

心脏康复： 重燃心肌梗死患者的希望

▲ 长春中医药大学附属医院心内科心脏康复中心 孟晓萍

2012年以前中国仅有8家心脏康复中心，在胡大一教授的带领和倡导下，现在已经有226家心脏康复中心，我们用五大处方（营养处方、戒烟处方、心理处方、运动处方和药物处方）对患者进行心脏康复，这种综合的多靶点的治疗给患者带来了很大的受益，患者有了自信，生活得更有勇气。

我国每年有几十万例PCI患者，但支架术后患者并没有非常好的生活，生活质量极为低下。其中，30%患者不敢活动，30%不能正常工作，45%抑郁、焦虑，25%停止性生活，这些问题亟待解决。然而，简单的治疗已不能改变这些状态，只有同心脏康复相结合才更有效，心脏康复旨在帮助患者改善生活质量，使其恢复生理和心理状态，恢复职业状态，活得更有自信，更精彩。

运动提高心肌梗死患者运动耐量

心肌梗死后患者的运动是一个重要问题。大部分心肌梗死患者置入支架后不敢活动，运动耐量为低下。

我们统计了89例心肌梗死及支架术后的患者，连续在我科的康复治疗室进行运动康复，3个月后其运动耐量明显

提高，无论是无氧阈值还是最大运动功率均明显提高，生活发生了很大变化，生活质量明显提高。

支架人生俱乐部为患者送去人文关怀

患者温暖的家

支架人生俱乐部是心脏康复温暖医学最好的形式，在这里体现了人文关怀的重要作用，体现了医患和谐，医生是患者的朋友，患者对医生信任，就像一个温暖的家。我们把心脏康复的患者组织起来，让这些患者提高心脏康复的连续和依从性，融洽医患的关系。

在支架人生俱乐部里

患者与医生面对面交谈，医生同情患者的疾苦，尊重患者的感受，给患者战胜疾病的勇气，做患者的朋友。患者与患者面对面交流，互相鼓励，互帮互助。

我们通过手机建立了支架人生俱乐部的微信群，在这里患者可以就自己的病情提出各种问题，医生给予及时的答复。对于外地患者或不方便来医

院的患者，可随时将复查的结果照片发送到群里，医生根据复查结果指导患者用药。

这种方式不仅提高了医患之间的沟通与交流，而且也增进了医患之间的感情，更增进了患者对医生的信任感。给患者提供了方便，让患者感到像家一样的温暖。支架人生俱乐部，是患者业余医学课堂。

定期举办科普讲座

科普讲座是支架人生俱乐部很重要的项目。把专业的医学知识，用简单的语言和图画的形式讲解给患者。

如什么是冠心病？冠心病的主要危险因素有哪

些？吸烟对冠心病患者有哪些危害？冠心病患者的饮食应注意哪些？心态对冠心病有何影响？支架后的患者为什么要进行运动康复治疗等。

诸如此类患者存在疑

虑的问题，我们会进行详细的解读与讲解。并让患者做读书笔记，真正理解讲课内容。通过这种形式，提高患者的医学教育水平，使其知道怎样做好自我管理。



孟晓萍教授在 ACC 2017 会议上作报告

心脏康复给患者带来很大受益，我们在心脏康复中对于运动康复和双心医学有了更深刻的认识和理解。运动康复使患者生活有了希望，支架人生俱乐部是人性的传递，是感情的表达，也是我们医生的责任。

看病的绿色通道

医生对俱乐部每个成员的病情都十分了解，为其定期体检，制定和调整五大处方。支架人生俱乐部的患者可享受绿色通道的服务，有问题及时咨询。

如一个支架人生俱乐部的患者在途中自觉心前区不适，就近医院检查心电图，医生怀疑心肌梗死建议住院，患者急忙把心

电图发给支架人生俱乐部的医生，医生快速找出其住院期间的心电图，对比发现没有变化，是陈旧心肌梗死，让患者放心回家。

这样，解除了患者的顾虑与担心，避免了患者的再次入院，减轻了其心理压力。患者说：“支架人生俱乐部为我们的健康保驾护航。”

给患者带来美好人生

加入支架人生俱乐部的患者通过心脏康复后，树立了战胜疾病的勇气与信心，他们不再消沉与焦虑，对生活充满了信心，又重新找回了自我。

他们虽然是冠心病患者、支架患者、心衰患者、搭桥患者，但心脏康复和支架人生俱乐部给他们带来了重拾生活的希望，提高了他们的生活质量，再次燃起了他们的生命之火，他们能站在舞台上用实际行动证明心脏康复给他们带来了美好人生。

在这个大家庭里，患者有了战胜疾病的信心，摆脱了病魔，活得很精彩，有很多感人的故事。

曾经有一位在当地某医院置入5枚支架治疗的患者，术后患者焦虑、抑郁，不敢活动，不能工作，每天躺在床上，吃饭、喝水、吃药都由其爱人送到床边，

甚至一天打两次120急救电话，担心支架堵塞和坠落，生活失去了信心。

经过半年的心脏康复，患者重回生活的舞台，回归以前的工作，能够自驾旅游，改变非常大。2016年，他代表心脏康复的患者走进中国最大的心血管病会议——长城会。在会上他说：“通过心脏康复，不仅解除了我身体上的疾苦，也解除了精神上的痛苦，让一艘停泊已久的船再度扬帆起航，使一颗沉醉的心重新斗志昂扬。”在会上胡大一教授说：“我主持了27年长城会从来没掉过泪，今天我止不住哭了。”

还有一位患者在看完了支架人生俱乐部医患演出后深受鼓舞，去除了以往不敢大声说话的担心，在查房时他高声唱他喜爱的歌曲《老司机》。



孟晓萍教授查房

心脏康复专栏编委会

专栏主编：胡大一

副主编：高传玉 耿庆山 黄峻 姜垣 王建安 王乐民 于欣

本期轮值主编：孟晓萍

编委：常翠青 郭航远 郭兰 丁荣晶 刘梅颜 李瑞杰 刘遂心 毛家亮 孟晓萍 赵文华

专栏秘书：马鲁锋
(按姓氏拼音排序)

开创心脏康复 & 双心医学时代

业锐药业
中发实业集团