

老年常见疾病防治与保健丛书
军委保健委员会指定科普丛书

外周血管病防治 专家谈

名誉主编/秦银河 张雁灵 李书章

总主编/范利 王鲁宁

主编/张丽 杨庭树

保健专家团队精心打造的科普精品
解放军总医院倾情奉献的保健丛书



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

老年常见疾病防治与保健丛书
军委保健委员会指定科普丛书

外周血管病防治 专家谈

WAIZHOU XUEGUANBING FANGZHI ZHUANJIATAN



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

外周血管病防治专家谈/张 丽,杨庭树主编. —北京:人民军医出版社,2011.1

(老年常见疾病防治与保健丛书)

ISBN 978-7-5091-3820-5

I. ①外… II. ①张…②杨… III. ①老年病:脑血管疾病-防治-问答 IV. ①R743-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 211882 号

策划编辑:郭伟疆 黄春霞 崔玲和 文字编辑:刘保顺 责任审读:黄栩兵
出 版 人:石 虹

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927290;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927300-8031

网址:[www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

印、装:三河市春园印刷有限公司

开本:850mm×1168mm 1/32

印张:3 625 字数:56 千字

版、印次:2011 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

印数:0001~4000

定价:15.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

普及醫學保健知識
提高老年健康水平
李紹成

二〇一〇年九月

发展老年医学事业
提高晚年生活质量

秦银河

二〇一〇年九月

丛书编写委员会

名誉总编	秦银河	张雁灵	李书章		
总主编	范利	王鲁宁			
副总编	杨庭树	田慧	吴本俨	吴整军	
学术顾问	汤洪川	张伯勋	王孟薇	顾倬云	郑秋甫
	姚善谦	张子其	俞森洋	李小鹰	
编委	(以姓氏笔画为序)				
	万军	马朱红	王玉堂	王志强	王振富
	石卉	叶平	史扬	仝战旗	朱平
	朱敏	朱宏丽	刘胜	刘婧	刘长庭
	刘宏伟	苏斌斌	李建	李世军	李春霖
	时向民	吴卫平	宋守礼	张丽	张熙
	张冬梅	张秀锦	张瑞芹	陆菊明	陈孝
	陈倩	陈利平	武强	罗莹	郑延松
	赵佳慧	骆雷鸣	贾建军	徐世平	高德伟
	唐佩福	黄鹏	崔华	程友琴	程庆砾
	鲁晓春	谢晓华	解恒革	蔡昌豪	管卫平

总 序 言

健康是福,是人生最宝贵的财富。

进入 21 世纪,我国老龄化趋势日益加剧,带来了一系列社会和家庭问题。军队老干部占保健对象的三分之二,是党、国家和军队的宝贵财富,他们南征北战,枪林弹雨,历经艰苦卓绝的革命生涯和人生岁月,现在他们普遍进入高龄和高发病期,对医疗保健的依赖性日益增强。做好老干部医疗保健工作,使他们健康长寿、颐养天年,是党中央、中央军委赋予我们的一项光荣任务,也是贯彻“老有所养、老有所医、老有所教、老有所学、老有所为、老有所乐”要求,弘扬中华民族传统美德和践行当代革命军人核心价值观的根本体现。

医者谋术,更善普世济民,善之善者也。当前,世界各国医学模式发生着深刻变革,以健康为中心的医学模式不断延伸和确立。健康观念由单纯的生理健康向生理、心理、社会等全维健康方向转变,医学服务模式由疾病诊治为主向预防、医疗、保健、康复“一体化”方向拓展,这种医学革命,对构建更加科学、合理的保健服务和健康管理体系,推动老年保健医学的发展带来了前所未有的机遇。

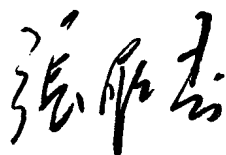
解放军总医院牢记我党我军根本宗旨,心向广大官兵,情系革命功臣,在瞄准世界医学技术发展前沿,推进

技术创新、管理创新和服务创新,锻造忠诚保健队伍,建设一流中央保健基地的同时,大力培育忠诚保健、甘于奉献、精益求精、勇攀高峰的“南楼精神”,积极为广大官兵和老干部解除病痛,出色地完成了各项医疗保健任务,赢得了广大保健对象的高度赞誉,被中央军委授予“模范医疗保健集体”荣誉称号。

为适应医学模式转变,推进医疗保健工作“关口前移”,解放军总医院组织近百名知名专家和临床医疗护理骨干,历时两载,精心编写了《老年常见疾病防治与保健丛书》。该丛书内容丰富,重点突出,系统新颖,详细介绍了老年常见疾病预防措施、治疗方法以及生活起居、饮食营养、运动健身、心理维护、康复护理等综合保健措施,语言鲜活,由浅入深,通俗易懂,具有较强的科学性、系统性、实用性、权威性和可读性。作为解放军总医院医疗保健专家团队精心打造的保健科普精品,该丛书被列为军委保健委员会向全军保健对象推荐的保健科普读物,也是人民军医出版社重点规划的图书出版项目。

我对该丛书的出版感到由衷的高兴,并把它作为一套难得的工具体推荐给全军广大干部和医疗保健工作者,相信这套丛书会对维护和促进广大干部的健康起到积极作用,为提高官兵和人民群众健康水平做出有益贡献。

总后勤部卫生部部长



二〇一〇年十月

总 前 言

“夕阳是陈年的酒，夕阳是迟开的花”。当今，我国已步入老龄化社会，从某种意义上讲老年强，则国强；老年人健康长寿，则国家健康发展！

目前中国老年疾病防治形势十分严峻。健康普查表明，全国各地老年人中无重要脏器疾病的健康老年人仅占20%，大多数老年人患有各种慢性疾病，人均患3.9种。常见的有心脑血管疾病、糖尿病、慢性支气管炎、肺气肿、各种肿瘤等，并呈现病程漫长、症状隐匿、一体多病、迁延不愈等特点，严重影响老年人的生活质量和寿命，成为家庭和社会的负担，制约国家的经济建设和发展进步。因此，保证老年人健康长寿、安度晚年是强国健民的百年大计，是国家发展战略的重要内容。推广普及老年疾病预防保健常识，掌握老年疾病的防治策略和方法，做好老年医疗保健工作，无疑是各级医疗保健单位的重要任务。

基于广大老年朋友和保健工作人员的实际需要，我

们组织解放军总医院近百名经验丰富的医学专家、保健专家及临床医疗护理技术骨干历时两载完成《老年常见疾病防治与保健丛书》。丛书不仅依据最新老年医学、循证医学证据采纳了老年疾病最新防治指南和专家共识，而且密切结合总医院专家教授长期积累的保健成功经验，集中体现出解放军总医院在老年保健方面的最新成果和最高水平。丛书设置与老年医学专科设置大体一致，囊括了该专科最常见疾病，每个疾病内容包含老年疾病预防治疗、健康促进和保健养生，包括疾病概述、诊断标准、预防措施、治疗方法、生活、饮食、运动、心理、护理等综合性保健措施和注意事项，既可作为专用的健康宣教手册，也可以作为老年朋友家庭保健书籍。

丛书最鲜明特点是重视科学性、实用性和通俗性相结合，做到防治知识由浅入深，防治策略科学易懂，保健方法实际可用。

由于编者学识所限，内容难免有疏漏错误之处，恳请同道和读者批评指正。

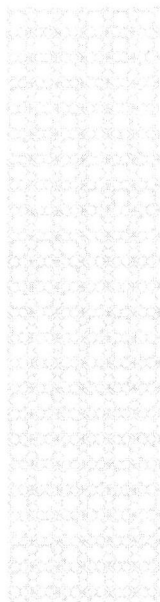
解放军总医院 范 利

二〇一〇年十月

前 言

我国已进入老龄化社会,与增龄相关的疾病需要得到更多的关注。外周血管疾病(PAD)是系统性动脉粥样硬化疾病的一种表现,其发病率随年龄增长显著增加。最新研究认为,外周血管疾病患者发生心肌梗死和脑卒中的风险非常高,其10年内死亡危险为非外周血管病患者的6倍。国外大量研究表明,外周血管病患者死于心脑血管病的可能性远高于截肢。一项随访10年的研究表明,下肢动脉粥样硬化患者的10年存活率为60%左右,其中真正因为下肢血栓而需要截肢的患者不到3%,75%的患者死于心肌梗死。但是,由于近90%的外周血管病患者没有症状,患者和医生都很容易忽视,致使患者无法得到早期诊断和治疗。

面对这一状况,心血管病专家需要面对现实,不能再仅仅关注冠状动



脉疾病,应该更多的关注外周血管疾病。全体医生应该积极行动起来,对老年人群进行健康知识普及,干预不良生活方式,强化降脂治疗,以帮助外周血管病患者从心肌梗死和脑卒中等的高风险中走出来。

为了普及老年外周血管病的预防保健知识,我们采用问答的写作方式,着重介绍了老年大动脉瘤、老年下肢动脉闭塞症、老年深静脉血栓形成和老年肺栓塞的预防措施,药物治疗,介入治疗与手术治疗等方面的内容。本书语言通俗、简洁实用、生动有趣,适合科普工作者、基层医生和广大老年朋友阅读参考。

本书是在解放军总医院医务部组织协调下、各位专家教授的关心指导下撰写完成的。多位医生在繁忙的医疗工作之余,抽出了大量宝贵的时间,查阅大量文献,认真编写,保证了本分册的及时出版。感谢他们的辛勤劳动和无私奉献。

编 者

2010年7月1日

内 容 提 要

《老年外周血管病防治问答》



本书由专职负责首长保健的医学专家集体编写而成，以问答的形式介绍了老年外周血管病的临床治疗与预防保健等问题，旨在通过普及健康知识，干预不良生活方式，强化降脂治疗，帮助外周血管病患者从心肌梗死和脑卒中等的高风险中走出来。本书语言通俗简洁，内容有趣实用，形式新颖，可供科普工作者、基层医生和广大老年朋友阅读参考。



目 录

一、老年大动脉瘤	1
1. 何谓大动脉瘤?	1
2. 大动脉瘤好发部位在哪里? 在老年人中多见吗? ...	1
3. 什么原因会导致动脉瘤?	2
4. 大动脉瘤病理上是怎样分型的?	2
5. 腹主动脉瘤(AAA)怎样进行临床分型和分级?	3
6. 动脉瘤患者通常有哪些症状?	4
7. 如何发现大动脉瘤?	6
8. 大动脉瘤患者应注意哪些问题?	6
9. “假性动脉瘤”是怎么回事?	8
10. 药物能够预防、阻止或逆转动脉瘤吗?	9
11. 治疗动脉瘤有特效药吗?	9
12. 大动脉瘤患者日常生活应注意哪些问题?	9
13. 对大动脉瘤的防治我们束手无策吗?	10
14. 何时应考虑对大动脉瘤患者行手术或介入 治疗?	11
15. 什么是大动脉瘤的介入治疗?	12
16. 哪些大动脉瘤患者适合做介入治疗?	12
17. 介入治疗前需要做哪些检查?	12
18. 怎样选择带膜支架?	13

19. 带膜支架是怎样被置入人体的? 13
20. 带膜支架介入治疗安全吗? 术后有哪些常见
并发症? 14
21. 内漏分为几型? 15
22. 怎样治疗内漏? 15
23. 大动脉瘤患者何时适宜手术治疗? 16
24. 大动脉瘤手术风险如何? 17
25. 大动脉瘤患者手术后应注意哪些问题? 17
26. 手术后何时下地活动为宜? 21
27. 手术后需要服用抗凝药吗? 21

二、老年下肢动脉闭塞症 23

1. 您了解老年下肢动脉闭塞症吗? 23
2. 为什么动脉粥样硬化会导致下肢动脉闭塞症? 23
3. 患病后有什么典型感觉及表现? 24
4. 怎样判断病情的轻重? 26
5. 下肢动脉闭塞症的高危因素有哪些? 26
6. 怎样预防高危因素? 27
7. 如何选择并坚持适当的体育运动? 29
8. 预防疾病“食在药先”有何妙处? 30
9. 预防疾病,怎样进行自我监测? 31
10. 下肢动脉闭塞症的预警信号有哪些? 32
11. 下肢动脉闭塞症有哪些药物治疗建议? 32
12. 怎样选择抗血栓治疗? 32
13. 怎样进行扩血管治疗? 33
14. 怎样进行降脂治疗? 34

15. 中医中药治疗如何另辟蹊径?	36
16. 家庭日常保健,怎样进行脚部护理?	37
17. 什么是下肢动脉闭塞症的介入治疗?	38
18. 下肢动脉闭塞症的介入治疗适应证有哪些?	39
19. 下肢动脉闭塞症的介入治疗有哪些禁忌证?	40
20. 下肢动脉闭塞症的介入治疗有哪些并发症?	40
21. 下肢动脉闭塞症介入手术前如何护理?	41
22. 下肢动脉闭塞症的介入术后观察和护理内容 包括哪些?	42
23. 下肢动脉闭塞症介入术后并发症的处理包括 哪些?	43
24. 下肢动脉闭塞症术后长期随访内容包括哪些? ...	43
25. 下肢动脉闭塞症的外科手术治疗内容包括 哪些?	44
26. 下肢动脉闭塞症的外科手术治疗适应证有 哪些?	45
27. 下肢动脉闭塞症的外科手术治疗禁忌证有 哪些?	45
28. 下肢动脉闭塞症的外科手术并发症有哪些?	45
29. 下肢动脉闭塞症的外科手术术后护理有 哪些?	46
30. 下肢动脉闭塞症的外科手术术后出院指导 内容有哪些?	47
三、老年深静脉血栓形成	48
1. 深静脉血栓为何物?	48

2. 现代“桌前一族”怎样预防深静脉血栓形成? ... 49
3. 旅行中怎样预防深静脉血栓形成? 50
4. 骨折患者怎样预防深静脉血栓形成? 51
5. 手术后怎样预防深静脉血栓形成? 52
6. 长期卧床的病人怎样预防深静脉血栓形成? ... 52
7. 深静脉血栓形成(DVT)的原因有哪些? 53
8. 深静脉血栓形成的易患人群有哪些? 53
9. 深静脉血栓形成有何临床表现和分型? 53
10. 深静脉血栓形成的检查和诊断方法有哪些? 54
11. 深静脉血栓形成的一般性治疗措施有哪些? 54
12. 深静脉血栓形成的药物治疗有哪些? 55
13. 如何正确的使用抗凝疗法? 55
14. 深静脉血栓形成的常用抗凝药有哪些? 56
15. 常用抗凝药的使用方法? 57
16. 华法林用药过量如何处理? 58
17. 深静脉血栓形成的溶栓疗法是什么? 59
18. 深静脉血栓形成的祛聚疗法是什么? 60
19. 深静脉血栓形成的中医药疗法是什么? 60
20. 深静脉血栓形成的预防措施有哪些? 61
21. 深静脉血栓形成介入治疗的时机是什么? 62
22. 深静脉血栓形成介入治疗的方法有哪些? 62
23. 下腔静脉过滤器置入术是什么? 62
24. 经溶栓导管直接灌注溶栓是什么? 63
25. 机械性血栓清除术有哪些? 63
26. 什么是 Amplatz 血栓消融术? 63