

常 见 病 对 照 防 治 系 列

冠心病

对照手册

GUANXINBING
DUIZHAOSHOUCE

郑虎占 韩珊珊◎主编

【您身边的医学专家】



「患者对号入座，
专家解答疑惑」

权威专家倾情推介 冠心病患者的福音

本书用鲜活的案例，从入院检查步骤开始，引导患者对照自己的症状，选择最佳治疗方案，对照病友的治疗心得，为患者提供经验妙方。本书集可读性、实用性、科学性于一体，通俗易懂，是冠心病患者的良师益友。

黑龙江科学技术出版社

常 见 病 对 照 防 治 系 列

冠心病

对照手册



黑龙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

冠心病对照手册/郑虎占,韩珊珊主编. —哈尔滨:黑龙江科学技术出版社,2009.9

ISBN 978-7-5388-6231-7

I. 冠… II. ①郑…②韩… III. 冠心病—诊疗—手册 IV. R541.4—62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 168779 号

冠心病对照手册

GUANXINBING DUIZHAO SHOUCHE

主 编 郑虎占

责任编辑 焦 琰

出 版 黑龙江科学技术出版社 

(地址:哈尔滨市南岗区湘江路 77 号 邮编:150090)

电话:0451—53642106 传真:0451—53642143(发行部)

发 行 全国新华书店

印 刷 北京市兆成印刷有限责任公司

开 本 787×1092 1/16

印 张 13

版 次 2009 年 11 月第 1 版·2009 年 11 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-6231-7/R·1629

定 价 25.00 元



本书以对照案例的形式，详细介绍了各种类型冠心病的症状、检查方法、治疗方法等内容。您可以对照自己的症状，得知自己是哪类冠心病的疑似患者，对每种症状出现的原因您也能够有初步的了解。下一步您就可以对照选择检查项目，了解各项检查的目的和作用，并根据病情，适应症、疗法之间的搭配进行对照治疗。冠心病的治疗不只是药物才有效，不少患者还总结了一些小妙招、小窍门，他们的温馨提示和鼓励也是战胜冠心病的一剂良方。

本书内容通俗易懂，生动活泼，深入浅出，准确翔实，是冠心病患者的家庭必备书籍。



为了使千万患者早日康复，为疑似患者解答困惑，让健康朋友学会预防常见病，编者特选取十类常见疾病，完成了这套常见病对照系列丛书的编写。

我们经常在社区、路边听人们讲自己得病的经过，时常遇到身边的人听着听着便开始联想自己健康状况的情景：“嗨！我也有这方面的症状，赶快去医院检查吧。”到了医院，拿着一系列检查报告单，望着各种看不懂的数据又很茫然，不知什么意思。患者从医生那里只知道得了什么病，至于为什么会如此，往往得不到详细的答案。更让患者无所适从的是，医生所说的多种治疗方法，如西药治疗、中医治疗、手术治疗等，究竟哪一种才是最适合自己的呢？类似种种疑惑，不仅会延误病情，还会在治疗上多走弯路，加重经济负担。有鉴于此，我们特意策划出版这套丛书，以全面解答每位患者的困惑与不解。

“对照”是本系列丛书的最大特色，从临床症状、辅助检查、治疗方案等人们常见的疑惑，都做了一一解答，并介绍了患者的求医



问药心得。本套丛书中的每本书均由四部分组成。

一、症状对照——使患者对症入座，专家解答为什么会出现这一系列症状。

二、检查项目对照——告诉你最有效的检查项目，详细分析每项检查结果的含义。

三、治疗方案对照——数种疗法，你可选择最适合的一种。

四、心得对照——以患者互动的方式，介绍治疗效果，交流护理经验。

本书的另一大特色是：我们特别邀请了各大医院相关专家，以大量的临床病例为基础，经适当加工，改写成生动的病例故事，增加了趣味性、通俗性和贴切性。

本套丛书共10本，即《女性常见病对照手册》《男性常见病对照手册》《糖尿病对照手册》《高脂血症对照手册》《高血压对照手册》《胃病对照手册》《前列腺疾病对照手册》《肾病对照手册》《冠心病对照手册》《乙型肝炎对照手册》。为做好本套丛书，我们特别邀请协和医院、北京医院、北京中医药大学、东方医院的教授、专家参与指导、编写工作。如果本套丛书对你的健康有所帮助，首先要感谢所有参与编写工作的专家们。

欢迎广大读者批评指正。

编 者

2008年5月



目录 contents

第一部分 症状对照

一、心绞痛型冠心病

【经典案例】

- 吴先生的故事 2
 (一) 症状分析 3
 (二) 专家建议 5

二、心律失常型冠心病

【经典案例】

- 何女士的故事 5
 (一) 症状分析 6
 (二) 专家建议 8

三、心肌梗死型冠心病

【经典案例】

- 赵先生的故事 8
 (一) 症状分析 9
 (二) 专家建议 11
 温馨小贴士·无典型疼痛部位或症状的心肌梗死患
 12

四、心力衰竭型冠心病

【经典案例】

- 张先生的故事 13
 (一) 症状分析 13
 (二) 专家建议 15
 温馨小贴士·常见的呼吸困难原因 16

五、猝死型冠心病

【经典案例】

- 关女士的故事 16
 (一) 症状分析 17
 (二) 专家建议 18

六、隐匿型冠心病

【经典案例】

- 李先生的故事 19
 (一) 症状分析 20
 (二) 专家建议 22

第二部分 检查项目对照

一、心绞痛型冠心病

- (一) 对吴先生最有效的检查



项目	24
(二)检查结果分析及确诊	26
(三)检查注意事项	26
二、心律失常型冠心病	
(一)对何女士最有效的检查项目	27
(二)检查结果分析及确诊	28
(三)检查注意事项	28
三、心肌梗死型冠心病	
(一)对赵先生最有效的检查项目	28
(二)检查结果分析及确诊	32
(三)检查注意事项	32
四、心力衰竭型冠心病	
(一)对张先生最有效的检查项目	33
(二)检查结果分析及确诊	35
温馨小贴士·隐性心力衰竭	35
五、猝死型冠心病	
(一)对关女士最有效的检查项目	36

(二)检查结果分析及确诊	36
(三)患者注意事项	38
温馨小贴士·脆弱啊,在心血管领域你的名字依旧是女人	38
六、隐匿型冠心病	
(一)对李先生最有效的检查项目	39
(二)检查结果分析及确诊	41
(三)检查注意事项	41

第三部分 治疗方案对照

一、心绞痛型冠心病	
(一)最适合吴先生的疗法	44
(二)中医药辅助治疗	47
二、心律失常型冠心病	
(一)最适合何女士的疗法	49
(二)中药辅助治疗	52
(三)特色治疗——音乐疗法	54
冠心病百宝箱·心律失常的诱发因素	58

三、心肌梗死型冠心病

- (一)最适合赵先生的疗法…… 60
- (二)中药辅助疗法…… 61
- (三)治疗注意事项…… 80

四、心力衰竭型冠心病

- (一)最适合张先生的疗法…… 81
 - (二)中药辅助治疗…… 82
 - (三)特色治疗——按摩疗法…… 85
 - (四)治疗注意事项…… 91
- 冠心病百宝箱·冠心病预防
治疗早知道…… 92

五、猝死型冠心病

- (一)最应该掌握的急救法…… 93
 - (二)中医贴敷辅助治疗(贴敷
疗法具体介绍详见附录
二)…… 95
- 冠心病百宝箱·五大招数预
防心源性猝死…… 96

六、隐匿型冠心病

- (一)最适合李先生的疗法…… 98
- (二)调养辅助疗法…… 99

- (三)特色治疗——针灸治疗
…… 109
- (四)治疗注意事项…… 116

第四部分 心得对照

一、吴先生谈心得

- (一)健康的生活方式有益心
脏健康…… 118
- (二)食疗好处多…… 119
- (三)拔罐帮助我更快恢复健
康…… 120

二、何女士谈心得

- (一)散步缓解心律失常……
…… 125
- (二)良好的睡眠,击败心律失
常…… 126
- (三)刮痧疗法,我击败冠心病
的又一利器…… 126

三、赵先生谈心得

- (一)学会自我护理…… 134
- (二)高品质生活,离不开运动
…… 138

四、张先生谈心得

- (一)时间疗法…… 144
- (二)心力衰竭患者一定要注
重家庭护理…… 144



- (三)气功疗法强健心脏,快乐生活 146

五、关女士谈心得

- (一)时尚沐浴,治疗心脏病的好方法 152
- (二)冠心病夜间发病不可怕,处理得当不慌张就不会发生危险 153

六、李先生谈心得

- (一)养“五气”,保养自己的心脏 156
- (二)尽量及早预防,学会自我诊断,避免贻误病情 157
- (三)冠心病患者四季护理需要注意的要点 159

- (四)冠心病患者起居护理 163

- (五)高原地区患者自我调适 168

冠心病百宝箱·预防冠心病六大法宝 169

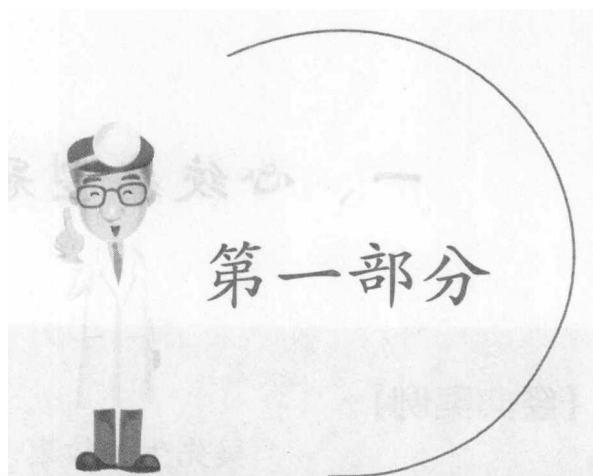
附 录

附录 A 心电图各波段的名称、意义、正常值及相关异常的意义 178

附录 B 冠心病患者常用膳方介绍 183

附录 C 测一测你发生心肌梗死的系数有多大 191

附录 D 心脏听诊正常心音及出现心肌梗死时的异常 ... 194



症状对照

冠心病是由于冠状动脉功能性改变或器质性病变引起的冠状动脉血流和心肌需求之间不平衡而导致的心肌损害。与过去“冠心病是老人病”的传统观念不同。近年来，冠心病有越来越明显的发病低龄化的趋势。兼之近年数位名人因冠心病急性发作而猝死，使得“如何预防和治疗冠心病”成为公众广泛关注的社会问题。



一、心绞痛型冠心病

【经典案例】

吴先生的故事

北京的吴先生属于事业、家庭双丰收型的成功男士，他有一份不错的工作，家庭生活也很美满——妻子贤惠，儿子聪明又听话，一家人其乐融融。但是，近几个月来，一直诸事顺遂的吴先生频繁地感到身体不适，经常有左肩抽痛、胸闷，尤其是随着天气逐渐变冷，胸骨部位也出现明显疼痛。他不明白：自己既没有家族遗传病，工作上又很轻松，每天只上6个小时的班，身体怎么会出现这些问题呢？吴先生的妻子看着丈夫在不到半年的时间里变得面黄肌瘦、疲惫不堪，很是担心。除此之外，细心的吴太太还发现吴先生的手心经常出汗，询问原因，原本性情温和的丈夫便会显得烦躁不安，非但说不出个所以然，还觉得太太老是催他去医院看病实在烦人……眼看着丈夫总是以“可能一会儿就好了”为借口不愿意去检查，精神状况越来越糟，在单位的工作也越来越不如意，身为妻子的吴太太有些急了，她以“拯救家庭”的名义给吴先生下了一道命令：周六必须去医院！

(一) 症状分析

到了医院，接诊的医生见到吴先生后耐心地询问了他的各种不适症状，并进行了初步的诊察，为了让吴先生不要太过担心，医生根据已掌握的吴先生的患病信息，给他们夫妇简要地解释了一下吴先生产生以下的症状的原因。

1. 左肩抽痛

(1) 症状描述：左肩部感到抽痛，痛感向双侧肩部、背部、颈部、咽喉部发散，多数情况下左侧痛感较为强烈，休息一会儿即可缓解；如仍不能缓解，含服硝酸甘油后可有止痛功效。

(2) 专家分析：

吴先生会出现这种症状，是由于大脑感觉中枢的错觉。根据吴先生的种种不适可以初步判断他的致病原因是心肌出现病变。当人的心肌有缺血、缺氧等情况时，很容



易出现代谢产物的积聚，这些代谢产物如果刺激了患者心脏自主神经的痛觉感受器时，痛觉感受器便会发出疼痛信号。这些疼痛信号通过神经传入大脑后，大脑便会产生疼痛的感觉。由于肩部、胸骨部以及左侧小指等处的疼痛，也是经过与心脏疼痛信号完全相同的途径传入大脑的，所以大脑感觉中枢有时会分不清疼痛是来自心脏，还是来自胸骨、肩膀。

需要特别指出的是，这样的肩膀疼痛，服用一般治疗肌肉、关



节疼痛的药物是没有疗效的。

2. 手心出汗

(1) 症状描述：浑身发凉，手心却大量出汗。同时，患者面色通常显得苍白无血色。

(2) 专家分析：吴先生会出现这种症状，是因为心脏发出的疼痛信号通过神经向大脑传送时会通过交感神经节和相应的脊髓神经，而当疼痛通过交感神经节和相应的脊髓神经传入大脑时，大脑神经中枢便会表现出紧张的状态，此时人的症状表现便是手心出汗。

3. 胸骨疼痛

(1) 症状描述：天气变冷时外出，总是感觉着凉了，胸前常常有一种紧缩感、灼烧感，甚至感到撕裂一般的疼痛。

(2) 专家分析：气候寒冷时，人体容易呈现出一种紧缩状态，当这种不良因素直接刺激心肌时，人的心肌就会出现缺血现象，缺血稍严重，代谢产物就会刺激心脏自主神经的痛觉感受器，从而使大脑感知疼痛，并发出疼痛信号。由于胸骨的痛觉与心脏的痛觉都是由同一中枢神经传入大脑的，因而吴先生的心肌发生异常时，会感到胸骨疼痛。

需要注意的是，这种疼痛常见于心绞痛型冠心病患者，而针刺一般的痛则通常不是心绞痛。

4. 烦躁不安

(1) 症状描述：情绪不易稳定，注意力不能很好集中，缺乏耐心。

(2) 专家分析：患者会出现这些精神状况的异常，主要还是因为身体不适，导致的植物神经功能紊乱引起的。除此之外，情绪还是患者心理因素的表现，它不仅仅是诊断冠心病患者的临床依据，过多的负面情绪甚至能影响一个正常人的健康。不良的情绪如愤怒、

焦虑、烦躁、抑郁、紧张、惊恐、憎恨等，都将严重影响冠心病患者康复。

（二）专家建议

专家根据吴先生叙述的一系列症状综合考虑，确定他为心绞痛型冠心病疑似病例。为了能够得到更多医学数据的支持，专家建议吴先生进行心电图测试，以尽早确诊。

听了医生对自己身体状况的分析，吴先生吓出了一头冷汗。按照专家的建议，他立即在妻子的陪伴下去做专项检查，如心电图检查等。

二、心律失常型冠心病

【经典案例】

何女士的故事

何女士家住北京朝阳区，是位典型的贤妻良母——丈夫在外忙碌生意，自己则以全职太太的身份相夫教子。虽然生活中的事情颇显琐碎，但还件件都要自己亲自动手打理，她对自己现在拥有的一切非常满意。可是，大约从2007年8月起，一向健康的何女士渐渐觉得身体有些不太好的征兆，头痛、心慌，走起路来总觉得没力气，心跳也不正常。对家庭付出了百般关心的她，对自己却有些漫不经心了。每当身体不



适时，她就告诉自己：可能儿子高考，自己操心过度累着了，休息休息就会没事的。因为何女士发现，在沙发上躺一会儿，就能轻松一些。可是随着时间的推移，何女士的情况越来越糟糕，各种身体不适感不断出现，心悸、恶心时有发生。恰巧有一天，她丈夫的一个医生朋友来家里做客，闻知这种情况，劝何女士赶紧去医院检查。医生朋友说，就目前症状来看，何女士有心律不齐是肯定的。但要确诊病情，还需要做进一步的详细检查。何女士的丈夫一听，非常吃惊，连连责怪自己为了生意而忽略了妻子的健康，他当即决定，马上带妻子去附近军区医院查个究竟。

（一）症状分析

接诊医生在耐心询问了何女士的各种不适症状后，又对她进行了初步观察。为了让何女士夫妇不要太过担心，医生在掌握了她的一些患病信息后，给他们夫妇简要地解释了一下为什么会产生以下症状。

1. 期前收缩

（1）症状描述：这类现象常常表现为心脏跳动的间歇性停止，一般在临床上统称为期前收缩。

（2）专家分析：几乎所有的心脏病都会出现期前收缩，一般多呈现为功能性的。尤其是40岁以上的患者，更容易频繁发作，这与动脉硬化有关。

2. 心房颤动

（1）症状描述：发生心房颤动时，患者会有心悸、胸闷的感觉，

严重时还会出现恶心、呕吐、晕厥。心悸，就是患者自我感觉心脏跳动紊乱或心跳不规律加快，有些患者还会伴有自觉体力下降的症状，具体表现是经常感到疲乏或劳累；眩晕，患者会觉得头晕眼花，甚至会昏倒；胸部不适，例如感到胸部疼痛、有压迫感或感觉不舒服；气短，患者在只进行了轻度体力活动或休息时感觉呼吸困难。

(2) 专家分析：患者会发生这些情况，大致都是由于心房颤动发生时心房内激动传导的方向不一致，频率快而且不规整，致使心房丧失了有效的收缩功能而导致的。要特别指出的一点是，虽然一些患者可能没有任何症状，但危害（例如血栓栓塞并发症等）仍然存在。

3. 心动过缓

(1) 症状描述：具体表现是患者心跳每分钟低于 60 次，有时甚至在 50 次以下。

(2) 专家分析：像何女士这样的症状，很有可能是患有“病态窦房结综合征”。40 岁以上的患者出现这种症状，大多是由于冠心病引起。病态窦房结综合征可导致患者心率缓慢、心脏排血量减少，从而引起组织器官缺血。如心率过慢，可造成患者心源性晕厥，严重者可导致突然死亡。

4. 心动过速

(1) 症状描述：患者发作时有心悸、头晕、心前区不适、乏力等症状，严重时会出现心绞痛、呼吸困难。

(2) 专家分析：患者出现心动过速的各种症状，主要是由于心脏疾病导致的血液循环加快，但是在某些情况下机体需血量增加的行为也会导致心跳加快。