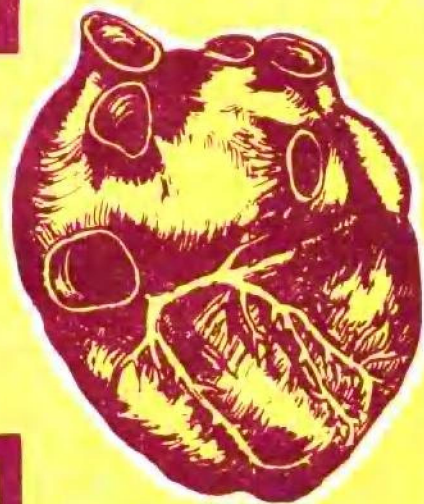


自我保健知识丛书

心血管疾病咨询

白曼颐 尚 华 姚康宝 等编著



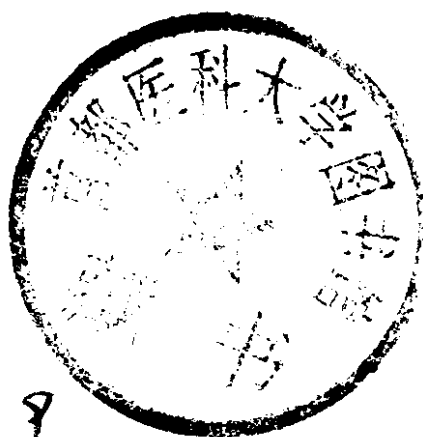
新时代出版社

54
BMY

自我保健知识丛书

心血管疾病咨询

白曼颐 尚 华 姚康宝 等编著



97816109



A0281440

新时代出版社

· 北京 ·

图书在版编目(CIP)数据

心血管疾病咨询/白曼颐等编著. —北京: 新时代出版社, 1995. 7

(自我保健知识丛书)

ISBN 7-5042-0262-2

I. 心… II. 白… III. 心脏血管疾病-咨询 IV. R54-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(94)第 15961 号

新时代出版社出版发行

(北京市海淀区紫竹院南路 23 号)

(邮政编码 100044)

国防工业出版社印刷厂印刷

新华书店经售

*

开本 850×1168 1/32 印张 5 3/4 144 千字

1995 年 7 月第 1 版 1995 年 7 月北京第 1 次印刷

印数: 1—5000 册

定价: 7.80 元

(本书如有印装错误, 我社负责调换)

参加编写人员

(按姓氏笔画排列)

王 静	王方正	王诗恒	白曼颐	曲家珍
肖明第	陆宗良	陈在嘉	范爱平	尚 华
赵一举	赵彦芬	姚康宝	贺丽霞	徐义枢
唐荣阔	寇文镕			

序 言

心血管病威胁人类健康,是中老年人的一个大敌。据统计,它在各种严重危及人类生命的疾病中,死亡率居于首位。在我国,随着人民生活的改善,中老年人口中心血管病的发病率有增长趋势。这自然同饮食中脂质的摄入增加有关,也同社会生活的节奏加速、人们精神状态渐趋紧张有关。可以认为,这是在现代化进程中出现的一种副作用,我们无法回避,只能以积极态度用各种方法来加以防治和限制。

在现代社会中,疾病防治之道日益在于患者自身。如果每个中老年人对心血管疾病有足够的常识,无论在发病前后,均能采取相应的有效措施加以防治,那么,其发病率势必大大降低,治愈率也将大大提高。这也有助于减轻患者的病痛,还可减少医药费的支出,应当说,对个人、对社会都是有益的。

本书以心血管疾病的基本知识为主题,汇集平时患者就医咨询中所关心的种种问题,向中老年读者简明介绍有关心血管疾病的征候、自我观察和救治、就医诊治及护理、日常保健及预防等知识。书中无论立题和阐述,都力求使非专业人员能看得明白、易懂。应当说明,有些心血管疾病,患者是很难根据书本的描述做自我诊治的,但是,能了解和掌握一些有关知识,至少可以减少不必要的心理紧张,也有利于配合医生的治疗,使患者逐步步入良性循环之中,有益于自我保健,促进病情的康复。

本书由中国医学科学院阜外医院健康教育委员会组织 10 多位专家和主任医师共同撰写而成,虽经修改和多次审校,仍难免有未尽完善和疏漏之处,欢迎读者批评指正。

1994 年 10 月

内 容 简 介

当今,心血管疾病是人们尤其是中老年人的多发病常见病之一,其发病率高,且严重威胁着人类的健康,已成为人们十分关心的课题。本书由中国医学科学院阜外医院健康教育委员会组织 10 多位著名专家和主任医师参与编写,书中在简要介绍人体心血管系统的结构、生理功能及几种常用检查方法的基本知识的基础上,以咨询问答式着重阐述高血压、冠心病、心律失常、风湿性心脏病、肺心病、先天性心脏病等多发病常见病的征候、诊治、日常保健等知识。它内容丰富,深入浅出,简明易懂,具有普及性、实用性,有助于广大患者及其亲属的自我防护、卫生保健、简单救治和及时就医诊治与护理,有益于促进人民的健康。

读者对象:心脏病患者及其亲属,基层医护人员。

自我保健知识丛书

- 中华医疗气功精选
- 自我保健药膳
- 心血管疾病咨询
- 中风症的诊断与治疗
- 中老年常见皮肤病诊疗指南

目 录

基础知识:健康的心脏与常用检查方法

(一)心血管系统的结构和功能	1
1. 心脏在人体中起何作用?	1
2. 心脏有哪些结构?	1
3. 心房和心室有什么不同功用?	3
4. 心脏瓣膜是指什么?	3
5. 血液循环是怎么回事?	3
6. 冠状动脉的功能是什么?	5
7. 哪些因素可以造成心脏功能的损害?	5
8. 心血管疾病有什么样的表现?	5
9. 心脏杂音是怎样产生的?	7
10. 有心脏杂音就一定是有心脏病吗?	9
11. 杂音越响心脏病就越重吗?	10
(二)几种常用的心血管病检查方法	11
1. 什么是心电图? 正常心电图有何特点?	11
2. 心电图运动负荷试验指的是什么?	12
3. 什么是动态心电图? 有何作用?	12
4. 什么是连续心电图监测?	12
5. 电话传送心电监测系统是怎么回事?	12
6. 什么叫医学影像学?	13
7. 心脏 X 线透视或摄片的检查功用如何?	13
8. 心导管检查是怎么回事?	13
9. 什么是选择性心血管造影?	14
10. 什么是超声心动图? 它对诊断有何意义?	14
11. 什么是多普勒超声心动图?	14
12. 什么是数字减影血管造影(DSA)?	15
13. 什么是磁共振成像(MRI)?	15
14. 核素心肌显象在心血管病中的应用如何?	15

15. 电生理检查是怎么回事? 有何意义?	16
16. 什么叫血液动力学监测?	16
17. 阿托品试验有什么意义?	17
18. 美多心安试验有什么意义?	17
19. 核素开搏通试验有什么意义?	17
20. 地高辛浓度测定有何作用?	17
21. 心血管病患者常做哪些化验检查?	17

高 血 压 病

1. 什么是高血压?	19
2. 什么是收缩压?	19
3. 什么是舒张压?	19
4. 影响血压的因素有哪些?	19
5. 什么是低血压?	20
6. 位置性低血压是怎么回事?	21
7. 高血压的诊断分类如何?	21
8. 如何鉴别诊断高血压?	21
9. 怎样治疗高血压病?	22
10. 什么是新阶梯疗法?	23
11. 什么样的高血压可以采用手术治疗?	24
12. 高血压患者的饮食应注意什么?	26
13. 高血压病有哪些中医治疗方法?	28
14. 大动脉炎有哪些中医治疗方法?	29

冠 心 病

1. 什么叫冠心病?	31
2. 冠心病有什么表现?	33
3. 心绞痛有几种临床类型?	36
4. 什么是劳累性心绞痛?	36
5. 劳累性心绞痛有几种类型?	37
6. 什么是自发性心绞痛?	37
7. 什么是变异型心绞痛?	37
8. 什么叫心电图运动试验?	38
9. 为什么要做冠状动脉造影?	38
10. 什么是心肌梗塞?	39
11. 急性心肌梗塞发病前有哪些诱因?	40
12. 心肌梗塞会有哪些表现?	40

13. 得了心肌梗塞怎么办?	40
14. 为什么应对急性心肌梗塞患者进行监护治疗?	41
15. 哪些急性心肌梗塞患者适合血栓溶解治疗?	41
16. 冠心病人的 PTCA 是什么?	42
17. 哪些冠心病病人适宜做 PTCA?	42
18. 心肌梗塞病人出院后要注意什么?	43
19. 什么是心室壁瘤?	43
20. 室壁瘤有什么危害?	44
21. 心绞痛和急性心肌梗塞发病与气候有何关系?	44
22. 吸烟对冠心病患者有什么害处?	45
23. 什么叫血脂?	45
24. 高脂血症与高脂蛋白血症有什么区别?	45
25. 乳糜血是怎么回事?	46
26. 血脂高的人易患冠心病吗?	47
27. 胆固醇与冠心病有什么关系?	47
28. 胆固醇对人体是有害无益的吗?	47
29. 哪种胆固醇增高易患冠心病?	48
30. 膳食对血脂有什么影响?	48
31. 不吃脂肪,多吃碳水化合物好不好?	49
32. 冠心病人在饮食方面应注意什么?	49
33. 血脂高或肥胖怎么办?	50
34. 冠心病人在观看球赛时要注意什么?	50
35. 冠心病病人如何安全旅行?	50
36. 冠心病病人随身带什么药?	51
37. 常含硝酸甘油会无效吗? 硝酸甘油应如何保存?	51
38. 消心痛、缓释消心痛和长效心痛治是什么性质的药?	52
39. 什么是硝酸甘油的缓释放制剂?	53
40. 心痛定、硫氮革酮对心绞痛有什么作用?	53
41. 心得安、氨酰心安、美多心安对心绞痛有何作用?	54
42. 长期服用阿斯匹林和潘生丁对冠心病有什么作用?	55
43. 什么样的冠心病患者适合手术治疗?	55
44. 冠心病病人手术前为什么要做冠状动脉造影检查?	56
45. 选择性冠状动脉造影适应于哪些病人?	57
46. 什么叫冠状动脉搭桥?	57
47. 冠状动脉搭桥术后为什么要在腿部绑弹力绷带或穿弹力袜?	58
48. 搭桥术后应如何安排饮食起居?	58

49. 治疗冠心病有哪些常用中成药?	59
50. 心血管病外科术后有哪些中医治疗方法?	60

心 律 失 常

1. 什么叫心律失常? 心律失常是否就是心脏病? 常见的心律失常有几种?	62
2. 什么是心脏传导系统?	62
3. 心脏传导系统有何特性?	64
4. 窦房结位于什么地方? 有何种功能?	64
5. 房室结位于什么地方? 有何种功能?	65
6. 蒲氏纤维在心脏什么地方? 有何种功能?	65
7. 心脏传导系统有了病变会引起什么后果?	65
8. 什么叫期前收缩?	65
9. 什么叫心动过速?	67
10. 什么是预激症候群? 为何常伴有心动过速?	68
11. 什么叫心房纤颤?	68
12. 电复律的适应症和禁忌症有哪些?	70
13. 抗心动过速起搏器有什么功用?	71
14. 安抗心动过速起搏器之前,需做哪些准备?	71
15. 安抗心动过速起搏器之后,需注意什么?	71
16. AICD 有什么功用?	72
17. 哪些病人需安装 AICD?	72
18. 安 AICD 的病人为什么要定期随诊?	72
19. 什么是射频治疗? 有何优点? 病人应注意什么?	72
20. 什么叫心动过缓? 何谓病态窦房结综合征?	73
21. 什么叫传导阻滞?	74
22. 什么是束支传导阻滞?	76
23. 心动过缓有何危害性?	78
24. 如何治疗心动过缓?	78
25. 起搏器是一种什么装置?	79
26. 哪些病人需安装起搏器?	79
27. 安装起搏器有哪些方法?	80
28. 什么是单腔起搏器?	81
29. 什么是双腔起搏器?	81
30. 什么是频率反应型起搏器?	82
31. 哪些病人适合用频率反应型起搏器?	82

32. 双腔频率反应型起搏器有何优点？	82
33. 具有程控功能的起搏器有什么优点？	83
34. 为什么在手术台上要进行阈值测试？	83
35. 安起搏器有危险吗？	84
36. 起搏器安放在人体的什么地方？	84
37. 安起搏器要不要打开心脏？	84
38. 安起搏器手术需要多长时间？	85
39. 起搏器能使用多久？	85
40. 安装起搏器病人要做哪些准备？	86
41. 手术过程中病人应怎样配合？	86
42. 手术后要做哪些处理？	86
43. 手术后卧床多久方可下地活动？	87
44. 安装起搏器后会发生哪些并发症？	87
45. 为什么术后要尽早活动上肢？	88
46. 手术后回到病房会遇到什么问题？	88
47. 安起搏器后还要不要服用其他药物？	88
48. 安起搏器后发生心房纤颤要不要处理？	89
49. 安起搏器的病人能否看电视节目、听收音机广播、用电刮胡刀？ 应避免做哪些事？	89
50. 安起搏器的病人能不能做家务活和上班？	89
51. 安起搏器的病人可否出外旅游？	90
52. 安起搏器的病人能不能结婚、性生活和生小孩？	90
53. 安起搏器后多长时间去医院检查一次？	90
54. 病人怎样观察起搏器是否工作？	91
55. 为什么有的病人安上起搏器会感觉心跳不均匀？	91
56. 为什么有的病人安起搏器后症状没有改善？	92
57. 起搏器下坠有无影响？	92
58. 埋植起搏器的部位疼痛怎么办？	93
59. 为什么有的病人在心脏起搏时局部肌肉会抽动？	93
60. 为什么心脏起搏时“肚子”也发生抽动？	94
61. 起搏器出了毛病怎么办？	94
62. 起搏器安上后可否再取出？	94
63. 安起搏器的病人能否拔牙及做其他手术？	94
64. 怎样掌握更换起搏器时间？换起搏器困难吗？	95
65. 起搏器能保终身吗？	96
66. 心律失常有哪些中医治疗方法？	96

风湿性心脏病

1. 什么叫风湿性心脏病？为什么会得风湿性心脏病？ 98
2. 什么叫二尖瓣狭窄？何谓联合瓣膜病？ 98
3. 得了二尖瓣狭窄有什么感觉？ 99
4. 得了风湿性心脏病二尖瓣狭窄后怎么办？ 101
5. 什么是心脏瓣膜替换术？ 101
6. 人工瓣膜有几种？各有何优缺点？ 102
7. 换瓣术后为什么要抗凝治疗？如何进行抗凝治疗？ 102
8. 风湿性心脏病手术后应注意些什么？ 103
9. 风湿性心脏病手术前为什么要查抗“O”和血沉？ 104
10. 人工心脏瓣膜替换术后能否怀孕或接受其他疾病的手术治疗？ 105
11. 换瓣病人心律失常如何处理？ 105
12. 心力衰竭有哪些中医治疗方法？ 106

肺原性心脏病

1. 什么是肺心病？ 109
2. 肺通气是怎样进行的？ 109
3. 气体在人体内是怎样交换、运输的？ 110
4. 肺心病的常见病因及分类有哪些？ 110
5. 慢性支气管炎有哪些表现？怎样诊断？ 111
6. 慢性支气管炎的病因有哪些？怎样预防？ 112
7. 慢性支气管炎分几期、几型、怎样治疗？ 113
8. 吸烟与慢性支气管炎有什么关系？ 114
9. 为什么老年人慢性支气管炎发病率高？ 115
10. 支气管哮喘有哪些病因？怎样治疗？ 116
11. 支气管扩张有哪些表现？怎样治疗？ 117
12. 常用口服抗菌药的用法及注意事项有哪些？ 117
13. 什么叫血气分析？包括哪些指标？ 119
14. 什么叫慢性阻塞性肺气肿？它是怎么发生的？ 120
15. 肺气肿对人体有什么影响？ 121
16. 慢性阻塞性肺气肿有哪些表现？分几型？ 122
17. 怎样诊断慢性阻塞性肺气肿？ 123
18. 怎样进行腹式呼吸锻炼？ 124
19. 呼吸保健操有哪些作用和适应症？ 125
20. 缺氧和高碳酸血症对人体有什么影响？ 126
21. 怎样判断缺氧？ 127

22. 什么是肺血管病?	128
23. 什么叫肺栓塞? 肺栓塞的病因是什么?	129
24. 肺栓塞的临床表现是什么?	130
25. 如何诊断肺栓塞?	130
26. 常用哪些药物和方法治疗肺栓塞?	131
27. 什么叫肺动脉高压? 它是怎样发生的?	131
28. 如何诊断、治疗肺动脉高压?	132
29. 肺心病是怎样发生的?	133
30. 为什么有些胸廓疾病也能引起肺心病?	134
31. 肺心病有哪些表现? 怎样诊断肺心病?	135
32. 肺心病心力衰竭有哪些特点? 怎样治疗?	137
33. 什么叫呼吸衰竭? 有哪些病因?	138
34. 呼吸衰竭有哪些表现?	139
35. 怎样治疗呼吸衰竭?	140
36. 重症肺心病人为什么不能吸入高浓度的氧气或纯氧?	141
37. 肺心病有哪些严重并发症?	142
38. 肺性脑病有哪些表现和防治措施?	144
39. 肺心病常见哪些酸碱平衡失调和电解质紊乱?	145
40. 肺心病缓解期应注意哪些问题?	146
41. 肺心病家庭护理应注意哪些问题?	147

先天性心脏病及其他

1. 小儿先天性心脏病分几类?	150
2. 怎样发现先天性心脏病?	150
3. 先天性心脏病可以自愈或通过药物治愈吗?	151
4. 为什么有些心脏病病人会出现紫绀?	152
5. 为什么有些紫绀型心脏病病人会咳血, 发生了该怎么办?	153
6. 什么是动脉导管未闭?	155
7. 什么是房间隔缺损?	155
8. 什么是室间隔缺损?	155
9. 什么是法鲁氏四联症?	155
10. 什么是肺静脉畸形引流?	156
11. 什么是大动脉转位?	156
12. 什么是大动脉炎?	157
13. 什么是肾动脉狭窄?	157
14. 什么是主动脉瘤?	157

15. 什么是动脉栓塞?	157
16. 什么样的先天性心脏病适合于手术治疗?	158
17. 手术前为什么要查肝功能?	159
18. 什么叫体外循环?	161
19. 做心脏血管手术有危险吗?	162
20. 手术前需要做些什么准备?	163
21. 手术后疼痛吗?	163
22. 心脏手术后应如何对待体力活动?	163
23. 先心病患儿术后为什么要绑胸带?	164
24. 患儿手术前家长应注意些什么?	164
25. 动脉导管未闭术后家长应注意什么?	164
26. 房、室间隔缺损术后家长应注意什么?	165
27. 紫绀型先心病患儿术后家长应注意什么?	165
28. 住院期间病人应如何掌握活动量?	166
29. 手术前后为什么应停止吸烟?	166
30. 心脏手术后应如何对待结婚和生育?	166
31. 怎样自我判断心脏功能的级别?	167
32. 出现心脏病征有哪些警示信号和危险因素?	167
33. 日常自我防治应采取哪些有效措施?	168
34. 心脏病人如何煎服汤药?	169

基础知识：健康的心脏与常用检查方法

（一）心血管系统的结构和功能

1. 心脏在人体中起何作用？

人类要维持生命并进行日常的生活和劳动，必须有氧气的供应。氧气和其他营养物质靠血液携带送到各种组织和器官去。同时，氧气和营养物质的运送以及废料的清除，需要有一个运输系统，这就是血液循环系统。从作用上说，血液循环系统分两大部分：一是心脏，起动力作用；二是血管，起“输送”和“回收”管道的作用。心脏是循环系统的中枢和关键。血液所以能够有一定的压力进行流动，全靠心脏的收缩做为动力。心脏就是一个血“泵”，凭借心脏的收缩将新鲜血液输出供应全身。

心脏是一个最勤奋、最顽强的脏器。从人出生到死亡，它一分钟也不停止地工作，就以平均每分钟跳动 75 次计算，一天就要跳动十万八千次。人的一生如按 70 岁估算，心脏就要跳动二十七亿五千九百四十万次，这是多么惊人的劳动量！心跳一停止，身体各个脏器的血液供应也就停止，人的生命也就终止了。

2. 心脏有哪些结构？

心脏是个重要的脏器，它位于胸腔的中间，横膈的上面，有坚强的胸壁在外面起保护作用（见图 1）。正常成人心脏的大小约和自己的拳头差不多，重量大约 250g。心脏的形状像一个圆锥体，尖端偏左下，叫心尖，是由心室构成；大的一端在上，叫心底，主要是大血管和心房。心脏的外面被一层薄膜囊包绕，叫心包，是心脏的又一保护层，可以保护心脏不和其他脏器直接接触。心包囊内的空

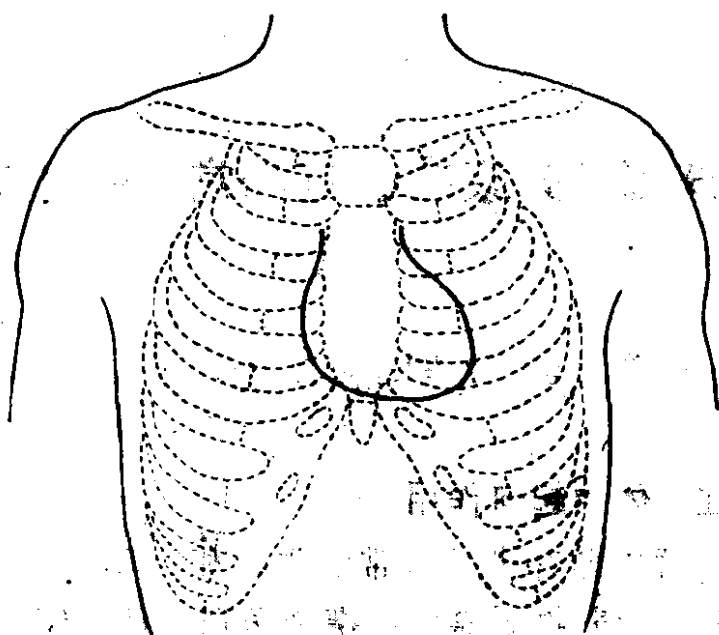


图1 体表心脏位置示意图

隙里有少许液体,叫心包液,对心脏的跳动起着润滑的作用。

心脏的内部分为四个腔,两个心房,两个心室。心房在后上方,左侧的叫左心房,右侧的叫右心房;心室在前下方,左侧的叫左心室,右侧的叫右心室。为了分开左右两侧,在两个心房之间有隔,叫房间隔;两个心室之间也有隔,叫室间隔。正常心脏的房间隔和室间隔是完整的,避免两侧心脏的血液相通(见图2)。

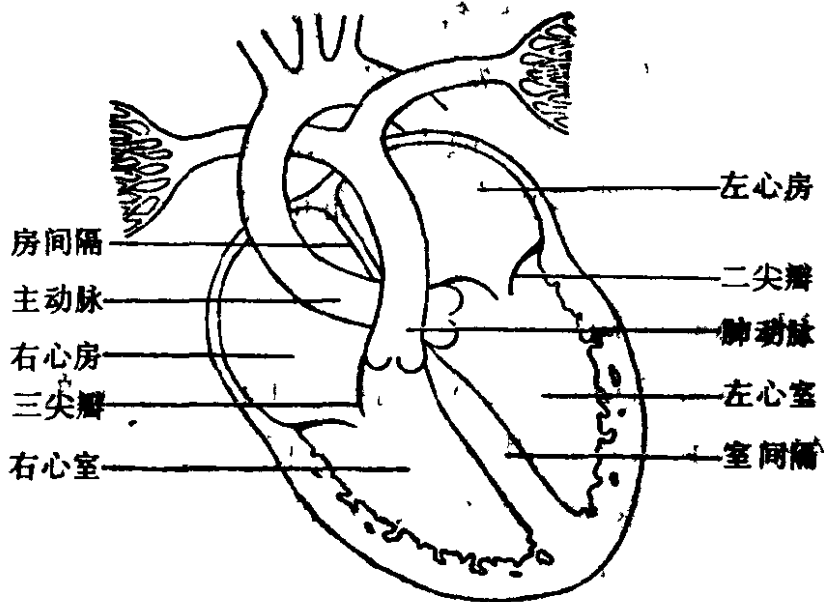


图2 心脏结构示意图