



求医解惑
· 系列丛书 ·

冠心病诊治 与调养疑问

140 解

Guanxinbing Zhenzhi
Yu Tiaoyang Yiwen 140 Jie

主编◎尹国有 李庆海

普及医学知识
增强个人保健意识

 军事医学科学出版社

求医解惑系列丛书

冠心病诊治与调养

疑问 140 解

主 编	尹国有	李庆海		
副主编	李 广	宋桂芬	龚 伟	
编 者	尹国有	李 广	李庆海	
	李婧喆	宋桂芬	朱 磊	
	饶 洪	杨荣慧	龚 伟	

军事医学科学出版社

· 北 京 ·

图书在版编目(CIP)数据

冠心病诊治与调养疑问 140 解/尹国有,李庆海主编.

- 北京:军事医学科学出版社,2012.6

(求医解惑系列丛书)

ISBN 978-7-80245-974-8

I. ①冠… II. ①尹… ②李… III. ①冠心病-诊疗-
问题解答 IV. ①R541.4-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 105395 号

策划编辑:赵艳霞 责任编辑:吕连婷 责任印制:马凌

出版人:孙宇

出版:军事医学科学出版社

地址:北京市海淀区太平路 27 号

邮编:100850

联系电话:发行部:(010)66931049

编辑部:(010)66931127,66931039,66931038

传真:(010)63801284

网址:<http://www.mmsp.cn>

印装:北京宏伟双华印刷有限公司

发行:新华书店

开本:850mm×1168mm 1/32

印张:8.5

字数:195 千字

版次:2012 年 10 月第 1 版

印次:2012 年 10 月第 1 次

定价:20.00 元

本社图书凡缺、损、倒、脱页者,本社发行部负责调换

出版者的话



在基层,缺少名医专家,想找到技术精湛的名医专家看病实属不易;大医院拥有众多的名医专家,不过即便患者费尽周折来到大医院,坐到了名医专家的面前,由于患者太多,时间所限,还是不能充分交流,往往是患者该说的话没说完,该问的问题还没问,心中的疑惑没解除,医生已将处方开好,或者已开出检查单让患者检查去了。多与医生交流,多向医生咨询,多问几个为什么,尽可能多地了解有关疾病的防治知识,是广大患者的迫切愿望。为了拉近医生与患者之间的距离,普及医学知识,为广大患者答疑解惑,我们组织有关专家、教授编写了《求医解惑系列丛书》。

本系列图书的编写,以广大患者、患者家属以及基层医务人员为主要读者对象,用通俗易懂的语言,采取医生与患者对话的形式,以作者接诊患者过程中,以及患者来信、来电咨询经常提出的问题为基础,以疾病的诊断、治疗和调养知识为重点,系统地介绍了有关疾病的防治知识,认真细致地解答了广大患者在寻求治疗调养疾病过程中可能遇到的各种问题。每册介绍一种疾病,十余万字,让人们轻松阅读,读后可用,从中受益。

衷心希望本丛书能为广大患者解除疑惑,找出良方,战胜疾病,远离痛苦,享有健康幸福的人生。

2012年6月

前言



人生最宝贵的是生命和健康,健康与疾病是全社会都非常关心的问题。多与医生交流,多向医生咨询,多问几个为什么,尽可能多地了解有关疾病的防治知识,是广大患者的迫切愿望。我们长期在临床一线工作,深知广大患者尤其是基层患者看病之难,患者心中常有诸多解不开的结,经常遇到患者提出这样那样的问题。为了拉近医生与患者的距离,普及医学知识,增强人们的自我保健意识,为广大患者答疑解惑,我们组织有关专家、教授编写了《求医解惑系列丛书》,《冠心病诊治与调养疑问 140 解》是系列丛书分册之一。

冠心病是严重危害人们健康和生活质量的常见病、多发病,随着社会经济的发展,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。流行病学研究显示,1988 年我国城市冠心病病死率为 41.88/10 万,1996 年增至 64.25/10 万,8 年内增高 53.4%;农村从 19.17/10 万增至 26.92/10 万,8 年内增高 40.4%,冠心病是人类健康的“头号杀手”。本书以作者接诊冠心病患者过程中,以及患者来信、来电咨询经常提出的问题为基础,以冠心病的诊断、治疗和调养知识为重点,采用患者根据自己的情况提问题,医生予以详

细分析解答的形式,分为冠心病的基础知识、冠心病的检查诊断、冠心病的西医治疗、冠心病的中医治疗和冠心病的调养康复五部分,系统地介绍了冠心病的防治知识,认真细致地解答了广大患者在诊断、治疗和调养冠心病过程中经常遇到的问题,以指导建立健康、文明、科学的生活方式,找出最佳治疗的康复良策,达到早日恢复健康的目的。

书中文字通俗易懂,内容科学实用,对每一个问题的解答均尽可能做到深入浅出,力求让广大读者看得懂、用得上,适合于冠心病患者、患者家属以及基层医务人员阅读参考。需要说明的是,冠心病是一种难以根除的慢性病,直至目前还没有哪种药物或方法一用就能彻底治愈冠心病,中西医结合治疗是当今治疗冠心病的主要手段,医生与患者共同参与、互相配合,采取综合性的治疗措施,是提高冠心病治疗效果的重要途径。由于疾病是复杂多样、千变万化的,读者在应用本书介绍的药物或方法治疗调养冠心病时,一定要先咨询一下医生,在医生的指导下应用,切不可自作主张、生搬硬套地“对号入座”,以免引发不良事件。

在本书编写过程中,我们参考了许多公开发表的著作,在此一并向有关作者表示衷心的感谢。由于水平有限,书中不当之处在所难免,欢迎广大读者批评指正。

编者
2012年5月

目 录



第一章 冠心病的基础知识

1. 什么是冠心病? (1)
2. 冠心病有哪些类型? (3)
3. 哪些人容易患冠心病? (4)
4. 冠心病会遗传吗? (6)
5. 吸烟与冠心病有什么关系? (8)
6. 饮酒与冠心病有什么关系? (9)
7. 情绪与冠心病有什么关系? (11)
8. 饮食合理的人患冠心病的危险会小一些吗? (12)
9. 运动多的人患冠心病的危险会降低吗? (14)
10. 寒冷对冠心病的影响有多大? (15)
11. 为什么肥胖者容易患冠心病? (17)
12. 血脂增高与冠心病有什么关系? (18)

13. 糖尿病与冠心病有什么关系？	(20)
14. 高血压与冠心病有什么关系？	(21)
15. 哪些引发冠心病的危险因素是可以控制的？	(22)
16. 什么是隐匿型冠心病？	(24)
17. 什么是心绞痛？心绞痛是如何分类的？	(25)
18. “心口痛”就是胃病吗？为什么常把心绞痛当胃痛？ ...	(27)
19. 诱发心绞痛的原因有哪些？	(28)
20. 为什么心绞痛常在劳累时发作？	(30)
21. 什么是急性心肌梗死？	(31)
22. 急性心肌梗死发病的常见诱因有哪些？	(32)
23. 预防冠心病发生的具体措施有哪些？	(34)
24. 冠心病防治中的误区有哪些？	(36)
25. 什么是冠心病防治的六条防线？	(37)

第二章 冠心病的检查诊断

26. 得了冠心病可能会有些什么表现？	(40)
27. 怎样才能早期发现冠心病？	(41)
28. 冠心病患者会出现哪些不典型的症状？	(43)
29. 怎样识别心绞痛？	(44)
30. 症状不典型的心肌梗死有哪些？	(45)
31. 什么是缺血性心肌病？有怎样的临床表现？	(47)
32. 冠心病需要做哪些辅助检查？	(48)
33. 冠心病的诊断要点有哪些？	(50)

34. 心肌梗死在症状上与心绞痛有何不同? (52)
35. 常规心电图检查能确诊冠心病吗? (53)
36. 有心电图的缺血性改变就一定是冠心病吗? (55)
37. 心电图运动负荷试验是怎么回事? (56)
38. 什么是动态心电图? (57)
39. 心电图正常就不是冠心病了吗? (59)
40. 哪些血清酶的变化对急性心肌梗死的
 诊断有重要意义? (60)
41. 超声心动图对冠心病的诊断有什么意义? (62)
42. 什么是冠状动脉造影? 有何临床意义? (63)
43. 放射性核素检查对冠心病的诊断有何意义? (64)
44. 超高速 CT 扫描能诊断冠心病吗? (66)
45. 磁共振成像对冠心病的诊断有何价值? (67)

第三章 冠心病的西医治疗

46. 为什么不必害怕冠心病? 得了冠心病怎么治? (69)
47. 冠心病的治疗原则和方法有哪些? (71)
48. 如何正确选择冠心病的治疗方案? (72)
49. 一旦发生心绞痛怎么办? (74)
50. 发生急性心肌梗死怎么办? (76)
51. 如何正确使用急救药盒? (78)
52. 硝酸甘油有什么作用? (80)
53. 如何正确服用急救药硝酸甘油? (81)

54. 硝酸酯类药物有哪些类型？如何选择？	(83)
55. 为什么说阿司匹林是治疗冠心病的“基石”？	(85)
56. 心绞痛和心肌梗死患者服用阿司匹林 有什么作用？	(86)
57. 阿司匹林为什么不能说停用就停用？	(88)
58. 急性心肌梗死早期溶栓有何益处？	(89)
59. 是不是所有的冠心病患者都需要抗凝治疗？	(90)
60. 冠心病患者有必要服用降脂药物吗？	(91)
61. 为什么他汀类药物是首先要选用的降脂药物？	(92)
62. 他汀类降脂药物为何要长期服用？ 长期服用 对身体会造成损害吗？	(94)
63. 冠心病患者如何正确地控制高血压？	(95)
64. β 受体阻滞剂在冠心病治疗中有什么作用？ 长期应用有哪些不良反应？	(96)
65. 什么是血管紧张素转换酶抑制剂？ 对冠心病有什么治疗作用？	(98)
66. 急性心肌梗死患者为什么需要吸氧治疗？	(99)
67. 冠心病介入治疗的适应证有哪些？	(100)
68. 冠心病手术治疗的适应证是什么？	(102)
69. 为何冠状动脉支架应用越来越多？ 支架置入的 适应证有哪些？	(103)
70. 何谓人工心脏起搏器？ 什么样的冠心病患者需要 安装人工心脏起搏器？	(104)

第四章 冠心病的中医治疗

- 71. 中医对冠心病有怎样的认识? (106)
- 72. 中医是如何认识冠心病的病因病机的? (108)
- 73. 中医治疗冠心病的优势在哪里? 有何不足? (109)
- 74. 治疗冠心病常用的单味中药有哪些? (111)
- 75. 治疗冠心病的著名方剂有哪些? (119)
- 76. 冠心病的中医辨证要点有哪些? (122)
- 77. 中医通常将冠心病分为几种证型? (124)
- 78. 冠心病应如何选方用药? (125)
- 79. 冠心病心肌梗死应如何选方用药? (127)
- 80. 如何选用验方治疗冠心病? (129)
- 81. 治疗冠心病常用的验方有哪些? (130)
- 82. 如何正确煎煮中药汤剂? (134)
- 83. 治疗冠心病为何要谨慎合理地使用中草药? (137)
- 84. 如何选择治疗冠心病的中成药? (139)
- 85. 怎样保管治疗冠心病的中成药? (141)
- 86. 治疗冠心病常用的注射用中药针剂有哪些? (142)
- 87. 治疗冠心病常用的口服类中成药有哪些? (145)
- 88. 怎样根据辨证分型选用治疗冠心病的中成药? (150)
- 89. 治疗高脂血症常用的中成药有哪些? (152)
- 90. 治疗糖尿病常用的中成药有哪些? (155)
- 91. 治疗高血压病常用的中成药有哪些? (159)

92. 冠心宁注射液是一种什么药？	(162)
93. 速效救心丸是一种什么药？	(163)
94. 怎样用复方丹参滴丸治疗冠心病？	(165)
95. 麝香保心丸是一种什么药？	(166)
96. 冠心苏合香丸是一种什么药？	(167)
97. 地奥心血康是一种什么药？	(168)
98. 怎样用自我按摩法调治冠心病？	(169)
99. 怎样用单穴按摩法缓解心绞痛？	(171)
100. 冠心病患者应该看西医还是看中医？	(173)

第五章 冠心病的调养修复

101. 适当运动有助于冠心病患者康复吗？	(175)
102. 冠心病患者适合做哪些运动？	(177)
103. 冠心病患者在进行运动锻炼时应注意什么？	(178)
104. 冠心病患者如何正确掌握运动的量？	(180)
105. 冠心病患者如何做冠心病防治操？	(182)
106. 冠心病患者如何做健心操？	(183)
107. 冠心病患者如何练习防止老化体操？	(185)
108. 冠心病患者如何散步？	(187)
109. 冠心病患者如何慢跑？	(189)
110. 冠心病患者游泳锻炼应注意什么？	(191)
111. 冠心病患者练习太极拳应注意些什么？	(192)
112. 冠心病患者为什么要重视饮食调养？	(195)

113. 冠心病患者的饮食调养原则是什么?	(196)
114. 冠心病患者饮食调养的“一个平衡、五个原则” 是什么?	(198)
115. 冠心病患者为何不可缺少饮水?	(199)
116. 冠心病患者如何限盐?	(201)
117. 冠心病患者为何不能吃得饱?	(203)
118. 冠心病患者怎样做到低脂饮食?	(205)
119. 冠心病患者为什么宜多食富含膳食纤维的食物? ...	(207)
120. 冠心病患者能喝牛奶吗?	(209)
121. 冠心病患者能否选用保健补品?	(210)
122. 适宜于冠心病患者饮用的药茶有哪些?	(212)
123. 适宜于冠心病患者服食的汤羹有哪些?	(217)
124. 适宜于冠心病患者服食的粥类有哪些?	(222)
125. 适宜于冠心病患者服食的菜肴有哪些?	(226)
126. 情绪对冠心病有何影响?	(231)
127. 冠心病患者如何注意心理保健?	(234)
128. 哪些方法可以缓解冠心病患者的心理压力?	(236)
129. 冠心病患者日常生活中应注意什么?	(238)
130. 冠心病患者便秘要紧吗?	(240)
131. 冠心病患者看电视时应注意什么?	(242)
132. 冠心病患者为何应节制性生活?	(243)
133. 冠心病患者外出旅游应注意什么?	(245)
134. 冠心病患者为什么不宜大笑?	(247)
135. 冠心病患者参加应酬应该注意什么?	(248)
136. 冠心病患者怎样才能平安度过冬天?	(249)

137. 冠心病患者怎样才能平安度过夏天? (251)
138. 心肌梗死患者如何在家进行康复治疗? (253)
139. 如何预防再次心肌梗死? (254)
140. 冠心病患者还能长寿吗? (256)



小动脉和小静脉的微血管。在动脉血管中,专门负责给心脏供应血液的动脉血管叫“冠状动脉”,冠状动脉就像一顶网状帽子一样网在心脏表面。

正常的动脉血管壁柔软、光滑、坚韧而富有弹性,血液在其中流动很通畅,但是不良的生活方式等原因可以造成血液中的胆固醇等一些有害物质慢慢堆积在血管壁,逐渐扩大融合成片,并向血管腔内凸出,形成斑块,这些斑块使血管壁变厚、变脆、僵硬、毛糙,弹性降低,血管变得狭窄或被堵塞。因为堆积在血管内壁的斑块形态像黄色的酱粥一样,所以,医学上将血管的这种变化称为“动脉粥样硬化”。如果是冠状动脉发生了粥样硬化,就叫“冠状动脉粥样硬化”。

发生动脉粥样硬化后,由于血管变得狭窄或堵塞、弹性差,血液在动脉血管里的流动就受到影响,同时堆积在血管壁上的动脉粥样硬化斑块会发生破裂、破损或出现裂纹,血液在这一部分凝固形成血凝块,称为血栓形成,血栓也经常会造成血管的堵塞,使血液流动受到阻碍。如果冠状动脉发生粥样硬化,冠状动脉变得狭窄,甚至发生斑块破裂,形成血栓,冠状动脉内的血液流动就会受到阻碍,甚至完全中断。同时发生动脉粥样硬化的冠状动脉血管壁还会发生病态的收缩(痉挛),使管腔变窄,血液被阻塞。以上这两个原因都会造成心脏的肌肉(心肌)得不到正常的血液供应,心肌缺血甚至坏死,心脏不能正常工作,并引起胸闷、胸痛等一系列症状,这就是冠状动脉粥样硬化性心脏病。

② 2. 冠心病有哪些类型?

咨询:我是冠心病患者,希望能多了解一些有关冠心病的知识,以前我只知道冠心病这个病名,患病后得知冠心病有多种类型,比如我现在是无症状性心肌缺血,我的邻居张阿姨有冠心病心绞痛,还听说有冠心病心肌梗死等,请告诉我究竟冠心病有哪些类型?

解答:确实像您说的那样,冠心病有多种类型。根据冠心病发病机制和临床表现的不同,通常将其分为无症状性心肌缺血、心绞痛、心肌梗死、缺血性心肌病、猝死五种类型。

无症状性心肌缺血也称隐性冠心病、隐匿性冠心病,此类患者冠状动脉粥样硬化的程度较轻,心肌缺血病变的广度较小,患者无任何不适之症状,但静息、动态时或负荷试验心电图显示有ST段压低,T波减低、变平或倒置等心肌缺血的客观证据,或有心肌灌注不足的核素心肌显像表现。

心绞痛是由于心肌供氧和需求失衡所致,有发作性胸骨后疼痛等症状,多在3~5分钟消失,为一过性心肌供血不足引起。

心肌梗死患者的症状严重,临床上可出现持续时间长于15分钟的性质剧烈的胸部压榨样疼痛,有时放射到肩部或上腹部,是由于冠状动脉闭塞致使心肌急性缺血坏死所致。心肌梗死者病情危重,应及时救治。

缺血性心肌病是由于长期心肌缺血或坏死导致心肌纤维化而引起,主要表现为心脏增大、心力衰竭和心律失常。



猝死是指因原发性心脏骤停而猝然死亡,多为缺血心肌局部发生电生理紊乱,引起严重的室性心律失常所致。猝死型冠心病以隆冬为好发季节,患者年龄多为青壮年,在家、单位或公共场所中突然发病,心脏骤停而迅速死亡,半数患者生前无症状。

除上述类型外,近年来有人提出了“急性冠状动脉综合征”的概念,包括不稳定型心绞痛、非 ST 段抬高心肌梗死及 ST 段抬高心肌梗死。

② 3. 哪些人容易患冠心病?

咨询: 我今年 37 岁,是某运输公司的司机,我知道体型肥胖者、高脂血症患者、吸烟者、年龄偏大者都容易患冠心病,而我既不肥胖,血脂也不高,而且不吸烟、年龄也不大,不久前也被查出患有冠心病,这使我很迷惘,我想知道到底哪些人容易患冠心病?

解答: 容易患冠心病的人在医学上叫冠心病的高危人群,除您所说的体型肥胖者、高脂血症患者、吸烟者、年龄偏大者外,通常认为有遗传因素者、高血压病患者、糖尿病患者、缺乏运动者、脑力劳动者以及饮食失调者也均容易罹患冠心病,乃冠心病的高危人群。

体型肥胖者: 肥胖是冠心病的危险因素之一,北京地区的调查表明,在冠心病患者中,肥胖者的人数约是体重正常者的 5 倍,肥胖者比体重正常者患冠心病的可能性高 1 倍以上。

高脂血症者: 高脂血症是冠心病的主要危险因素,高脂血症容