

LAONIAN XINXUEGUANBING FANGZHI YU KANGFU

老年心血管病 防治与康复

范利 主编



金盾出版社

老年心血管病防治与康复

主 编

范 利

副主编

李 红 史 扬 曹 剑

编著者

曹 剑 范 利 樊 瑾 李 红

李铁岭 史 扬 苏文华 朱 平

122-4579

金 盾 出 版 社

内 容 提 要

本书由解放军总医院心血管病专家撰写。书中对冠心病、急性心肌梗死、心律失常、心力衰竭、高脂血症、高血压病、肺源性心脏病等老年人常见的心血管疾病的防治与康复知识作了深入浅出的介绍,尤其对冠心病的介入治疗及老年人的饮食、运动、心理、行为等卫生知识进行了全面阐述。有很强的针对性、实用性,是广大心血管病患者及老年朋友必备读物,也是基层医务人员的重要参考书。

图书在版编目(CIP)数据

老年心血管病防治与康复/范利主编. —北京:金盾出版社,2002.4

ISBN 7-5082-1829-9

I. 老… II. 范… III. ①老年病:心脏血管疾病-防治②老年病:心脏血管疾病-康复 IV. R54

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 005487 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 68218137

传真:68276683 电挂:0234

封面印刷:北京精美彩印有限公司

正文印刷:北京3209工厂

各地新华书店经销

开本:787×1092 1/32 印张:6 字数:132千字

2002年4月第1版第1次印刷

印数:1—11000册 定价:6.50元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

前 言

心血管疾病发病率高,致残率高,死亡率也高,是危害人类身体健康的主要杀手之一。据我国近年来统计,心血管病的死亡率在死亡总人数中约占40%,高于欧美国家及日本,是心血管病高发国。当前,心血管疾病的几大主要危险因素在我国多数地区呈明显上升趋势,致使冠心病的发病率以每年3%的速度上升;高血压病的患病率,1991年比1980年增加了25%,但控制率仅有3%。这些患病人群中主要为老年人和老年前期患者,其致残、致死者均占老年病症的第一位。这对于老龄化速度居世界之首的中国来讲,积极开展心血管病的防治已刻不容缓。对于医务人员来说,迫在眉睫的问题不单是如何提高救治水平,而且更重要的是如何向大众普及心血管病的防治和保健知识。急需提高广大群众对引起心血管病因素(吸烟、嗜酒、饮食过量、缺乏锻炼、肥胖、血脂高等)的认识;提高群众对心血管病早期症状和表现的认知能力;使群众了解心血管病给人类造成的危害,提高防治意识。这就是我们写这本书的初衷。

本书共分9个部分,除介绍老年人常见心血管疾病的发病原因、临床表现、防治原则和康复治疗等一般知识外,还重点介绍了近年来国内外心血管病的最新防治手段,尤其是对患有急性心肌梗死,接受冠状动脉血运重建术和患慢性心力衰竭、心绞痛病人的心脏康复及预防,进行了较为系统的阐述。并对发生心血管病的危险因素及日常生活保健知识作了

详细介绍。本书内容科学实用,通俗易懂,适用于广大患者及老年朋友阅读,也是基层医务人员的主要参考书之一。

由于作者水平有限,加之临床医学的飞速发展,有关心血管病的许多防治和康复问题还有待深入探讨,因此书中难免出现缺点和错误,恳请广大读者批评指正。

范 利

2002 年 1 月于北京

目 录

一、冠心病的防治和康复

1. 什么是冠心病? (1)
2. 什么是动脉粥样硬化? 发病原因有哪些? (1)
3. 什么是急性冠状动脉综合征? (2)
4. 引起冠心病的主要危险因素有哪些? (2)
5. 冠心病的诱发因素是什么? (3)
6. 冠心病的典型表现是什么? (3)
7. 什么是心绞痛? (3)
8. 医学上哪些疼痛能够加重心绞痛? (4)
9. 心绞痛有哪些不典型表现? (4)
10. 哪些胸痛为非心源性胸痛? (5)
11. 非心绞痛的胸痛特点有哪些? (5)
12. 如何早期发现冠心病? (6)
13. 采用哪些方法可以早期诊断冠心病? (7)
14. 患了冠心病应该怎么办? (7)
15. 人到中年应该如何预防冠心病? (7)
16. 冠心病患者如何安排生活起居? (8)
17. 常用治疗心绞痛的药物有哪几类? (9)
18. 临床上常用的硝酸酯类药物有哪些? (9)
19. 硝酸甘油为什么能治疗心绞痛? (9)
20. 硝酸甘油能长期服用吗? (9)

21. 什么是硝酸甘油的缓释剂? (10)
22. 心绞痛急性发作时应选用哪种硝酸酯制剂? (10)
23. 应用硝酸甘油时如何防止副作用的发生? (10)
24. 老年病人应用硝酸酯类药物时应该注意些什么?
..... (11)
25. 如何预防硝酸甘油的耐药性和撤药综合征? (11)
26. 硝酸甘油贴膜与舌下含化硝酸甘油对治疗心绞痛
有什么不同? (11)
27. β -受体阻滞剂治疗冠心病的作用是什么? (12)
28. 冠心病心绞痛时如何选择 β -受体阻滞剂? (12)
29. 老年人应用 β -受体阻滞剂应注意什么? (12)
30. 长期应用 β -受体阻滞剂须注意什么? (13)
31. β -受体阻滞剂的主要副作用是什么? (13)
32. 哪些病人须慎用 β -受体阻滞剂? (13)
33. 怎样防止 β -受体阻滞剂的“反跳”现象? (13)
34. 钙通道拮抗剂治疗冠心病的作用有哪些? (14)
35. 常用的钙通道拮抗剂有哪些? (14)
36. 使用钙通道拮抗剂应注意些什么? (14)
37. 硝苯地平、维拉帕米、硫氮草酮对冠心病病人各有
什么治疗作用? (14)
38. 什么叫血管紧张素转换酶抑制剂? (15)
39. 血管紧张素转换酶抑制剂对冠心病有何治疗作用?
..... (15)
40. 如何预防冠心病? (15)
41. 冠心病预防应从何时着手? (16)
42. 什么是冠心病的一级预防? (16)
43. 什么是冠心病的二级预防? (17)

- 44. 冠心病心绞痛病人应如何安排生活起居? (18)
- 45. 怎样科学地控制体重? (19)
- 46. 糖尿病对冠心病有何影响? (19)
- 47. 戒烟对冠心病病人的重要性如何? (19)
- 48. 50岁以后才戒烟对冠心病病人有意义吗? (20)
- 49. 维生素类药物对冠心病病人是否有益? (20)
- 50. 雌激素是否能预防女性绝经期冠心病的发生? ... (20)
- 51. 为什么阿司匹林在预防冠心病中作用重大? (20)
- 52. 服用阿司匹林类药物应注意些什么? (21)
- 53. 海鱼可预防冠心病吗? (21)
- 54. 冠心病病人在饮食方面应注意些什么? (21)
- 55. 饮茶对冠心病是否有预防作用? (22)
- 56. 足部按摩对冠心病是否有预防作用? (22)
- 57. 冠心病病人为什么要坚持适当的运动? (22)
- 58. 冠心病病人在运动中应注意什么? (22)
- 59. 冠心病病人精神情绪应注意什么? (23)
- 60. 冠心病病人能否接受外科手术? (23)
- 61. 冠心病病人在冬春季节变换时应注意什么? (23)
- 62. 老年冠心病病人能洗冷水浴或泡热水澡吗? (24)
- 63. 冠心病病人外出旅游要注意些什么? (24)
- 64. 冠心病病人运动前是否需要服药? (24)
- 65. 冠心病发作时如何使用保健盒进行自救? (25)
- 66. 冠心病病人何时恢复性生活? (25)
- 67. 冠心病病人应如何对待烟、酒和咖啡? (25)
- 68. 冠心病病人如何控制食物中胆固醇? (25)
- 69. 喝牛奶对冠心病病人是否有益? (25)
- 70. 冠心病病人可以吃大豆蛋白吗? (26)

二、急性心肌梗死的防治和康复

71. 什么是急性心肌梗死? (26)
72. 没有冠状动脉粥样硬化会发生急性心肌梗死吗? ... (26)
73. 冠心病病人一定会发展成急性心肌梗死吗? (26)
74. 急性心肌梗死的常见病因是什么? (27)
75. 能够引起急性心肌梗死的危险因素有哪些? (27)
76. 性别对急性心肌梗死的发生率是否有影响? (27)
77. 急性心肌梗死的诱发因素有哪些? (27)
78. 急性心肌梗死有哪些主要临床表现? (27)
79. 老年人急性心肌梗死是否一定有胸痛症状? (28)
80. 老年人急性心肌梗死漏诊和误诊的原因是什么?
..... (28)
81. 在症状上心肌梗死和心绞痛有何区别? (28)
82. 当心绞痛与心肌梗死难以鉴别时怎么办? (28)
83. 为什么急性心肌梗死时心率常常增快? (29)
84. 发生心肌梗死为什么要立即住院进行心电监护?
..... (29)
85. 急性心肌梗死的并发症主要有哪些? (29)
86. 急性心肌梗死心电图的最显著变化是什么? (29)
87. 急性心肌梗死血液化验的最显著变化是什么? ... (30)
88. 什么是心源性休克? (30)
89. 如何区别心源性休克和低血压状态? (30)
90. 急性心肌梗死并发心源性休克对预后有什么影响?
..... (31)
91. 急性心肌梗死病人住院前就地抢救应注意些什么?
..... (31)

92. 吸氧对急性心肌梗死有何治疗作用? (32)
93. 急性心肌梗死首要的治疗措施是什么? (32)
94. 急性心肌梗死病人应用硝酸甘油有何益处? (32)
95. 哪些急性心肌梗死病人适宜应用 β -受体阻滞剂?
 哪些病人不适合用? (32)
96. 急性心肌梗死病人用血管紧张素转换酶抑制剂有
 什么益处? (33)
97. 急性心肌梗死病人如何进行溶栓治疗? (33)
98. 老年急性心肌梗死病人溶栓治疗时须注意些什么?
 (34)
99. 急性心肌梗死时溶栓治疗须监测哪些项目? (34)
100. 溶栓治疗后冠状动脉再通的临床指征是什么? (35)
101. 溶栓治疗后冠状动脉是否会发生再闭塞? (36)
102. 溶栓治疗的并发症有哪些? (36)
103. 哪些急性心肌梗死患者不适合溶栓治疗? (36)
104. 为什么有些急性心肌梗死患者需要抗凝治疗? ... (37)
105. 急性心肌梗死患者应选择哪些止痛药? (38)
106. 急性心肌梗死病人应用吗啡止痛须注意些什么?
 (38)
107. 急性心肌梗死病人是否都需要预防性地应用利多
 卡因? (38)
108. 急性心肌梗死病人为何不宜饱餐? (39)
109. 急性心肌梗死病人何时下床活动为佳? (39)
110. 老年人急性心肌梗死后何时可以开始康复锻炼?
 (39)
111. 怎样确定心肌梗死患者按哪一组程序进行康复?
 (39)

112. 老年人急性心肌梗死的康复锻炼应注意什么? (40)
113. 什么是急性心肌梗死后的二级预防? (40)
114. 急性心肌梗死病人如何在家自行康复治疗? (40)
115. 患过急性心肌梗死的病人是否还能工作? (41)
116. 急性心肌梗死后为什么应坚持长期康复治疗? (42)
117. 怎样坚持长期的康复治疗? (42)
118. 心肌梗死后是否需要长期服用 β -受体阻滞剂? (43)
119. 心肌梗死后服用血管紧张素转换酶抑制剂有何
益处? (44)
120. 心肌梗死后为什么要坚持抗血小板及抗凝治疗? (44)
121. 心肌梗死后为什么要长期服用硝酸酯类药物? (45)
122. 还有哪些扩张冠状动脉的药物可用于心肌梗死
后的治疗和康复? (46)
123. 心肌梗死后如何看待抗心律失常治疗? (46)
124. 心肌梗死后如何使用改善心肌代谢药物? (46)
125. 心肌梗死后如何选择血管介入治疗? (47)

三、心律失常的防治与康复

126. 什么是心律失常? (47)
127. 年龄与心律失常发生率的关系如何? (47)
128. 吸烟与心律失常有关吗? (48)
129. 饮酒或喝咖啡与心律失常有关吗? (49)
130. 引起心律失常的常见原因有哪些? (50)
131. 人体电解质失衡对心律失常有何影响? (50)
132. 哪些药物易引起心律失常? (51)
133. 什么叫早搏? 分几种类型? (51)
134. 何谓房室交界性早搏? 有何临床意义? (51)

135. 何种房性早搏须及早治疗?	(51)
136. 何谓室上性心动过速? 主要包括哪几种?	(52)
137. 如何终止室上性心动过速?	(52)
138. 药物治疗室上性心动过速须注意什么?	(52)
139. 急性心肌梗死伴室上性心动过速药物治疗时应 注意什么?	(53)
140. 电复律治疗室上性心动过速的适应证有哪些?	(53)
141. 预防室上性心动过速复发的常用药物有哪些?	(53)
142. 什么是心房颤动?	(53)
143. 房颤的常见病因、诱因有哪些?	(54)
144. 为什么房颤的病人容易发生体循环栓塞?	(54)
145. 房颤的心电图有何特点?	(54)
146. 如何区分阵发性房颤和持续性房颤?	(55)
147. 房颤的治疗目标是什么?	(55)
148. 房颤治疗中控制心室率的常用药物有哪些?	(55)
149. 用于转复房颤的药物有哪些?	(56)
150. 胺碘酮的常见副作用是什么?	(56)
151. 同步直流电转复房颤的禁忌证有哪些?	(56)
152. 老年人房颤有哪些特点?	(57)
153. 如何预防房颤复发?	(57)
154. 持续性房颤需抗凝治疗的适应证有哪些?	(57)
155. 什么是心房扑动?	(58)
156. 房扑的常见病因是什么?	(58)
157. 房扑的心电图有何特点?	(58)
158. 房扑的治疗原则是什么?	(59)
159. 什么叫室性早搏?	(59)
160. 为什么有些室早必须尽早治疗? 哪些却不需要治	

疗?	(60)
161. 利多卡因有何副作用?	(60)
162. 心肌梗死合并室早如何治疗?	(60)
163. 心肌病、心肌炎合并室早如何治疗?	(61)
164. 何谓室性心动过速?	(61)
165. 室性心动过速有哪些主要临床表现?	(61)
166. 室性心动过速心电图有何特点?	(62)
167. 室性心动过速的治疗原则是什么?	(62)
168. 如何预防室性心动过速复发?	(62)
169. 何谓心室扑动及心室颤动? 常见原因有哪些?	(63)
170. 室扑、室颤有何临床表现及心电图特点? 如何救 治?	(63)
171. 什么是病态窦房结综合征?	(63)
172. 病窦的主要临床表现是什么?	(64)
173. 病窦时阿托品试验的禁忌证是什么?	(64)
174. 病窦患者安装人工心脏起搏器的适应证是什么?	(64)
175. 常见起搏器有几种类型?	(65)
176. 何谓窦房传导阻滞? 常见病因是什么?	(65)
177. 窦房传导阻滞的治疗原则是什么?	(65)
178. 什么叫起搏器综合征? 其发生机制是什么? 如何 治疗?	(66)

四、心力衰竭的防治

179. 什么叫急性心力衰竭? 病因有哪些?	(66)
180. 能够使心衰加重的诱因有哪些?	(67)
181. 急性左心衰竭最突出的临床表现是什么?	(68)

182. 体位对左心衰竭患者的影响如何? (68)
183. 心衰病人如何进行饮食治疗? (69)
184. 心衰病人如何控制钠盐摄入? (69)
185. 心力衰竭患者如何掌握适度的体力活动? (69)
186. 吸氧对心衰的作用是什么? (70)
187. 急性左心衰竭患者是否有必要使用镇静剂? (71)
188. 急性左心衰竭患者使用吗啡过程中应注意什么? (71)
189. 心衰患者使用利尿剂应注意些什么? (72)
190. 血管紧张素转换酶抑制剂治疗心衰有何作用? (73)
191. 使用血管紧张素转换酶抑制剂应注意些什么? (73)
192. 心衰患者使用洋地黄制剂时应注意什么? (74)
193. 洋地黄中毒是怎么一回事? (74)
194. 洋地黄中毒的主要表现是什么? (74)
195. 洋地黄中毒如何处理? (75)
196. 常用的血管扩张剂有哪些? (75)
197. 硝酸酯类药物治疗心力衰竭的作用、副作用如何? ... (75)
198. 钙离子拮抗剂治疗心力衰竭的作用、副作用如何? ... (76)
199. α -受体阻滞剂治疗心力衰竭的作用、副作用如何? ... (77)
200. 直接血管扩张药物治疗心力衰竭的作用、副作用
有哪些? (78)
201. 血管紧张素转换酶抑制剂治疗心力衰竭的作
用、副作用如何? (79)
202. 血管紧张素 II 受体阻滞剂治疗心力衰竭的作用、
副作用如何? (80)
203. 心衰患者能否使用 β -受体阻滞剂? (81)
204. 心衰患者使用 β -受体阻滞剂的禁忌证是什么? (81)
205. 你知道心衰是怎样分级的吗? (81)

206. 心衰的预后如何? (82)
207. 为什么预防心衰比治疗心衰更为重要? (82)

五、高脂血症的防治与康复

208. 血脂包括哪些成分? 脂蛋白和载脂蛋白是一回事吗? (82)
209. 什么叫高脂血症? (83)
210. 高脂血症如何分类? (84)
211. 高脂血症有何临床表现? (85)
212. 高胆固醇血症是怎样形成的? (85)
213. 高脂血症与肥胖有关系吗? (86)
214. 高三酰甘油血症有何病因? (86)
215. 较高水平的高密度脂蛋白为什么能预防冠心病? (87)
216. 高脂血症与冠心病有何关系? (87)
217. 膳食与血脂有何关系? (88)
218. 微量元素会影响血脂吗? (89)
219. 饮酒对血脂有何影响? (89)
220. 吸烟会影响血脂吗? (90)
221. 茶、咖啡能影响血脂代谢吗? (91)
222. 维生素能影响血脂吗? (91)
223. 高脂血症患者如何进行饮食治疗? (92)
224. 高脂血症患者应如何调整生活方式? (93)
225. 降脂药物有哪些? 有何副作用? (94)
226. 高脂血症能用手术治疗吗? (95)
227. 什么是高脂血症的血浆净化疗法? 适应证有哪些? (96)

六、高血压病的防治与康复

228. 什么叫血压？什么是高血压？ (97)
229. 高血压如何分类分型？ (98)
230. 高血压如何分期、分级及危险分层？ (98)
231. 老年人高血压有何特征？ (99)
232. 什么叫动态血压监测？有何实际意义？ (100)
233. 动态血压监测应用指征有哪些？其诊断高血压的标准是什么？ (101)
234. 钠盐与高血压有何关系？ (101)
235. 高血压与肥胖有关吗？ (102)
236. 高血压与胰岛素抵抗、高胰岛素血症相关吗？机制如何？ (102)
237. 哪些药物可引起高血压？ (103)
238. 什么叫高血压急症？包括哪些情况？ (103)
239. 什么是高血压危象？ (104)
240. 高血压危象发生的原因是什么？ (105)
241. 高血压危象有哪些临床表现？ (105)
242. 如何救治高血压危象？其治愈好转标准及预后如何？ (106)
243. 高血压对心脏有何影响？ (107)
244. 什么是高血压性心脏病？有何临床表现？ (108)
245. 高血压性心脏病患者应做哪些特殊检查？ (109)
246. 何种情况下提示高血压性心脏病合并心功能受损？ (110)
247. 高血压性心脏病出现全心衰竭时有哪些表现？ ... (110)
248. 什么是高血压脑病？有何临床表现？ (111)

249. 高血压脑病与脑血栓、脑栓塞是一回事么? (111)
250. 如何防治高血压脑病? (112)
251. 什么是嗜铬细胞瘤? 临床有何方法确诊嗜铬细胞瘤? (113)
252. 嗜铬细胞瘤如何治疗? (114)
253. 高血压病患者接受大手术治疗前、治疗中、治疗后如何处理? (114)
254. 高血压病可出现哪些并发症? (115)
255. 高血压病患者常见的死亡原因有哪些? (115)
256. 药物性高血压病如何防治? (116)
257. 老年高血压病患者治疗中应注意哪些事项? ... (116)
258. 如何预防高血压病? (117)
259. 高血压的非药物治疗包括哪些? (118)
260. 高血压病患者如何进行饮食调养? (118)
261. 目前抗高血压病一线药物有哪些? (119)
262. 常用降压药有哪些副作用? (120)
263. 老年人高血压病药物治疗的原则是什么? (121)
264. 如何根据降压药物的特性选择降压治疗? (121)
265. 高血压病需要终生治疗吗? 血压平稳后如何维持? (123)
266. 如何根据高血压病合并的不同病症选择降压药物? (123)

七、老年肺心病的防治与康复

267. 肺源性心脏病是怎么一回事? (125)
268. 哪些疾病可引起肺心病? (125)
269. 肺部疾患是如何引起肺心病的? (126)