

 北京名医世纪传媒



GUANXINBING
GETIHUA ZHILIAO
YU TIAOYANG

第2版

冠心病 个体化治疗与调养

梁庆伟 主编

冠心病的危险
因素包括可改变的危
险因素和不可改变的
危险因素。了解并干
预危险因素有助于冠
心病的防治。

中原出版传媒集团
大地传媒

 河南科学技术出版社

冠心病个体化治疗与调养

GUANXINBING GETIHUA ZHILIAO YU TIAOYANG

第2版

主 编 梁庆伟

编 者 余武英 石 磊 刘 俊 孙三宝

刘国辉 林自勇 和月英

河南科学技术出版社

• 郑州 •

内容提要

本书简要介绍了冠心病的定义、临床表现、病理病因、基础检查、临床诊断等基础知识,重点介绍了冠心病的临床早期信号、个体化治疗,包括西药治疗、中成药治疗、饮食调养及运动疗法等。本书内容丰富,科学实用,所述方法简便易学,取材方便,适合冠心病患者自疗,也可供基层医务人员和医学生阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

冠心病个体化治疗与调养/梁庆伟主编.—2版.郑州:河南科学技术出版社,2018.1

ISBN 978-7-5349-8925-4

I. ①冠… II. ①梁… III. ①冠心病—防治 IV. ①R541.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 201274 号

出版发行:河南科学技术出版社

北京名医世纪文化传媒有限公司

地址:北京市丰台区丰台北路 18 号院 3 号楼 511 室 邮编:100073

电话:010-53556511 010-53556508

策划编辑:焦 赟

文字编辑:伦踪启

责任审读:周晓洲

责任校对:龚利霞

封面设计:金 创

版式设计:刘 丹

责任印制:陈震财

印 刷:三河市佳星印装有限公司

经 销:全国新华书店、医学书店、网店

幅面尺寸:140 mm×203 mm 印张:10.25 字数:265 千字

版 次:2018 年 1 月第 2 版 2018 年 1 月第 1 次印刷

定 价:39.00 元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与出版社联系调换

前 言

冠心病是一种常见病、多发病。随着人们物质生活水平的不断提高及生活方式的改变,冠心病的发病率呈逐年上升的趋势。

据有关资料显示,冠心病为威胁人类健康的头号杀手,其病死率占有心脏病死亡人数的 10%~20%。截止 2010 年,我国冠心病患者已达 8000 万人,发病年龄大多在 40 岁以上,男性多于女性。1998—2015 年,中国男性冠心病发病率较以往同期增加了 26.1%,女性增加了 19%。冠心病的患病率城市为 1.59%,农村为 0.48%,合计为 0.77%,呈上升趋势。冠心病在美国和许多发达国家排在死亡原因的第一位。然而,美国从 20 世纪 60 年代开始,出现冠心病病死率下降趋势,得益于 60—80 年代美国所推行的降低冠心病危险因素的工作,主要是控制危险因素和改进心肌梗死的治疗。

冠心病是指冠状动脉粥样硬化性心脏病,是由于冠状动脉发生粥样硬化所致。粥样硬化斑块日积月累,逐渐增大,造成动脉管腔明显狭窄,心肌缺血,便会引起心绞痛发作。如果管腔被完全堵塞,血流中断,便会发生心肌梗死。

若不及时救治,可严重影响患者心功能,导致生活质量下降。如果发生严重、大面积的心肌梗死将危及生命。现代西医名词所描述的“冠心病”症状相当于中医学的“胸痹”“厥心痛”“真心痛”等病证的范畴。中医最早的医学著作《黄帝内经》中的《灵枢·厥病篇》中记载:“厥心痛,与背相控”“痛如以锥针刺其心”“真心痛,手足青至节,心痛甚,旦发夕死。”这里所说的厥心痛,相当于现代西医学中的心绞痛。东汉著名医学家张仲景所著的《金匱要略》一书,提出“心痛”“胸痹”的名称,描述了“胸背痛”“心痛彻背,背痛彻心”等症状,相当于现代医学中的冠心病、心绞痛所描述的症状。

心绞痛和心肌梗死以心痛为主要症状,对于心律失常型冠心病则相当于“心悸、怔忡”等病证,心力衰竭型冠心病则包含在“水肿、喘症”等病证之中。

在本书编写过程中,我们参考了许多公开出版的著作,在此一并向有关作者表示衷心的感谢。由于水平有限,书中不当之处,敬请广大读者批评指正。

编者

目 录

第一章 基础知识	1
一、心脏的构成及功能	1
1. 血液循环系统的构成	1
2. 什么是体循环	2
3. 什么是肺循环	2
4. 心脏的结构	3
5. 心脏的作用	4
6. 心脏的功能	5
7. 心腔的作用	6
8. 心壁的构成	6
9. 心脏中心纤维体的组成	7
10. 主动脉在人体中的作用	8
11. 心脏传导系统的组成	9
12. 血液循环的神经体液是如何调节的	11
13. 如何判别心脏停止跳动	12
二、冠心病常识	13
1. 冠心病的定义	13
2. 冠状动脉在心脏中的地位和作用	13

2 冠心病个体化治疗与调养

3. 冠心病的发病因素有哪些	14
4. 冠心病的发病率和病死率	16
5. 冠心病有几种临床类型	17
6. 情绪与冠心病	18
7. 气候对冠心病有什么影响	19
8. 容易患冠心病的人群	20
9. 冠心病的危险因素是可以控制的	22
10. 什么是隐匿型冠心病	22
11. 心绞痛的定义、类型及临床表现有哪些	23
12. 心绞痛的发病机制是怎样的	26
13. 心绞痛分哪几个级别	27
14. 心绞痛急性发作时如何处理	27
15. 心绞痛缓解期如何治疗	28
16. 心肌梗死的诱因及临床表现有哪些	30
17. 冠心病重在预防	34
18. 冠心病的Ⅰ级预防	35
19. 冠心病的Ⅱ级预防	35
第二章 冠心病检查与诊断	37
一、早期检查	37
1. 如何做到早期发现冠心病	37
2. 冠心病患者不典型的症状有哪些	38
3. 冠心病患者需做哪些辅助检查	39
4. 诊断冠心病要考虑哪些因素	41

5.心绞痛与心肌梗死有哪些不同	42
6.心电图对检查冠心病有何重要作用	43
7.心绞痛诊断方法有哪些	45
8.心肌梗死不典型的症状有哪些	46
9.缺血性心肌病的诊断	48
10.心电图有缺血性改变,不一定是冠心病	48
11.心电图正常并不代表没有冠心病	50
二、诊断方法	51
1.什么是心电图运动负荷试验	51
2.什么是动态心电图	52
3.什么是超声心动图	53
4.什么是冠状动脉造影	54
5.什么是放射性核素检查	55
6.什么是超高速 CT 扫描	55
7.什么是磁共振成像	57
8.血清酶的变化对急性心肌梗死的诊断 意义	58
第三章 中药对冠心病个体化的治疗	60
一、针对不同证型的施治	60
1.中医对冠心病是如何解释的	60
2.中医根据冠心病个体分为几种证型	61
3.中医治疗冠心病有哪些优势	62
4.中医对冠心病个体化是如何辨证施治的	64

4 冠心病个体化治疗与调养

5. 针对心绞痛个体中医是如何辨证施治的	65
6. 针对心律失常个体中医是如何施治的	68
7. 针对心肌梗死个体中医是如何施治的	69
二、中医方剂	70
1. 治疗冠心病个体化怎样选用中成药	70
2. 中医治疗冠心病个体化的验方	71
3. 治疗冠心病个体化的单味中药	76
4. 治疗冠心病个体化的古今著名方剂	81
5. 治疗冠心病个体化的中药针剂	83
6. 治疗冠心病个体化的中成药	86
7. 适宜冠心病个体化治疗的药枕方	92
8. 对冠心病个体化针刺治疗的方法	96
三、中医的辨证施治	97
1. 用化痰祛瘀通络法对冠心病个体化辨病为 主的治疗	97
2. 用益气活血法对冠心病个体化辨病为主的 治疗	97
3. 用宣痹通阳活血法对冠心病个体化辨病为 主的治疗	98
4. 用养阴清心法对冠心病个体化辨病为主的 治疗	98
5. 用滋补肝肾法对冠心病个体化辨病为主的 治疗	99

6.用清热平肝通络法对冠心病个体化辨病为 主的治疗	100
7.用芳香温通法对冠心病个体化辨病为主的 治疗	101
8.用宣痹通阳化痰法对冠心病个体化辨病为 主的治疗	102
9.用疏通脉络法对心绞痛进行辨病为主的 治疗	103
第四章 西药对冠心病个体化的治疗	104
一、西医治疗常识	104
1.冠心病个体化的治疗原则	104
2.冠心病个体化的治疗方法	104
3.冠心病患者如何选择个体化治疗方案	105
4.心绞痛发作怎么办	106
5.急性心肌梗死发作怎么办	108
6.冠心病患者家中应备有哪些急救药	109
7.阿司匹林对治疗冠心病的作用	111
8.早期急性心肌梗死患者应采用溶栓疗法	112
9.哪些冠心病患者需要抗凝治疗	113
10.冠心病患者需要服用降脂药吗	114
11.为什么他汀类药是首选的降胆固醇药	114
12.长期服用他汀类药物对身体有害吗	115
13.冠心病治疗中 β 受体阻滞药起什么作用	116

14.血管紧张素转化酶抑制药对冠心病的 作用有哪些	117
15.急性心肌梗死患者需要吸氧治疗吗	118
16.哪些冠心病患者适用于介入治疗	118
二、西药治疗方法	119
1.抗凝疗法的使用方法	119
2.溶血栓治疗的方法	120
3.急性心肌梗死的预后	121
4.终止心绞痛的发作方法	121
5.普萘洛尔的用途	121
6.阿替洛尔的用途	122
7.美托洛尔的用途	122
8.钙拮抗药的作用	122
9.抗血小板聚集的药物	123
10.使用硝酸甘油对不良反应的防止方法	123
11.硝酸异山梨酯治疗心力衰竭的作用	124
12.心绞痛和心肌梗死患者用阿司匹林的效应	125
13.服用阿司匹林的适应证	126
14.阿司匹林对各类心绞痛患者都是有利的吗	127
15.服用阿司匹林应选择的时间、服药间隔和 剂型	127
16.服用阿司匹林常见的不良反应	128
17.普萘洛尔、阿替洛尔在心绞痛治疗中作用的	

异同	128
18.硝苯地平对冠心病患者的诊疗作用	129
19.维拉帕米对冠心病患者的诊疗作用	130
20.地尔硫革对冠心病患者的诊疗作用	130
21.急性心肌梗死患者需抗凝治疗	131
22.急性心肌梗死患者应选择的止痛药	132
23.急性心肌梗死患者不是都需要预防性地 应用利多卡因	133
24.会引起心血管系统不良反应的药物	134
第五章 适宜冠心病患者的手术治疗	136
一、手术常识	136
1.哪些冠心病患者适用于手术治疗	136
2.冠状动脉支架置入的适应证	137
3.心脏介入治疗的方法	138
4.冠心病的介入治疗的方法	138
5.血管内超声在介入治疗中的应用	139
6.心肌超声造影治疗冠心病的方法	139
7.彩色室壁运动分析技术在治疗冠心病时的 作用	140
二、手术的危险因素	140
1.影响手术效果的冠心病患者危险因素	140
2.合并患有高血压是影响冠状动脉旁路移 植术的危险因素	141



3.合并患有糖尿病会对冠状动脉旁路移植术的影响	142
4.合并患有肺疾病者做冠状动脉旁路移植术的危险	142
5.合并瓣膜疾病做冠状动脉旁路移植术的危险	143
6.做冠状动脉旁路移植术时体外循环对糖尿病患者的影响	143
7.辅助循环是开展冠状动脉旁路移植术的必备条件	144
8.旁路移植术适用症状的患者	144
9.非体外循环下冠状动脉旁路移植术适应的症状	145
三、术后注意事项	145
1.接受冠状动脉旁路移植术后饮食方面应该注意的事项	145
2.接受冠状动脉旁路移植术后体育锻炼方面应该注意的事项	146
3.接受冠状动脉旁路移植术后工作方面应该注意的事项	147
4.接受冠状动脉旁路移植术后的保护和伤口处理	147
5.接受冠状动脉旁路移植术后对访问、待客	

注意的事项	148
第六章 冠心病患者饮食调理及防治	150
一、饮食常识	150
1.什么是饮食疗法	150
2.什么是药膳疗法	151
3.药膳与饮食疗法的不同之处	152
4.药食同源与医食同功的原理	153
5.药食同源的食物有哪些	154
6.冠心病患者的饮食原则是什么	155
7.心肌梗死患者的饮食原则有哪些	161
8.心力衰竭患者的饮食要求是什么	163
9.为什么说饮茶能防治冠心病	166
10.饮茶防治冠心病的注意事项	168
二、食物防治	169
1.防治冠心病的水果	169
2.防治冠心病的蔬菜	174
3.防治冠心病的野果、干果	180
4.防治冠心病的野菜	185
5.防治冠心病的谷物	192
6.防治冠心病的鱼类和肉类食物	196
7.防治冠心病的药粥	201
8.防治冠心病的药膳汤	215
9.防治冠心病的药膳羹	228

10.防治冠心病的菜肴	235
11.防治冠心病的主食	252
12.防治冠心病的茶	259
13.防治冠心病的药饮	269
第七章 冠心病患者运动保健及防治	277
一、健身常识	277
1.经常运动对冠心病有益	277
2.冠心病患者运动注意事项	278
3.散步能改善冠心病患者的心脏功能	280
4.慢跑适宜哪些冠心病患者	281
5.冠心病患者在户外活动应注意天气变化	282
6.冠心病患者外出旅游应注意哪些事项	283
二、健身方法	284
1.健身球防治冠心病的具体方法	284
2.健身球防治冠心病的注意事项	285
3.治疗冠心病的指压方法	286
4.常用的指压手法有几种	287
5.指压手法的操作要领	288
6.指压疗法的注意事项	290
第八章 冠心病患者日常生活调养及防治	292
一、生活调养	292
1.冠心病患者应避免情绪激动	292
2.冠心病患者合理安排作息时间和饮食	292

3.冠心病患者应戒烟限酒,科学饮水	293
4.冠心病患者洗脸沐浴的注意事项	295
5.冠心病患者如何安排睡眠	296
6.冠心病患者如何控制血压和血脂	297
7.冠心病患者过性生活要适度	298
8.冠心病患者如何刷牙	298
9.冠心病患者如何梳头	299
10.梳头疗法的具体梳治方法	301
11.冠心病患者如何搓面	302
12.冠心病患者如何浴足	303
13.适宜冠心病患者的沐浴疗法有哪些	304
14.用行为心理疗法防治冠心病的方法有哪些	305
二、防治知识	307
1.音乐对冠心病的防治有哪些作用	307
2.预防冠心病要尽早戒烟	308
3.出现少白头要防冠心病	309
4.老年人贫血须防心绞痛	309
5.冠心病患者要预防便秘	310
6.喉部紧缩时要预防心肌梗死	310
7.心肌梗死后患者康复期如何用药	311

第一章

基础知识

一、心脏的构成及功能

1. 血液循环系统的构成

血液循环系统是血液在体内流动的通道,分为心血管系统和淋巴系统两部分。淋巴系统是静脉系统的辅助装置。而一般所说的循环系统指的是心血管系统。

血液循环系统由血液、血管和心脏组成。如果分为两大部分,即为血管和心脏组成。

心是由心脏、血管、毛细血管及血液组成的一个封闭的运输系统。由心脏不停的跳动提供动力推动血液在其中循环流动,为机体的各种细胞提供了赖以生存的物质,包括营养物质和氧气,也带走了细胞代谢的产物二氧化碳。同时许多激素及其他信息物质也通过血液的运输得以到达其靶器官,以此协调整个机体的功能,因此,维持血液循环系统于良好的工作状态,是机体得以生存的条件,而其中的核心