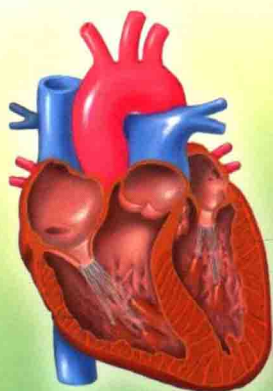


老年人心血管疾病100问





上海市老年教育普及教材
上海市学习型社会建设与终身教育促进委员会办公室

老年人心血管疾病100问

图书在版编目(CIP)数据

老年人心血管疾病 100 问/上海市学习型社会建设与终身教育促进委员会办公室编.
—上海:复旦大学出版社,2013. 12
ISBN 978-7-309-10099-0

I. 老… II. 上… III. 老年人-心脏血管疾病-诊疗-问题解答 IV. R54-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 230382 号

老年人心血管疾病 100 问

上海市学习型社会建设与终身教育促进委员会办公室 编
责任编辑/魏 岚

复旦大学出版社有限公司出版发行
上海市国权路 579 号 邮编:200433
网址:fupnet@fudanpress.com http://www.fudanpress.com
门市零售:86-21-65642857 团体订购:86-21-65118853
外埠邮购:86-21-65109143
上海华业装潢印刷厂有限公司

开本 787×1092 1/16 印张 6.25 字数 69 千
2013 年 12 月第 1 版第 1 次印刷
印数 1—5 100

ISBN 978-7-309-10099-0/R·1347
定价:20.00 元

如有印装质量问题,请向复旦大学出版社有限公司发行部调换。
版权所有 侵权必究

上海市老年教育普及教材编写委员会

顾 问：袁 雯

主 任：李骏修

副 主 任：俞恭庆 刘煜海 庄 俭 袁俊良

委 员：夏 瑛 符湘林 王蔚骏 李学红

沈 韬 曹 珺 陆耕丰 熊仿杰

阮兴树 郭伯农 包南麟 朱明德

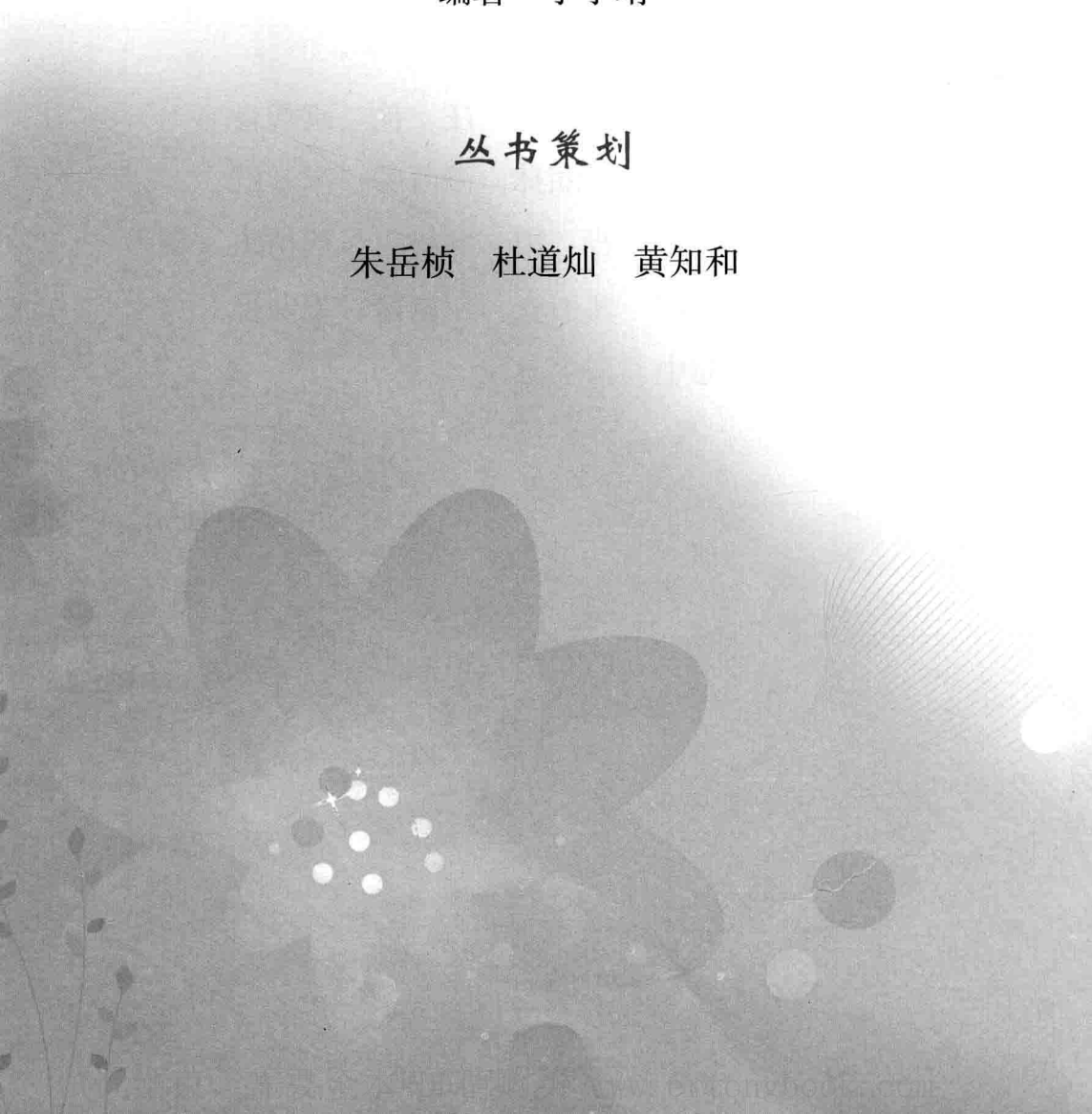
李亦中 张主方

本书编写组

编著 于学靖

丛书策划

朱岳桢 杜道灿 黄知和



前 言

根据上海市老年教育“十二五规划”提出的实施“个、十、百、千、万”发展计划中“编写100本老年教育教材，丰富老年学习资源，建设一批适合老年学习者需求的教材和课程”的要求，在上海市学习型社会建设与终身教育促进委员会办公室、上海市老年教育领导小组办公室和上海市教委终身教育处的指导下，由上海市老年教育教材研发中心会同有关老年教育单位和专家共同研发的首批“上海市老年教育普及教材”，共58本正式出版了。

此次出版“上海市老年教育普及教材”的宗旨是编写一批能体现上海水平的、具有一定规范性、示范性的老年教材；建设一批可供老年学校选用的教学资源；完成一批满足老年人不同层次需求的、适合老年人学习的、为老年人服务的快乐学习读本。

“上海市老年教育普及教材”的定位主要是面向街（镇）及以下老年学校，适当兼顾市、区老年大学的教学需求，力求普及与提高相结合，以普及为主；通用性与专门化相兼顾，以通用性为主。编写市级普及教材主要用于改善街（镇）、居（村）委老年学校缺少适宜教材的实际状况。

“上海市老年教育普及教材”在内容和体例上尽力根据老年

人学习的特点进行编排，在知识内容融炼的前提下，强调基础、实用、前沿；语言简明扼要、通俗易懂，使老年学员看得懂、学得会、用得上。教材分为3个大类：做身心健康的老年人；做幸福和谐的老年人；做时尚能干的老年人。每个大类包含若干教材系列，如“老年人万一系列”、“老年人常见病100问系列”、“健康在身边系列”、“老年人心灵手巧系列”、“老年人玩转信息技术系列”等。

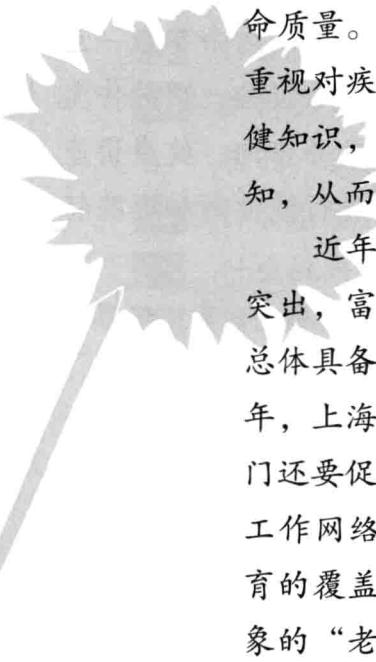
“上海市老年教育普及教材”在表现形式上，充分利用现代信息技术和多媒体教学手段，倡导多元化教与学的方式。第一批教材中有半数课程配有多媒体课件，部分动手课程配有实物学习包。在年内开通的老年教材移动终端平台上，老年人可以免费下载所有教材的电子版，免费浏览所有多媒体课件，逐步形成“纸质书、电子书、计算机网上课堂和无线终端移动课堂”四位一体的老年教材资源。

“上海市老年教育普及教材”编写工作还处于起步阶段，希望各级老年学校、老年学员和广大读者提出宝贵意见。

上海市老年教育普及教材编写委员会

2013年8月

编者的话



据上海市民政局、上海市老龄办、上海市统计局联合发布的上海市老年人口统计情况显示，截至2012年12月31日，上海市户籍60岁及60岁以上的老年人口占全市户籍总人口的25.7%，达367.32万人。其中70岁以上人口占46%。人的寿命延长了，是个可喜的现象。但许多老年人带病生活的状态告诉我们，老年人需要延长寿命，但更需要的是提高生命质量。因此，对老年人及其家庭来说，就要充分重视对疾病的防控，增强自身的健康意识，掌握保健知识，做到防病于未然，治病于早期，不死于无知，从而使人口老龄化向健康老龄化迈进。

近年来，上海的健康教育工作内容丰富，亮点突出，富有成果。2012年，上海市市民健康素养的总体具备率已经达到了14.38%，列全国前茅。2013年，上海市卫生局局长徐建光提出“2013年卫生部门还要促进与多部门合作和交流，完善健康教育的工作网络，拓展健康教育工作领域，增加健康教育的覆盖面”。策划并出版本套以老年人作为读者对象的“老年人常见病100问”丛书，正是上海市教委参与市民健康教育，促进健康老龄化的公益性举

措，是上海健康教育工作的一个组成部分。

在本套丛书的策划和编写过程中，民盟上海市委给予了大力的支持和帮助。民盟上海市委社会服务部和民盟上海申康医院发展中心委员会邀请和组织了上海部分市属医院的专家在百忙之中承担了书稿的撰写工作，这里谨致以崇高的敬意和衷心的感谢。

健康教育工作是一项长期的系统工程，需要理论的探索和实践的总结。我们希望本套丛书的出版，能对老年人增加健康知识、提高疾病防控能力、提升生命质量起到积极的促进作用。

医生简介

于学靖 同济大学附属上海市第十人民医院门急诊办公室主任、主任医师，从事心血管病临床工作20年，对心血管常见疾病及疑难杂症具有丰富的临床经验。近十余年来一直从事临床教学工作，具有丰富的带教和教学经验，同时作为科室主要责任人经常进行患者的宣教和义务咨询、健康讲座等。近来多次代表医院走入电台等媒体进行慢性病和医院特色宣传等。

作为主要研究人员参与市级及部级科研项目8项，获得科研成果奖5项，发表论文15篇，出版专著多本。

专家门诊时间：周二上午

目 录

1	认识心血管疾病	1
1.1	心血管系统和心血管疾病概述	2
1.2	老年人常见的心血管疾病	6
2	老年人心血管疾病知识100问	25
2.1	什么是冠状动脉造影检查	26
2.2	什么样的人需要进行冠状动脉造影检查	26
2.3	为什么说冠状动脉造影是目前诊断冠心病的“金标准”	26
2.4	什么是冠状动脉内支架植入术	27
2.5	什么样的患者适合接受支架治疗	27
2.6	冠心病介入治疗术后是否需要继续服药	28
2.7	冠心病介入治疗术后需要长期服用哪些药物	28
2.8	冠心病介入治疗后服用活血化瘀类中药是否有效	29
2.9	介入治疗术后在饮食上应注意什么	29
2.10	介入治疗术后为何要定期随访	30

2.11	心绞痛有哪些症状	30
2.12	患者在家中遇到心绞痛应采取什么急救措施	31
2.13	患者突发心绞痛时，家人应如何正确处理	31
2.14	心肌梗死的前兆有哪些	32
2.15	何谓二级预防？确诊冠心病后应如何进行二级预防	33
2.16	什么是心房颤动	33
2.17	心房颤动有哪些危害	33
2.18	阵发性室上性心动过速是怎么发生的？ 主要症状是什么	34
2.19	期前收缩是什么意思？有哪些类型	34
2.20	期前收缩有哪些临床表现	35
2.21	什么是动态心电图检查	35
2.22	哪些患者适宜做动态心电图检查	35
2.23	如何治疗不同类型的期前收缩	36
2.24	什么是射频消融术	36
2.25	何谓心源性晕厥	37
2.26	什么是起搏器	37
2.27	什么情况下需要安装起搏器	38
2.28	起搏器对患者有何帮助	38
2.29	植入起搏器是怎样的手术过程	39
2.30	安装起搏器后如何随访	39

2.31	植入起搏器术后复查心电图有何意义	40
2.32	什么是单腔起搏器和双腔起搏器	40
2.33	起搏器一般能用多久	41
2.34	什么是动态血压	41
2.35	哪些患者适宜做动态血压监测	42
2.36	血压降至什么水平合适	42
2.37	为什么要强调平稳降血压	42
2.38	怎样选择理想的降压药物	43
2.39	血压降下来以后可以停药吗	43
2.40	中国高血压患者有哪些特点	44
2.41	如何对新发高血压患者进行合理检查	45
2.42	高血压患者做检查的目的是什么	45
2.43	选用降压药物时为什么要注意患者是否有痛风、糖尿病、血脂异常等情况	46
2.44	人体血压昼夜变化有什么规律	46
2.45	老年高血压有哪些临床特点	47
2.46	老年高血压患者为什么要保持情绪稳定, 不宜激动	48
2.47	老年高血压患者怎样合理饮食	48
2.48	高血压患者为什么穿戴要宽松	49
2.49	高血压患者怎样做到起居有时、活动适当	49
2.50	高血压患者是否需要长期服药	49
2.51	吸烟与高血压病有关系吗	50
2.52	饮酒是否与高血压发病有关联	50

2.53	摄入优质蛋白质对血压有何影响	50
2.54	蛋白质摄入过多对血压有不良影响吗	51
2.55	为什么失眠患者易患高血压	52
2.56	肥胖与高血压有什么关系	52
2.57	为什么肥胖者易患高血压	53
2.58	高血压与心肌梗死有何关系	53
2.59	急性肾炎患者为什么会发生高血压	54
2.60	慢性肾小球肾炎与高血压有何关联	54
2.61	慢性肾小球肾炎引起的高血压有何特点	55
2.62	尿路感染会引起高血压吗	56
2.63	肾血管性高血压的病因是什么	56
2.64	什么是原发性醛固酮增多症	57
2.65	高血压患者突然昏倒是怎么回事	57
2.66	什么是高血压性脑出血	57
2.67	高血压性脑出血有什么症状	58
2.68	偏头痛与高血压病有何关系	58
2.69	高血压患者为何要查眼底	58
2.70	什么是主动脉夹层	59
2.71	造成主动脉夹层的病因有哪些	59
2.72	高血压对性功能有何影响	60
2.73	什么是高血压急症	61
2.74	对于突发高血压急症的患者应如何采取急救措施	61
2.75	为什么血压会突然升高	62
2.76	对于血压突然升高应如何采取急救措施	63

2.77	老年人为什么要警惕隐性心力衰竭	63
2.78	心力衰竭患者如何进行自我调理	64
2.79	心力衰竭患者为什么一定要遵照医嘱 服药	65
2.80	什么是先天性心脏病封堵术	66
2.81	高血脂是怎么回事	66
2.82	心血管疾病患者为何要戒烟	66
2.83	阿司匹林的作用是什么	67
2.84	心血管疾病患者为何要服用阿司匹林	68
2.85	阿司匹林容易引起出血危险吗	68
2.86	为什么痛风患者不宜服用阿司匹林	69
2.87	哪些血压控制良好的患者应服用阿司 匹林	69
2.88	是否只有老年人才会得冠心病和高血压	70
2.89	有的冠心病患者认为“是药三分毒”， 所以尽量不吃药，这样做对吗	70
2.90	急性心肌梗死能不能采取保守治疗	71
2.91	冠心病患者放置支架后是否就万事大 吉了	71
2.92	高脂血症患者通过服药使血脂正常后即 可停药吗	72
2.93	降脂药物的不良反应严重吗	72
2.94	降血压药物要经常更换吗	72
2.95	血压高但没有症状需要治疗吗	72
2.96	降压药物在不同患者之间都可通用吗	73

2.97	冠心病患者血脂不高就无须服用降脂药物吗	73
2.98	什么是心律失常的病因治疗和对症治疗	74
2.99	对于心力衰竭患者应如何进行护理和调养	75
2.100	无症状的心脏瓣膜病变患者是否需要就诊	76

3

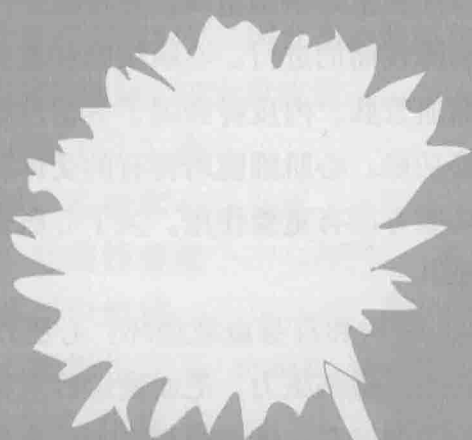
求诊指南

77

3.1	什么情况需挂急诊	78
3.2	心血管疾病患者就诊前有哪些注意事项	79
3.3	上海市部分三级医院一览表	81
3.4	专家门诊预约方式	83

1

认识心血管疾病



1.1 心血管系统和心血管疾病概述

在介绍老年人常见的心血管疾病之前，我们先介绍一下有关心血管疾病的知识，分两个部分介绍：一是心血管系统；二是心血管疾病。

1.1.1 复杂而有序的心血管系统

心血管系统又称循环系统，包括心脏、血管和血液循环的神经体液调节装置。其主要功能是为全身组织器官运输血液，通过血液将氧、营养物质和激素等供给组织，并将组织代谢废物运走，以保证人体正常新陈代谢的进行。心肌细胞和血管内皮细胞能分泌心钠肽、内皮缩血管肽、内皮舒张因子等活性物质，说明循环系统也具有内分泌功能。心肌细胞所特有的受体和信号传导系统在调节心血管的功能方面有重要作用。关于心血管系统，我们需了解两个方面的知识。

(1) 心脏的解剖、结构和自身血液循环：心脏作为循环系统的动力器官，主要功能是提供压力，把血液运行至身体各个部分。人的心脏位于胸腔中部偏左，体积约相当于一个拳头大小，重量约350克。心脏外裹心包，前方面向胸骨体和第2~6肋软骨，后方朝向第5~8胸椎。两侧与肺相邻，下方为膈，上方为出入心脏的大血管。心脏后方隔着心包腔与支气管、食管、迷走神经和胸主动脉为邻。心的长轴与正中呈45°角。但心有时因胚胎发育的原因，可以反位而成为右位心，心尖指向右下方，如正常心的镜像，同时常伴有腹腔内脏器的反位。右位心并无功能和结构上的改变。