

秋冬是冠心病高发季节

## 气喘胸痛30分钟不能缓解,快去急诊

9月29日是世界心脏日。众所周知,冠心病是一种老年人多发的慢性心脏疾病。它的危害很多,导致患者出现心绞痛,并可能导致急性心肌梗死。近日,现代快报健康大师课邀请到了江苏省人民医院心脏大血管外科主任医师魏磊教授。他表示,冠心病发病呈年轻化的趋势,秋冬是冠心病高发季节,建议一旦患者出现了大汗淋漓、不能平卧、气喘、胸痛剧烈,如果30分钟之内还不能缓解的话,就要及时急诊,到医院进行救治,以免延误最佳的治疗时机。

通讯员 董菊 记者 现代快报+/ZAKER南京记者 任红娟 刘峻

## 冠心病发病呈年轻化的趋势

魏磊介绍,冠心病的全称叫冠状动脉粥样硬化性心脏病,主要是以脂质代谢的异常造成脂质斑块在冠脉里面沉积,造成冠状动脉的狭窄、变细甚至阻塞,引起了一系列的缺血性的改变。

冠心病的发病主要有两方面的因素:第一是心脏的缺血相关的一些基础病变,比如说患有高血压、高血脂、高血糖等三高的病人。另外,不良的生活习惯,也容易导致冠心病,比如大量的酗酒、吸烟、熬夜、生活压力大,还有就是不锻炼,过度的暴饮暴食、肥胖等。

42岁的张先生,平常隔三岔五就要喝酒,每天要抽二三包烟,工作压力也比较大,有高血压,前不久早上突然出现胸闷胸痛,不能缓解,到当地医院检查发现,有前降支95%的狭窄,出现心梗,医生建议需要手术治疗。后来慕名找到了魏磊,做了手术。

“冠心病发病呈年轻化的趋势,现在我们经常能接诊到40多岁的病人。”魏磊表示,这可能与现代人平常的生活节奏快压力大,生活水平比较好,又缺乏运动有密切的关系,他接诊过最年轻的一个病人才35岁。

魏磊建议,秋冬是冠心病高发的季节,尤其是患有三高的病人,一旦出现胸闷、呼吸功能受限、气喘、活动耐力下降,甚至晚上有憋闷,睡着了以后会憋醒,有这些情况的话,就要及时去医院就医。

## 气喘30分钟不能缓解要急诊到医院

魏磊说,冠心病主要分为五种类型:隐秘型、心绞痛型、心肌梗死型、心力衰竭型和猝死型,每种类型都有其表现症状。“一旦出现了严重的症状,比如气喘胸痛,30分钟不能缓解要急诊到医院。”他提醒。

第一型是隐秘型,这种是轻症的冠心病,患者会表现为气喘、活动受限、运动耐力下降,当然还有其他的一些呼吸快的症状。

第二型是心绞痛型,这是一种相对病变比较严重以后,出现了心肌缺血缺氧,会造成患者的心绞痛发作,它主要在心前区的这一块,那么它也可以放射到肩部、颈部、上背,甚至到下颌部和背部这些位置,那么这是一个严重缺血的变化。“病人一般服用硝酸甘油会在15分钟之内缓解症状,这种病人需要到医院就诊。”魏磊提醒。

第三型是心肌梗死型,这是比较重的一种冠心病,它出现了严重的心肌缺血,包括心脏血管的阻塞,出现心肌的坏死,这种患者的症状非常重,会出现大汗淋漓,不能平卧,气喘,胸痛剧烈,一般30分钟之内不能缓解,这种需要急诊到医院,一



魏磊 现代快报+/ZAKER南京记者 刘峻 摄



视觉中国供图

旦出现心律失常,要及时抢救。

第四型是心力衰竭型,心力衰竭主要是心肌缺血造成心肌的退变,心功能的减退,心脏出现心衰。

第五型是猝死型,由于严重的心脏冠脉缺血,造成心律失常,发生了恶性的心律失常。我们讲,病人会出现猝死。

## 冠心病的诊断检查有这些

如何判断自己是否得了冠心病呢?魏磊表示,目前冠心病的诊断非常成熟,可以通过心电图、生化全套、心脏彩超、平板实验和冠脉CT等检查可以明确。

其中,生化全套的检查主要是看病人血糖血脂的变化,而血脂主要看的是甘油三酯和低密度胆固醇。心脏彩超主要是看心肌缺血以后,室壁功能怎么样,如果出现了室壁功能障碍,或者是心脏瓣膜的病变,那就是冠心病的确定表现之一。平板实验要在病人允许的情况下做,它看的是患者对运动的耐受和心肌缺血的表现。冠脉CT就是无创的冠状动脉的检查,在医院也叫双源CT,它能很好地了解患者冠状动脉的狭窄、阻塞,甚至其他病变的情况,是一种无创的检查。

“如果病人症状比较重,就需要到大医院的专科去做进一步检查,这时候可能病人涉及住院,住院要做冠脉的造影,在发现疾病的同时,也能给予必要的检查和支架。”魏磊提醒。

## 六种情况下,外科手术治疗更合适

魏磊介绍,冠心病的治疗是三级治疗:第一级是药物治疗,第二级是介入和手术治疗,第三级是术后的康复和管理。第一级的药物治疗,主要是对非重症的病人来说的,它主要包括对于高血压、糖尿病、高血脂等原发病的治疗。对于病情比较重的冠心病患者,就需要进行第二级的治疗。它分两种治疗方式:内科介入治疗和外科治疗。一般有以下六种情况下,必须进行外科治疗:

第一种,对于左主干病变,不能放支架的病人,只能到外科来做治疗。

第二种,对于种多支病变,严重病变的病人,堵塞大于75%以上的,一般来说外科手术更合适。

第三种,对于糖尿病的病人,合并弥漫性的多支病变,外科是相对比较合适的选择。

第四种,合并有心脏畸形的病人,比如说瓣膜病,或者其他一些心脏先天,或者后天的一些疾病,比如老年性退行瓣膜病变,跟冠心病一起合并,那么可能还是外科手术合适。

第五种,对于以前放过支架人,不能再次植入支架,或者严重堵塞的病人,选用外科治疗最恰当。

第六种,对于心肌梗死以后,心脏功能减退的心肌的膨出,也就是室壁瘤,还有心脏的血栓,也是外科手术的适应症。

外科手术治疗目前主要采用的是两种方式,一种是采用心脏停跳,用人工心肺机辅助的,叫体外循环下的心脏冠脉搭桥,医学上叫冠状动脉旁路移植术,它是用自己的血管,绕过了狭窄或者阻塞的血管,搭到远处,我们形象地称为搭桥;第二种属于微创手术,就是在心脏跳动的情况下做搭桥手术,这种对病人的创伤比较小,恢复会比较快。

“这两种方式都比较成熟,根据具体的情况,由医生采用合适的治疗方式,术后恢复10天到14天就可以顺利出院,在住院期间的医疗这一块由医院来负责指导和处理。”魏磊说。

## 提醒

## 冠心病是慢性病 后期康复管理很重要

“冠心病是长期的慢性病,术后病人的管理和远期的健康教育和康复很重要。”魏磊表示,病人不管是放了支架还是搭桥,冠心病的治疗都是一个长期的过程,它需要长期的健康指导、饮食调节,还有不良习惯的改变,包括药物治疗和定期随访。

他说,病人做完手术以后,要继续服用治疗原发病的药物,并且在术后的1个月、3个月、6个月、12个月来定期复查,包括心电图、胸片、生化全套、心脏彩超、双源CT等检查。

健康的生活方式对于冠心病病人也非常重要,魏磊建议,现在天气逐渐转凉,进入秋冬季后,冠心病病人要注意保暖,可以进行适当的运动,这不仅能增加增加心脏供血,还能保证血糖、血脂适当的降低,减少肥胖,但是建议晨练不宜过早,最好等太阳出来再运动。最后,病人手术后,要定期到医院检查,并且有情况也要及时去医院就诊。

饮食上,对于高血压或者冠心病的病人,提倡合理的饮食结构,要低盐低脂,以谷类摄入为主,加上大豆蛋白和精细的肉类、禽类的蛋白,减少糖类、淀粉类的摄入。同时提倡健康的生活方式,戒烟戒酒,避免熬夜,合理的安排作息时间,进行适当的锻炼,控制体重。



现代快报和天下美篇报重点打造的“健康大师课”,由碧桂园江苏区域特别支持,邀请权威专家,针对你关心的健康话题,精心设计课程内容,传播健康知识,构建健康理念。“健康大师课”的课程内容,涵盖健康领域的各个方面,使用文字、图片、音频、视频等多种形式,通过全媒体多平台推送,满足受众的信息需求。