

丛书名誉主编/林菊英 丛书主编/蔺惠芳

常见慢性病社区护理与自我管理系列丛书

冠心病

社区护理与自我管理

GUANXINBINGSHEQUHULIYUZIWOGUANLI

主编◎李玲娜 丛洪良



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

总 编 李 惠 兰、陈 君 勇 编 委 李 惠 兰、陈 君 勇

北京协和医学院护理学院护理学系教授、主任医师

冠心病

社区护理与自我管理

作者：李惠兰、陈君勇 编委：李惠兰、陈君勇 主编：李惠兰、陈君勇

北京协和医学院 护理学系

北京协和医学院 护理学系

常见慢性病社区护理与自我管理系列丛书

丛书名誉主编 林菊英

丛书主编 蔺惠芳

冠心病社区护理 与自我管理

GUANXINBING SHEQU HULI

YU ZIWO GUANLI



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

图书在版编目(CIP)数据

冠心病社区护理与自我管理/李玲娜,丛洪良主编. —北京:人民军医出版社,2009.8

(常见慢性病社区护理与自我管理系列丛书)

ISBN 978-7-5091-2873-2

I. 冠… II. ①李…②丛… III. 冠心病—护理 IV. R473.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 118768 号

策划编辑:张忠丽 文字编辑:杨善芝 责任审读:张之生

出版人:齐学进

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)51927291

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

印、装:北京国马印刷厂

开本:850mm×1168mm 1/32

印张:11 字数:278 千字

版、印次:2009 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

印数:0001~3500

定价:32.00 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



内容提要

本书主要介绍了冠心病的基础知识、危险因素、冠心病社区管理与健康教育以及临床诊断和治疗,重点对冠心病患者的社区管理与自我保健进行了描述,增加了三级预防知识,具有实用、方便的特色,适合临床护理及社区护理人员阅读。



要 容 序

有专家预计到 2020 年全世界心血管病患者将增至 2 600 万，是未来 20 年致人类死亡的头号杀手。我国心脑血管病的死亡人数已占总死亡人数的 1/3。每年因心脑血管疾病死亡的人数约有 260 万人，平均每小时死亡约 300 人，这与我国近二十年来人民生活水平提高，膳食结构不合理，人群体力活动减少，体重上升，血清胆固醇升高，血压升高，男性吸烟率高（达 60%），生活节奏加快，社会心理压力加重等因素有关。所有这些易患因素预示，我国心血管病特别是冠心病将会持续升高。目前，已引起全社会的高度重视。世界卫生组织的专家指出：“除非大力加强社区人群防治，否则，人类将无法控制心血管病这个世界瘟疫的蔓延。”因此，在我国开展大规模人群心血管病防治、冠心病的社区护理及患者的自我管理已刻不容缓。

按照传统的就医方式，患者在患病后直奔大医院，给外地及路远的患者带来很多不便，长期住院治疗，势必加重患者经济负担，同时也造成卫生资源的浪费。而大医院床位紧张，主要以处理急、重症为主。按照新的医疗方式，发病前的预防和发病初期治疗应

该从社区开始,当必要时转入大医院救治,而后的康复以及长期护理服务,最终要从医院回到社区,实施双向转诊制。

然而,由于社区护理在我国起步较晚,其服务规模、服务内容及服务质量和对冠心病的社区护理及自我管理的知识、能力等方面还不能适应社会发展的需要,急需一批有专业知识的人员和一支技术全面的医疗护理队伍,以保证预防、保健、健康教育、康复护理等在社区工作的贯彻实施。《冠心病社区护理与自我管理》一书的编写,为提高冠心病专科与社区护理人员的理论水平将起到指导作用,通过学习可使专业护理人员对冠心病有一个全面的认识,并运用自己的专业知识和技能,宣传冠心病的治疗,掌握护理和预防保健知识,提高冠心病患者自我管理能力及家庭式的护理服务,对改善冠心病患者的生存状态,具有重要的社会意义。同时,对提高社区卫生的服务能力,尽快发展社区护理也将起到积极的推动作用。

杨书华

2008年11月



丛书前言

当今,“健康是一项基本人权”的观点日益深入人心,“建立基本医疗卫生制度,提高全民健康水平”已写入胡锦涛总书记在中国共产党第十七届代表大会的报告中。为了更好地体现卫生服务的可行性与公平性,建立适合我国国情的卫生保健体系,大力发展社区卫生服务至关重要。社区护理人员是维护健康、预防疾病,对影响健康的危险因素进行干预的主要执行者。社区护理与家庭护理在国外已有数十年的历史,在我国则刚刚起步。目前,在社区护理工作实践中,存在着护理人员的专业知识陈旧和技能低下,缺乏与此相关的教材及技能培训等问题。为了满足社区和家庭护理需要,从生理、心理、社会、环境等方面关注人群的健康,让社区护士能熟练掌握新知识、新观念、新技术,满足以家庭为单位、以健康为中心,为慢性病患者服务的需求,丛书编委会组织我国护理界的专家编写了《常见慢性病社区护理与自我管理系列丛书》(以下简称丛书)。

丛书主要在日常生活保健、消除慢性病危险因素、患病后疾病的症状控制、并发症的预防到带病生存中应掌握的基本技能,从三

级预防的角度进行了深入浅出的阐述,介绍了社区常见慢性病护理技术、技能在社区和家庭中应用的技巧,重点介绍了慢性病患者的社区护理、患者自我管理中需要了解和掌握的带病生存的技术和技能。该套丛书由我国多家三级甲等医院多学科的护理专家和学科骨干编写,优选了在社区较常见、分布广且严重威胁人们健康的疾病,如糖尿病、脑血管病、心血管病、肾脏病、恶性肿瘤、心理疾病和妇女、儿童及老年人的社区保健与慢性病防治等。丛书还介绍了慢性病的社区管理及教育患者学习自我护理技能,不仅对社区护士提高业务水平、促进病患康复、减少医疗费用、提高患者生活具有指导作用,还弥补了我国社区护理在慢性病管理与护理方面缺乏实用教材的现状,对我国社区护理的持续、高速发展将起到积极的推动作用。

“丛书”内容通俗易懂、图文并茂、实用性强。在撰写过程中编者查阅了大量国内外文献,结合我国的国情,力求做到依据科学证据论述明确。

由于我国与西方国家的国情和文化背景存在较大差异,加之作者在社区护理方面的经验有限,撰写我国首套《常见慢性病社区护理与自我管理系列丛书》可供借鉴的资料不多,恳请同仁和读者给予指正,以促进我国社区护理工作健康发展。

林菊英

2008年1月



前言

冠心病是当今危害人类健康,影响人们生活质量的最常见的心血管病之一。其发病率和病死率逐年增加。随着诊断、治疗方法的不断更新,许多患者得到了及时、有效的救治,死亡危险大大降低。由于冠心病无法根治,治疗及护理成为一项长期的任务,短期的住院缓解了急性期的症状,出院后如不加强预防保健,已经开通的冠状动脉血管有可能再度狭窄甚至闭塞。除了“有病才去医院”治疗的病人,还有很多冠心病的高危人群在社区,在家庭以健康人自居,没有采取任何防范措施。例如:“三高症”者(高血压、高血脂、高血糖)、吸烟、酗酒者,生活无节制,肥胖、营养过剩等。美国人称其是“文明人痛快地吞进了‘文明病’,用自己的牙齿在制造坟墓!”冠心病已成为未来 20 年致人类死亡的头号杀手,冠心病的社区护理与在家庭的自我管理,已迫在眉睫且任重道远。

在医院多年的临床工作中,我常常看到,经历了急性发病与紧急救治过程的冠心病患者,忍受着罹患心脏病之痛苦,承受着昂贵的医药费,对疾病的发展,今后的健康,充满着困扰和忧虑,却不知道如何延续出院后的治疗与护理。社区医疗承担着在“生病就

医”之前的干预与出院后康复两个重要的医疗阶段。而冠心病医疗期前、后有一个相当大的群体,无论是大医院,还是社区的护士,对冠心病都应有一个全面的认识和整体的了解,才能保证大医院与社区在治疗、护理上分阶段,不中断的互动与对接。目前,冠心病患者的自我管理意识薄弱,冠心病的社区护理有待完善,很荣幸能参与社区护理丛书的编写,为患者呈献健康的理念和实用的护理方法,并通过这本书与社区的护理同仁共勉,给冠心病患者一个持续的治疗与完整的护理。

本书是国内外知名的社会活动家、社区护理学专家林菊英教授、丛书主编蔺惠芳老师与天津护理学会刘旭秘书长、张克森老师共同组织,由天津市胸科医院具有高级职称的多学科专家,以及具有丰富临床实践经验的心脏科护理专业骨干共同参与编写。专为心血管专业及社区护理人员学习,也可作为冠心病健康教育、社区健康指导的理论依据,还适合于冠心病患者及家属阅读学习。在编写中,以循证医学、循证护理为依据,社区护理和自我管理为重点,广泛收集冠心病治疗、护理中最新的理念和策略,社区保健及自我管理中最新的数据和方法。本书是《常见慢性病社区护理与自我管理系列丛书》之一。全书共分为6篇20章,深入浅出地介绍了冠心病的相关知识和基础知识;社区管理与健康教育;冠心病的诊断与治疗;冠心病不同人群的防治与保健和冠心病患者带病生存自我管理的方法和技能。力求内容全面,通俗易懂,集科学性、知识性及实用性为一体。

很多冠心病患者病因“富贵”,死于无知,希望这本书能使更多的人了解冠心病,远离危险因素,摒弃不健康的生活方式,使更多

的人拥有健康的心脏、享受高品质生活。在此，衷心感谢天津市卫生局程津新局长对编写本书的认同、支持并为之写序。同时，向为本书提供专业指教的孙根义、秦勤主任、赵岳院长、刘青主任、刘燕薇、孙强老师、胸科医院护理部以及给予帮助的朋友们，表示诚挚的敬意。

李玲娜

2008年12月



目 录

第一篇 冠心病的相关知识

第1章 冠心病的流行趋势	(3)
第一节 冠心病在世界的发展趋势.....	(4)
第二节 冠心病在我国的发展趋势.....	(7)
第2章 心脏与冠状动脉	(9)
第一节 心脏结构与功能.....	(9)
第二节 冠状动脉的分布与功能	(12)
第3章 血压、血脂和血糖及影响因素	(17)
第一节 血压的形成及正常标准和分类	(17)
第二节 血脂与血浆脂蛋白及影响因素	(22)
第三节 血糖及影响因素	(25)

第二篇 冠心病的基础知识

第4章 冠心病诊断相关知识	(29)
第一节 冠心病的概念	(29)
第二节 冠状动脉粥样硬化的机制	(29)
第三节 心肌缺血的病理生理改变	(33)
第5章 冠心病的危险因素	(40)
第一节 冠心病的不可控因素	(40)
第二节 冠心病的可控因素	(42)



第三节 冠心病与其他病症有关的因素	(46)
-------------------------	------

第三篇 冠心病社区管理与健康教育

第6章 冠心病社区管理	(63)
-------------------	------

第一节 冠心病的特点及对卫生服务的需求	(64)
---------------------------	------

第二节 冠心病社区管理	(66)
-------------------	------

第7章 冠心病社区管理模式	(80)
---------------------	------

第一节 冠心病社区管理的目的和目标	(80)
-------------------------	------

第二节 冠心病社区管理的基本方式和展望	(81)
---------------------------	------

第8章 冠心病社区健康教育	(84)
---------------------	------

第一节 健康教育的原则与目标	(84)
----------------------	------

第二节 健康教育的内容与方法	(86)
----------------------	------

第三节 健康教育的实施与评价	(90)
----------------------	------

第四篇 冠心病的诊断与治疗

第9章 冠心病的诊断与分型	(97)
---------------------	------

第一节 冠心病临床分型	(97)
-------------------	------

第二节 冠心病诊断与分类	(98)
--------------------	------

第三节 冠心病诊断应注意的问题	(110)
-----------------------	-------

第10章 冠心病诊断及辅助检查	(113)
-----------------------	-------

第一节 心电图	(113)
---------------	-------

第二节 超声心动图	(118)
-----------------	-------

第三节 放射性核素检查	(118)
-------------------	-------

第四节 多层螺旋CT	(118)
------------------	-------

第11章 冠心病治疗新策略及用药新观念	(121)
---------------------------	-------

第一节 冠心病治疗新策略	(121)
--------------------	-------

第二节 冠心病治疗用药新观念	(123)
----------------------	-------

第12章 冠心病的药物治疗	(129)
---------------------	-------

第一节 药物治疗的原则及种类	(129)
----------------------	-------



第二节 冠心病的药物治疗	(131)
第 13 章 冠心病介入治疗	(137)
第一节 介入治疗概念及种类	(137)
第二节 冠状动脉造影术	(139)
第三节 冠状动脉内成形术(PTCA)及支架术	(141)
第四节 射频消融技术	(146)
第五节 人工心脏起搏器置入术	(148)
第 14 章 冠心病的手术治疗	(153)
第一节 冠状动脉搭桥术	(153)
第二节 冠状动脉搭桥术家庭保健及社区指导	(155)
第 15 章 冠心病常见并发症的防治与护理	(160)
第一节 心功能不全防治与护理	(160)
第二节 心律失常防治与护理	(164)
第三节 心源性休克	(176)
第四节 急性心肌梗死并发症的防治与护理	(180)
第 16 章 心血管病的社区急救及心肺复苏	(188)
第一节 急性心力衰竭的急救	(188)
第二节 阵发性室上性心动过速的急救	(190)
第三节 心绞痛的急救	(192)
第四节 心肌梗死的急救	(193)
第五节 重度高血压的急救	(197)
第六节 休克的急救	(199)
第七节 猝死的急救	(200)
第八节 心肺复苏技术	(202)

第五篇 冠心病的防治与特殊人群保健

第 17 章 冠心病防治与老年保健	(207)
第一节 老年疾病的临床特征	(207)
第二节 老年冠心病的危险因素及症状特点	(208)



第三节	老年冠心病患者的合理用药	(211)
第四节	老年冠心病患者的生活保健	(214)
第五节	老年人冠心病社区护理	(218)
第 18 章	冠心病的防治与儿童保健	(223)
第一节	儿童冠心病主要危险因素	(223)
第二节	药物治疗和综合治疗措施	(234)
第三节	儿童冠心病预防保健与健康教育	(235)
第六篇 冠心病患者自我健康管理		
第 19 章	冠心病的非药物治疗	(243)
第一节	冠心病的饮食治疗	(243)
第二节	冠心病患者的运动治疗	(265)
第三节	冠心病患者的自我心理调适	(273)
第 20 章	自我检测带病生存技能	(281)
第一节	正确认识冠心病	(281)
第二节	心血管病的自我检测	(288)
第三节	心血管病带病生存技能	(309)
参考文献		(334)

(381)	冠心病的药物治疗	第三篇
(382)	冠心病的介入治疗	第四篇
(383)	冠心病的康复治疗	第五篇
(384)	冠心病的预防	第六篇
(385)	冠心病的急救	第七篇
(386)	冠心病的社区护理	第八篇

(387)	冠心病的社区护理	第九篇
(388)	冠心病的自我管理	第十篇
(389)	冠心病的社区护理	第十一篇
(390)	冠心病的自我管理	第十二篇

第一篇

冠心病的相关知识

