

# 心力衰竭的治疗方法

▲绵阳市安州区人民医院 曾统军

## 心力衰竭的分类

心力衰竭是指心衰，其成因是心脏收缩功能或舒张功能发生障碍有时两者共同发生障碍，从而导致静脉回流的血量无法被完全排出体外，最终造成静脉系统出现血液淤积，同时也使得动脉系统供血量不足，并引发心脏循环障碍症及一系列并发症。通常情况下，大多数心力衰竭从左心衰竭开始，严重影响了患者的正常生活。

## 心力衰竭的病因

任何心血管疾病几乎都能导致心力衰竭发生，这主要是因为心血管疾病均会在一定程度上导致心肌损伤，而心肌损伤会造成心肌在结构及功能上发生变化，并最终造成心室泵血及充盈能力下降。另外，基础性心脏病在遭遇一些诱因时也会导致心力衰竭，其中包括感染（呼吸道感染或风湿活动等）、严重心律失常（尤以快速性心律失常为主要诱因）、心脏负荷增加（孕妇的妊娠、分娩，输液速度过快及大量摄入钠盐等）、药物作用、不当活动及剧烈情绪起伏、其它诸如贫血或栓塞疾病等。

心力衰竭可根据发作程度、发生位置（左心、右心或全心衰竭）及原因（收缩性或舒张性心力衰竭）进行分类，临床上通常以发作程度分为急性心力衰竭及慢性心力衰竭两种。

急性心力衰竭多以急性心肌损害及心脏负荷加重为主要原因，急性心力衰竭下患者会出现心排量骤降、肺循环压力升高，并因此导致急性肺淤血、肺水肿等症状。急性心力衰竭中以左心衰竭最为常见。急性心衰会在慢性心衰的基础上加重，也会在心脏功能正常或处于代偿期时突然起病，多数急性心衰患者合并有器质性心血管疾病，有舒张性及收缩性心衰两种表现形式。由于急性心衰会对患者生命造成直接威胁，因此一旦发生必须紧急抢救。

慢性心力衰竭多指持续存在的心力衰竭状态，慢性心力衰竭会表现出呼吸困难、水肿、乏力等，然而这些症状并不同时出现，通常会有心脏代偿性扩大或其他代偿机制参

与。成年人的慢性心衰一般会与自身的冠心病、瓣膜病、高血压及扩张性心脏病有关。

## 心力衰竭的治疗方法

**慢性心力衰竭** 随着科学的发展，慢性心衰开始尝试以神经内分泌抑制剂为主的治疗，治疗一般从以下几个方面入手：（1）病因治疗。慢性心衰病因治疗需要对高血压、糖尿病、冠心病等危险因素进行控制，其中要借用抗血小板药物及他汀类调脂药物对冠心病进行二级预防，其主要目的是消除心力衰竭的诱因，并控制感染、治疗心律失常及电解质紊乱；（2）改善症状。改善症状主要是根据患者病情调节利尿剂、硝酸酯及强心剂等治疗用药的用量及用法，以使患者的症状得以好转；（3）正确使用神经内分泌抑制剂。神经内分泌抑制剂的用法在于从最小剂量开始，逐渐调整至患者能耐受的最大剂量，或调整至目标剂量；（4）监控药物反应。药物反应的监控是为了服务药物使用剂量，需要根据应用药物的不同采取不同措施，在患者病情稳定的基础上逐渐加量，一旦患者出现异常则应

及时减少剂量。在监测频率上，患者治疗期间每天应自行测量体重、心率及血压，出院后维持两周复诊一次的频率，在病情稳定，且药物到达最佳剂量之后应坚持每月复诊一次。

**急性心力衰竭** 一旦确诊患者患有急性心力衰竭，治疗过程则必须保证相应规范性。最初的治疗以面罩、鼻导管辅助患者摄入氧气，并由静脉给予患者吗啡、强心剂及祥利尿剂。体位上应使患者处于坐位或半卧位，保持患者两腿自然下垂以减少患者下肢静脉回流。如果病情未得到缓解，需根据患者心脏收缩压谨慎选用血管活性药物。对于病情严重、血压持续降低甚至出现心源性休克的患者，应监测患者血流动力状态，并应用各类治疗器械及外科手术等非药物治疗方案。



# 烧伤早期的护理和治理措施

▲泸州市中医医院 冯雪梅

烧伤不仅给患者身体造成巨大伤害，还会带来巨大心理创伤，病情严重者甚至会毁容，因此必须多加重视。对于烧伤患者来说，实施有效康复护理和治理措施十分重要，必须要有一定的了解。

## 烧伤早期康复护理

**创面护理** 在烧伤早期康复期间，被烧伤的皮肤会慢慢的愈合，但如果过度运动，就会容易对创面造成摩擦，创面就会有概率形成水泡，刚刚愈合好的组织也有可能会裂开，从而导致创面出现糜烂和溃疡等情况。因此，必须做好护理，避免上述现象的发生，为此患者因尽量减少肢体活动。此外，在条件允许的情况，可以为患者提供温泉浴并彻底清理死皮后，在对创面开展处理。

**瘢痕皮肤护理** 清洁护理——水疗后，患者瘢痕皮肤变软，清理死皮，亦可使用蘸有盐水的棉签来回搓动突出的死皮，尤其是位于凹凸处的死皮，需要反复清理，保证皮屑彻底清理干净。每次清理完后，需涂抹适量润肤油，创面禁涂，保持瘢痕皮肤湿润。

**瘙痒护理**——康复期创面难免出现瘙痒，故应嘱咐患者不要对患处进行抓、挠或摩擦等，否则会出现水泡、皮下淤血等，对皮肤造成不必要的伤害。因此，瘢痕皮肤出现瘙痒症状时，应指导进行冰敷、热敷、拍打患处等方法，缓解瘙痒症状。避免吸烟、晒太阳、出汗等一切不利因素的刺激。亦可使用理疗仪软化瘢痕以达止痒的目的。

**心理护理** 无论对谁，烧伤都是突然发生的，是毫无准备的，患者心理缺少准备。因此，在予以患者治疗的同时，切记不可忽视心理护理的重要性，家属应多与患者聊天，交流一些患者感兴趣的事情，多予以关心和关爱，鼓励并耐心倾听患者内心想法，鼓励患者积极乐观面对生活，帮助走出烧伤阴影。

**饮食护理** 因瘢痕增生，患者身体需要补充大量蛋白质，引起身体的出现负氮平衡。为此，烧伤后的饮食护理的目的，

不再是单纯的补充营养或饱腹，还是烧伤早期康复护理措施。因此，应了解患者饮食嗜好及身体状态，为其提供科学、合理的膳食，一般为患者提供富含纤维、维生素、蛋白质，低脂，易消化的食物，禁止使用辛辣、刺激、调味品等食物。提供良好的进餐环境，尽量做到少食多餐等。

**家庭康复护理** 康复训练时，注意安全，养成安全作业的习惯；指导患者及其家属弹力绷带、压力衣的正确使用方式，并叮嘱患者坚持穿戴；指导患者加强关节活动及力量的锻炼，注意循序渐进，持之以恒，不断提升患者日常生活能力。

## 烧伤的治理措施

热力烧伤后，湿敷或浸泡伤区，使用冷水或冰水。此方法不仅缓解疼痛感，还可以减少烧伤创面深度。注意，若冷疗于寒冷环境开展，应注意患者防冻和保暖。

烧伤患者不管是因为哪种原因导致身体伴有其他损伤，如：在严重爆炸、车祸事故等时，患者在遭受烧伤的同时含存在骨折、腹部脏器损伤等情况，都应以外伤急救原则开展对应的紧急处理。

脱离事故现场后，患者应格外注意保护烧伤创面，以免二次污染，造成感染，加重创面病情。另外，一般不用紫药水、红汞等带有颜色的药物涂抹在创面上，以免影响后续治疗。通常情况下，一般不清理浅度烧伤的水泡，但对于大水疱，仅仅进行低位剪破引流处理，保证泡皮完整性，从而达到创面保护的作用。

因烧伤病情的影响，患者多伴有程度的躁动和疼痛感，故应及时为患者提供镇静镇痛治疗。

一般情况下，在患者受伤后的2天内，会因毛细血管渗出加重，而导致血容量不足。为此，对于烧伤面积超过一般的患者，应立即开展输液治疗，以免患者发生休克。对于不具备输液条件的患者，应及时口含盐饮料，嘱咐患者不应喝大量的白开水，容易发生水中毒。

# 科学认识高血压

▲金牛良康诊所 黄学良

高血压是持续血压过高的疾病，会引起中风、心脏病、血管瘤、肾衰竭等疾病，高血压是一种以动脉压升高为特征，可伴有心脏、血管、脑和肾脏等器官功能性或器质性改变的全身性疾病，它有原发性高血压和继发性高血压之分。高血压发病的原因很多，可分为遗传和环境两个方面。在未用抗高血压药情况下，收缩压 $\geq 139\text{mmHg}$ 和/或舒张压 $\geq 89\text{mmHg}$ ，按血压水平将高血压分为1，2，3级。收缩压 $\geq 140\text{mmHg}$ 和舒张压 $<90\text{mmHg}$ 单列为单纯性收缩期高血压。

## 血流减慢是高血压的重要原因

如果一个人长时间保持不良习惯，例如饮酒、吸烟、精神压力大、熬夜等，就会导致血管逐渐失去弹性，甚至导致血管弯曲，血流运输缓慢，只有增加血压才能促进血液流动。

如果血液当中含有大量的脂肪和胆固醇，提高了血液的黏稠度，就会导致一部分的血流较快，并且血液当中杂质也较少，一部分血液流速过慢，血液当中含有过多的杂质，血管当中也会沉积过多废物，血管壁也会附着很多沉积物，血管当中的附着物越多，血管越狭窄，血液就会越来越慢。

但是如果血液流速变慢，就会导致全身细胞的养分供给变少变慢，身体就会出现手脚发麻、头昏脑胀等症状。为了保证身体的血流速度，就需要提高血压，但高血压对血管有害，因此医生就会让患者降压，高胆固醇、高血脂会导致高血压的形成，但是胆固醇和血脂并没有调节身体血压的能力，高血压也不是胆固醇和血脂直接形成的，而是胆固醇和血脂导致血流变慢，而身体并不允许这种情况出现，为了保证血流速度，需要大脑对肾脏发出指令，让肾脏分泌出更多的荷尔蒙，让肌肉和筋收缩，从而提高血压，让血流速度恢复正常。

多数人当发现自己高血压了，就会开始吃降压药，这时身体负担就会加重。这

是因为当血流变慢，细胞就会减少养分的供给，就会让红细胞快点工作，而大脑为了加快血流速度，就会提高血压，保证身体养分的供给。但是你发现高血压之后去吃降压药，又把血压降了下来。血流又慢了，身体的养分再次不能足够的供给，身体又要去调血压。这也就是为什么那么多患者的高血压久治不愈，为什么好多患者要吃一辈子的降压药。

当高血压患者发现自己的血压控制住了，就会很高兴，因为自己的血压正常了，但是再看患者的脸色、精神、耐力等，就特别不正常，十分苍白、虚弱。因此我们不能简简单单因为血压升高就去降压，降压的原因是由于血压升高就会对血管造成伤害，总有一天，血管会因为血压过高而破裂，造成脑内出血，身体内出血，对患者的生命造成威胁。但是血压降了就会导致身体的营养跟不上，因此治疗高血压，就应该从根源上去治疗，因为胆固醇、高血脂引发的血流变慢，随后血压就会升高，因此我们就要去解决高血脂的问题。

## 关键：恢复血管弹性和血液粘稠度

为了保证血压正常，就要保持血流的正常速度，只有血流速度正常了，大脑才不需要发出指令去调节血压。如何调节血流速度？首先要恢复血管的弹性；其次要降低导致血液黏稠物质的浓度，让血液当中的杂质减少，因此血流就会加快。这就需要让能够降低血液当中的胆固醇、脂肪含量的营养素的含量增加，从而降低血脂水平。

平时需要增加运动量，才能增加血液的流速，如果不运动，肌肉不收缩，血管的压力不足，血液的流速就会减慢。目前能够针对胆固醇的药物有洛伐他汀，这种物质从红曲中分离，能抑制胆固醇还原酶，可以起到降低胆固醇、低密度脂蛋白、甘油三酯等效果。

因此，高血压患者不可盲目服用降压药，应该了解发生高血压的根本原因，从根本解决问题，否则就是在跟自己的身体作对。