脏为什么会不停地跳动？ (6)
9. 什么是心脏的传导系统？ (6)
10. 什么叫心脏传导阻滞？ (7)
11. 有右束支传导阻滞的人都有心脏病吗？ (8)
12. 心脏的活动是否受神经的支配？ (9)
13. 当情绪激动时为什么会心跳加快，血压升高呢？
..... (9)
14. 血压是怎样产生的？影响血压的因素有哪些？ ...
..... (10)
15. 血管有哪些基本结构和功能？ (12)

16. 什么叫冠状动脉?	(13)
17. 什么叫冠状循环?	(14)
18. 冠状循环有何生理特点?	(15)
19. 冠状动脉是怎样分布的?	(16)
20. 什么叫冠状动脉的侧枝循环? 有什么意义? ...	(17)
21. 为什么心肌比其他组织对缺氧更为敏感? ...	(18)
22. 什么叫血脂? 什么叫高脂血症?	(18)
23. 什么是动脉粥样硬化?	(19)
24. 动脉硬化与动脉粥样硬化有什么不同?	(20)
25. 动脉粥样硬化是怎么形成的?	(21)
26. 什么是冠心病?	(22)
27. 什么是室壁瘤? 有什么危害?	(23)

二、冠心病的发病原因

28. 为什么冠心病发病率会逐年增高?	(24)
29. 什么样的人易得冠心病?	(25)
30. 冠心病的患病率男女之间有什么差别?	(26)
31. 脑力劳动者与体力劳动者冠心病发病率有何差别?	(26)
32. 冠心病与年龄有何关系?	(27)
33. 为什么高血压病人易患冠心病?	(28)
34. 吸烟者为什么易患冠心病?	(29)
35. 为什么糖尿病病人易患冠心病?	(31)
36. 为什么过量饮酒会得冠心病?	(31)
37. 性格与冠心病发病有何关系?	(32)
38. 高脂血症是怎样形成的?	(34)

39. 为什么高脂血症会引起冠心病?	(35)
40. 精神因素与冠心病有什么关系?	(36)
41. 肥胖者为什么容易患冠心病?	(37)
42. 冠心病会遗传吗?	(38)
43. 冠心病与饮水有什么关系?	(39)
44. 无机元素与冠心病有何关系?	(40)
45. 纤维蛋白原与冠心病有何关系?	(42)
46. 血小板对冠心病有何影响?	(43)
47. 血栓素和前列环素与冠心病有什么关系? ...	(44)
48. 哪些维生素与冠心病发病关系密切?	(44)
49. 天气与冠心病发作有何关系?	(46)
50. 急性心肌梗塞的促发因素是什么?	(47)
51. 急性心肌梗塞与气候变化有何关系?	(47)
52. 急性心肌梗塞与日、月变化有何关系?	(49)
53. 哪些病人易发生再次心肌梗塞? 如何预防? ...	(49)
54. 什么叫心脏性猝死? 引起心脏性猝死的原因有哪些?	(50)
55. 影响心肌梗塞预后的因素有哪些?	(51)
56. 影响心脏破裂的因素有哪些?	(52)
57. 中医认为冠心病心绞痛的发病原因有哪些? ...	(53)

三. 冠心病的临床表现

58. 冠心病有哪些临床表现?	(55)
59. 冠心病有哪些临床类型?	(56)
60. 心绞痛有哪些特点?	(57)
61. 心绞痛的症状是怎样发生的?	(58)

62. 哪些疾病会出现心绞痛的症状?	(59)
63. 哪些疾病会引起假心绞痛?	(60)
64. 初发劳力型心绞痛发作特点有哪些?	(62)
65. 稳定劳力型心绞痛的临床表现有哪些?	(63)
66. 恶化劳力型心绞痛有哪些临床表现?	(64)
67. 如何判断劳力型心绞痛的严重程度?	(65)
68. 变异型心绞痛的临床表现有何特点?	(66)
69. 不稳定型心绞痛是怎么回事?	(67)
70. 卧位型心绞痛有何特点?	(68)
71. 梗塞后心绞痛是怎么回事?	(68)
72. 无症状心肌缺血是怎么回事?	(69)
73. X 综合征是怎么回事?	(70)
74. 心肌梗塞是怎么回事?	(71)
75. 急性心肌梗塞有先兆吗?	(71)
76. 老年人心肌梗塞的首发症状有哪些?	(72)
77. 老年人心肌梗塞为什么常有误诊和漏诊? ...	(73)
78. 急性心肌梗塞有哪些临床症状?	(74)
79. 心肌梗塞与心绞痛在症状上有何差别?	(76)
80. 哪些情况下会发生无痛性心肌梗塞?	(76)
81. 急性心肌梗塞有哪些并发症?	(77)
82. 心律失常有哪些表现?	(79)
83. 急性心肌梗塞病人常合并哪些类型的心律失常, 应采取什么对策?	(80)
84. 怎样识别室性心律失常的危险程度?	(81)
85. 心力衰竭是怎么回事?	(82)
86. 急性心肌梗塞心力衰竭的分级和分型方法是什么?	

.....	(83)
87. 急性心肌梗塞的大小及部位与心功能有何关系?	
.....	(84)
88. 心源性休克有何特点?	(84)
89. 急性心肌梗塞并发心源性休克者预后如何? ...	(85)
90. 心脏破裂有哪些表现?	(86)
91. 缺血性心肌病有何临床特点?	(87)

四、冠心病的检查与诊断

92. 您知道自己的心功能如何吗?	(88)
93. 诊断冠心病常用的方法有哪些?	(88)
94. 如何自我早期发现冠心病?	(90)
95. 什么是心电图?	(90)
96. 冠心病在心电图上可有哪些表现?	(92)
97. 心电图有心肌缺血改变就是冠心病吗?	(93)
98. 急性心肌梗塞时, 心电图可有哪些改变? ...	(94)
99. 心电图发现异常 Q 波就是心肌梗塞吗?	(95)
100. 为什么有的心肌梗塞患者心电图却无梗塞图形?	
.....	(96)
101. 如何识别无 Q 波性心肌梗塞?	(96)
102. 如何识别右心室梗塞?	(97)
103. 急性心肌梗塞应与哪些疾病相区别?	(97)
104. 哪些血清酶对急性心肌梗塞的诊断有意义?	
.....	(98)
105. 为什么要做心电图运动试验?	(100)
106. 常用的心电图运动试验有哪些?	(101)

107. 哪些情况下不适合做心电图运动试验? ...	(101)
108. 除运动试验外还有哪些试验用于诊断冠心病? ...	(102)
109. 什么叫 24 小时动态心电图? 对诊断冠心病有何意义? ...	(103)
110. 超声心动图对冠心病有何诊断价值? ...	(104)
111. 放射性核素检查对冠心病的诊断有何意义? ...	(105)
112. 放射性核素检查对人体有害吗? ...	(106)
113. 什么是选择性冠状动脉造影? ...	(107)
114. 什么叫脂蛋白? 主要的脂蛋白有几种? ...	(108)
115. 何为病态窦房结综合征? 诊断方法有哪些? ...	(109)
116. 心电图运动试验阳性能否确诊冠心病? ...	(110)
117. 什么是心室晚电位? ...	(111)
118. 心肌梗塞病人心室晚电位阳性有何意义? ...	(111)
119. 急性心肌梗塞病人进行运动试验的指导方针是什么? ...	(112)
120. 急性心肌梗塞病人在出院前应做哪些检查及评价? ...	(113)

五、冠心病的治疗

121. 硝酸甘油为什么能治疗心绞痛? ...	(115)
122. 硝酸甘油的新型制剂有哪些? ...	(116)
123. 如何正确使用硝酸甘油? ...	(117)
124. 硝酸甘油可产生哪些副作用? 如何防止? ...	(118)

125. 钙拮抗剂治疗冠心病的作用是什么? (119)
126. 心痛定、异搏定、硫氮革酮有什么不同的治疗作用?
..... (120)
127. β -受体阻滞剂在冠心病治疗中的作用是什么? ...
..... (121)
128. 应用 β -受体阻滞剂应注意哪些问题? (122)
129. 阿司匹林对心绞痛和心肌梗塞病人有什么作用?
..... (123)
130. 冠心病病人应随身携带些什么药? (124)
131. 心绞痛发作时该怎么办? (125)
132. 家中有人发生心肌梗塞怎么办? (126)
133. 急性心肌梗塞病人在转运中应注意哪些问题? ...
..... (127)
134. 急性心肌梗塞病人为什么要吸氧? (127)
135. 急性心肌梗塞病人应用硝酸甘油有何益处?
..... (128)
136. 急性心肌梗塞病人静滴硝酸甘油时应注意什么?
..... (129)
137. 什么叫急性心肌梗塞的溶栓疗法? (130)
138. 如何判断心肌梗塞溶栓效果? (131)
139. 静脉溶栓疗法的适应证和禁忌证是什么? ... (132)
140. 如何有效地控制急性心肌梗塞时的疼痛? ... (133)
141. 急性心肌梗塞患者为什么不能饱餐? 并发腹胀时应
如何处理? (133)
142. 急性心肌梗塞伴发心律失常应怎样处理? ... (134)

143. 急性心肌梗塞并发心力衰竭时应如何处理? (135)
144. 急性心肌梗塞患者应如何选用洋地黄? ... (136)
145. 哪些冠心病可以手术治疗? (137)
146. 什么叫起搏器? 为什么有的冠心病人要安装起搏器? (138)
147. 什么叫冠状动脉搭桥术? (139)
148. 什么叫主动脉内气囊反搏术? (139)
149. 什么叫心脏的介入性治疗? 冠心病介入性治疗的方法有哪些? (140)
150. 如何治疗高脂血症? (141)
151. 中医治疗冠心病常用方法有哪些? (142)
152. 中医对冠心病心绞痛是如何辨证论治的? ... (143)
153. 防治冠心病心绞痛的中成药有哪些? (145)
154. 中医如何治疗急性心肌梗塞? (146)
155. 针灸如何治疗冠心病心绞痛? (147)
156. 按摩治疗冠心病的方法有哪些? (148)
157. 怎样应用针刺治疗急性心肌梗塞? (149)
158. 中医治疗冠心病心绞痛还有哪些方法? ... (150)

六、冠心病的预防与保健

159. 冠心病能预防吗? (151)
160. 预防冠心病应从何时开始? (152)
161. 什么是冠心病的一级预防和二级预防? ... (153)
162. 怎样有效地预防高血压病? (154)
163. 如何防治高脂血症? (155)

164. 怎样科学地控制体重?	(156)
165. 怎样正确对待冠心病?	(157)
166. 冠心病患者怎样科学地安排生活?	(158)
167. 怎样预防心肌梗塞的发生?	(160)
168. 怎样预防心肌梗塞愈后复发?	(162)
169. 怎样预防老年人猝死?	(163)
170. 为什么阿司匹林能防治冠心病?	(164)
171. 为什么要少吃食糖?	(165)
172. 为什么吃海鱼可预防冠心病?	(166)
173. 海藻食物为什么对预防冠心病有好处? ...	(167)
174. 冠心病的饮食防治原则是什么?	(168)
175. 冠心病病人为什么要避免饱餐?	(169)
176. 冠心病病人能饮酒吗?	(169)
177. 冠心病病人为什么应多吃豆类及豆制品? ...	(171)
178. 冠心病病人能吃鸡蛋吗?	(172)
179. 冠心病病人能喝牛奶吗?	(173)
180. 冠心病病人为什么应多吃大蒜?	(174)
181. 饮茶对防治冠心病有何益处?	(175)
182. 冠心病病人饮茶应注意什么?	(176)
183. 心肌梗塞患者的饮食原则是什么?	(177)
184. 心力衰竭病人如何进行饮食治疗?	(178)
185. 有心肌梗塞的病人为何不宜饱餐和饱餐后淋浴?	(179)
186. 冠心病病人能乘飞机吗?	(179)
187. 冠心病病人外出旅游要注意什么?	(180)
188. 冠心病病人在冬春季节中要注意什么? ...	(181)

189. 冠心病人能过正常的性生活吗?	(182)
190. 冠心病为什么不宜大笑?	(183)
191. 冠心病人能拔牙吗?	(183)
192. 冠心病能否进行外科手术?	(185)
193. 为什么冠心病人要特别注意防止便秘? ...	(186)
194. 运动对防治冠心病有何益处?	(186)
195. 冠心病如何选择运动项目?	(187)
196. 冠心病人在运动中应注意哪些问题?	(188)
197. 急性心肌梗塞病人怎样进行康复治疗? ...	(189)
198. 心肌梗塞病人如何在家进行康复治疗? ...	(191)
199. 急性心肌梗塞恢复以后要注意什么?	(192)
200. 气功对防治冠心病有哪些功效?	(193)
附录一 食物的胆固醇含量.....	(195)
附录二 食物脂肪的含量(克/100 克)及其脂肪酸成分	(199)
附录三 常见食物成分表.....	(202)

一、冠心病的基本常识

1. 心脏位于人体何处？形态怎样？

心脏位于胸腔之内，约三分之二在身体正中线的左侧，三分之一在正中线的右侧。心脏的前面是胸骨，后面为食道、大血管及脊椎骨，两旁是肺脏，因此心脏受到有利的保护。心脏的大小和本人的拳头相当，重量约 260 克，心脏的外形近似前后略扁的倒置圆锥体，心底宽而朝向右上方，心尖朝向左下方（如图 1 所示）。因为心底是大血管出入的地方，所以

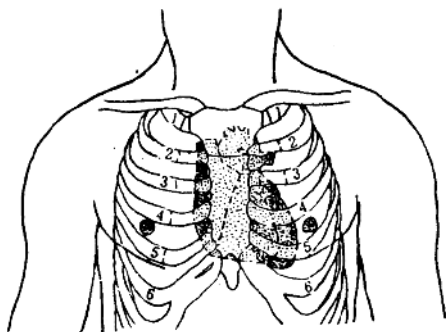


图 1 心脏在前胸壁上的投影

固定不动，而心尖活动自由，在胸部左侧乳头附近，可以清楚地摸到心尖搏动。心脏的外面包着两层薄而光滑的膜，叫做心包膜，其中含有少量液体，约 20 毫升，叫心包液。心包液在心脏跳动时起着润滑的作用，可以减少摩擦和阻力，同时心包膜对心脏也有保护的作用，保护心脏不致过度扩张。

2. 心脏的内部结构有哪些？

心脏是一个中空的肌性器官，其内部结构较为复杂。心脏被纵行的房、室间隔分成互不相通的左、右两半即左心和右心。左心内容动脉血，右心内容静脉血，左心壁稍厚，右心壁较薄。左右心又各被一道像花瓣一样的薄膜（称之为瓣膜）隔成上下两半，上为心房，下为心室。因为瓣膜位于心房与心室之间，所以称之为房室瓣。左心房与左心室之间的瓣膜由两片组成，叫二尖瓣，右心房与右心室之间的瓣膜由三片组成，称三尖瓣。心房接受心外血管（全身静脉及肺静脉）回流的血液，然后通过瓣膜进入心室，心室则靠其强大的收缩力将血液泵入主动脉和肺动脉。瓣膜只许心房的血液流入心室，阻止心室的血液倒流入心房。瓣膜的单向开放，保证了血液循单一方向流动。

3. 心脏有哪些功能？

心脏具有以下几种功能：

(1) 保证心腔血液定向流动：心脏为心血管系统的枢纽，像一个“动力泵”，有人称之为血泵。房室瓣（包括二尖瓣、三尖瓣）和动脉瓣（包括主动脉瓣及肺动脉瓣）类似泵的阀门，它们可顺血流而张开，逆血流而关闭，从而保证血液定