

冠心病用药可尝试“中西合璧”

▲ 四川省绵阳市北川羌族自治县第三人民医院 路华丽

随着现代社会的发展，冠心病的患病率逐年上升，临床上很多冠心病患者确诊后要长期用药治疗。有些患者用西药治疗，有些患者用中成药，还有少数患者用传统汤药，那么到底用那种方法更好呢？可以试试“中西合璧”治疗冠心病的新途径。

冠心病的中西医认知

从西医视角来看，冠心病主要患病因素为高脂血症、高血压、糖尿病、肥胖症以及吸烟、久坐等不良生活方式。同时西医认为40岁以后冠心病发病率升高，女性绝经后发病率与男性相等。

从中医视角来看，冠心病主要患病因素为肾气亏损、寒邪内侵、情志失调、饮食不节。其中肾气亏损主要表现为肾气不足，脾胃虚弱，或肾阳虚或肾阴虚；寒邪内侵主要指胸阳不足，阴寒侵袭至胸痹；情志失调主要指抑郁、易怒、忧虑、气滞、痰浊等；饮食不

节主要指暴饮暴食、过量食用生冷，加之素体虚弱致胸阳不振、血行不畅、心脉痹阻。

冠心病用药的“中西合璧”治疗

西药为基 在冠心病的西方药物治疗方面，主要遵循“改善患者预后、缓解症状、避免再次发病”原则。

从西药治疗冠心病的药物选择来看，多选择有利于改善冠心病患者预后以及抗心肌缺血的药物。其中改善冠心病患者预后的药物主要为β受体阻滞剂、血管紧张素受体拮抗剂类药物、血管紧张素转换酶抑制剂类药物、抗血小板药物、他汀类药物等。上述药物中的β受体阻滞剂、他汀类药物可以减弱心肌收缩力，减慢心率，降低心肌耗血量，改善冠心病患者远期疗效；而血管紧张素受体拮抗剂类药物、血管紧张素转换酶抑制剂类药物可以抑制心肌重构、改善心功能，需要高危冠心病患者长期服用；抗血小板药

物可以阻断血小板激动剂血栓素A₂合成，防止冠心病患者再次发生心肌梗死风险。

抗心肌缺血药物主要为抗血栓剂、硝酸酯类药物、钙通道阻滞剂、β受体阻滞剂等，上述药物可以缓解、减少心绞痛发生率。在冠心病患者出现心绞痛症状时，可以根据医生制定的个体化药物治疗方案，按量服用β受体阻滞剂、短效硝酸酯类药物等。

中药为辅 中医视角下，冠心病是一种本虚标实、虚实夹杂疾病，主要发病因素为气滞血瘀、寒凝痰浊、正气不足，本质上是气血运行不通。基于此，冠心病患者在服用西药的基础上，可遵医嘱服用桃仁、丹参、藏红花、郁金、水蛭、地龙、当归等活血化瘀方剂，辅以檀香、丁香、沉香、麝香等芳香温通中药缓解胸闷、胸痛等症状。根据冠心病患者具体情况的差异，可选择的中药方剂也具有一定差异。比如，对于存在焦虑、抑郁情绪的冠心病患者，可以遵医嘱服用由人工牛黄、人工麝香、人参提取物、苏合香、

蟾蜍、肉桂、冰片配伍而成的益气温心、芳香温通药物，达到扩张冠状动脉、抑制血管壁炎症、保护血管内皮、促进治疗性血管新生的效果。

在中医整体辨证论治形式下，冠心病患者可分阶段遵医嘱服用中药。在预防阶段，冠心病患者可以根据医嘱服用有利于调节人体气血阴阳、扶正祛邪的中药，以降低动脉粥样硬化风险；在治疗阶段，冠心病患者可以遵医嘱服用有利于祛除痰瘀、扶助正气的中药，以抑制冠状动脉斑块进展，改善心功能，降低心绞痛发作次数；在康复阶段，患者可以遵医嘱服用有利于改善心肌功能的中药，以促进心肌康复。

总的来说，冠心病用药的“中西合璧”是在西药的基础上进行针对性的中药治疗，有利于冠心病患者治疗效果的改善。因此，患者应根据自身情况遵医嘱科学服用中药与西药，确保中西医用药分工合理、作用协同，以便充分发挥“中西合璧”治疗优势。

冠心病护理方法 你掌握多少

▲ 东莞市厚街医院 梁林丽

冠心病，又称冠状动脉心脏病，是由于冠状动脉供血不足导致心肌缺血或缺氧的疾病。护理冠心病患者不仅是医护人员的责任，也是患者和家属应该掌握的知识。正确的护理可以降低复发的风险，提高患者的生活质量。

生活方式调整

冠心病患者的生活方式调整是治疗和预防的关键环节，影响到疾病的进展、复发及预后。

健康饮食 (1)增加蔬菜、水果摄入量。(2)减少盐分、糖和饱和脂肪的摄入。(3)避免过度饮酒。

增加运动 (1)选择适当的锻炼：如散步、游泳和瑜伽等，锻炼能够提高心肺功能，增强心脏的耐力，有助于降低高血压、高血糖和高胆固醇。(2)遵循医生的建议：每个患者的身体状况都是独特的。在开始新的锻炼计划之前，应咨询医生，以确保活动安全。

控制体重 保持理想体重：过重或肥胖会增加心脏的负担，导致血压上升，进而增加冠心病的风险。通过健康饮食和适量的锻炼，可以有效地控制体重。

戒烟 吸烟会导致血管收缩、血压上升，并增加心律失常的风险。烟草中的有害化学物质也会损伤心脏和血管。戒烟后，心血管的风险会迅速下降，并在一段时间后接近于从未吸烟的人。

药物治疗

冠心病的治疗需要综合考虑各种方法，其中药物治疗是最常用和关键的治疗方法之一。对于许多患者来说，药物可以有效地控制症状、改善生活质量并减少并发症的风险。

规律服用药物 (1)稳定用药：一旦医生为冠心病患者开出了药物处方，患者需要严格按照医嘱使用。不规律地使用药物可能会导致病情加重或有其他不良反应。(2)避免自行更改用药：患者不应该在未咨询医生的情况下减少药物剂量或停用药物。突然停药或更改药物计划可能会导致

心绞痛或其他并发症。

硝酸甘油及其应用 (1)硝酸甘油的作用：硝酸甘油是一种快速舒张冠状动脉的药物，用于缓解心绞痛的症状。它能迅速缩小心脏的需氧量并增加心脏的氧气供应。(2)正确使用：心绞痛发作时，可以将硝酸甘油置于舌下或嘴唇下，待其溶解。通常在几分钟内，心绞痛症状就会得到缓解。如果在5分钟内疼痛未缓解，可以再次使用，并立即寻求医疗帮助。(3)随身携带：由于心绞痛可能随时发作，因此心绞痛患者应该随时携带硝酸甘油。此外，患者还需要了解药物的有效期并定期更换。

药物的副作用 每种药物都可能副作用，冠心病的药物也不例外。因此，患者在使用药物时应密切注意任何不寻常的身体反应，并及时与医生沟通。

心理调适

心理调适对于冠心病患者来说至关重要。

(1)情绪反应：冠心病诊断通常会引发强烈的情绪反应，包括恐惧、焦虑、愤怒和沮丧。患者可能会担心生命的安全，担心未来的健康状况，以及如何应对治疗和生活方式的改变。

(2)家庭和社交支持：与家人和朋友保持紧密的联系可以帮助患者应对情感上的挑战。有人分享自己的感受和担忧，可以减轻心理负担，并促使他们感到更被理解和支持。亲密的人可以提供情感支持和安慰。

(3)心理咨询：寻求专业心理咨询是一种重要的方式来处理情绪问题。认知行为疗法等方法可以帮助患者改变负面的思维和行为模式。

(4)放松技巧：学习放松技巧是管理焦虑和抑郁的重要工具。这些技巧包括深呼吸、冥想、渐进性肌肉松弛和瑜伽等。通过练习这些技巧，患者可以减轻身体紧张感和情感压力，增强内心的平静感。

冠心病的护理并不复杂，但需要持续的关注和努力。患者和家属通过上述方法，不仅可以提高治疗效果，还可以改善患者的生活质量。希望每一位患者都能过上健康、快乐的生活。

关注心衰 守护心脏

▲ 广东省河源市紫金县人民医院 叶治锋

心衰，全称心力衰竭，是一个描述心脏无法有效地为身体提供足够血液的病态。随着年龄的增长，人们患上心衰的风险逐渐增加。而在我们的日常生活中，许多因素都可能导致心衰，如高血压、糖尿病和冠心病等。为了守护“生命之源”——心脏，我们需要时刻保持警惕，积极预防心衰。

心衰的主要症状

心衰的主要症状以及它们产生的可能原因如下：

呼吸困难 患者会发现在进行日常活动时，甚至在休息时，都会感到呼吸困难。

容易疲劳 进行日常活动，如上楼、走路或做家务时，患者可能会感到特别疲惫。由于心脏不能有效地为身体提供足够的氧气和营养物质，肌肉和组织得不到足够的供应，导致疲劳。

腿部或脚踝浮肿 患者的腿部、脚踝或脚可能会出现水肿，即积液。心脏泵血功能减弱，导致血液在身体的下半部分滞留，产生静脉压力增高，导致液体从血管渗透到周围组织中，引起浮肿。

心悸 患者可能会感觉到自己的心跳加速、不规则或更加有力。心衰可能导致心律失常。当心脏试图通过增加心跳次数来补偿其减弱的泵血功能时，心悸就可能发生。

食欲减退 患者可能会发现自己不再像以前那样有食欲，甚至可能会出现恶心。心衰导致胃部充血，影响食欲。

预防心衰的关键措施

心衰不是一种独立的疾病，而是多种心脏疾病的终末阶段。预防心衰的出现与控制其危险因素紧密相关。

控制血压 长时间的高血压会加大心脏的工作负担，使心脏肌肉逐渐增厚并可能导致心衰。定期监测血压，遵循医嘱使用降压药物，并避免过多的盐分摄入。

健康饮食 正确的饮食习惯对心脏健康至关重要。平时应该减少盐和不健康脂肪的摄入，选择富含纤维的食物如新鲜蔬菜、水果和全谷类。此外，减少加工食品和快餐的摄入也很关键。

定期锻炼 锻炼可以增强心脏和血管的健康，提高身体的新陈代谢和效率。每周进

行150 min的中等强度有氧运动，如快走、游泳或骑自行车。

控制体重 超重或肥胖增加了心脏的工作负担，增加了心衰的风险。

戒烟、限酒 烟草和酒精都可以损害心脏健康。完全戒烟，并限制酒精摄入。对于大多数男性，建议每天不超过两杯，而对于大多数女性和小体重的人，建议每天不超过一杯。

定期体检 定期的心脏检查可以帮助及早发现并处理可能的问题。按照医生的建议，进行例行的心电图、超声心动图和血液检测，确保心脏和血管健康。

心衰的治疗与管理

心衰是一个复杂的临床综合症，涉及多种可能的原因和并发症。成功的治疗需要一个综合性的方法，包括药物治疗、生活方式的改变、可能的手术和其他医疗干预。

一、药物治疗

ACE抑制剂 这些药物有助于扩大血管以促进血流，减轻心脏的工作负担。

β-受体拮抗剂 帮助降低血压和心率，改善心脏功能。

利尿剂 帮助排放体内多余的水分和钠，减少浮肿和其他与心衰相关的症状。

其他 包括抗心律失常药物、抗凝药等，具体药物应根据患者的病情来选择。

医疗设备与手术：

心脏起搏器 对于某些心衰患者，起搏器可以帮助心脏维持正常的节奏。

自动体外除颤器 可以监控并根据需要纠正致命的心律失常。

左心室辅助装置 一个机械设备，可以帮助心脏泵血。

心脏移植 对于严重的心衰患者，当其他治疗方法无效时，可能需要考虑心脏移植。

二、定期复查

与医生定期检查是确保治疗方案有效性和调整治疗策略的关键。复查可能包括心电图、超声心动图、实验室测试等，以评估心脏功能和判断病情的进展。

心衰不可忽视，但只要我们采取适当的预防措施，并在早期发现后及时治疗，就完全有可能控制它，甚至避免它的发生。