

房颤治疗需要注意的几个细节

▲ 自贡市第四人民医院 邓翠东

房颤作为临床一种较为常见的疾病，通常发生在老年人身上，会对老年人的生活质量和身体健康造成严重的影响。房颤的发生如果不及时进行干预，就会引发老年人心脏疾病恶化和严重的心理负担，因此在房颤治疗中，需要注意以下这些细节问题。

预防心情激动

对于房颤患者而言，最怕心情起伏。一旦患上房颤就背上沉重的心理负担，遇到激动的事情或者不好的事情，就会引起心情的波动，不利于病情的恢复。所以患者在日常生活中，要防止情绪激动，尽量保持情绪的平稳，以积极的心态面对生活。相信医生，相信科学，配合医师积极治疗，定期门诊随访，严遵医嘱，促进患者的病情恢复。

禁忌油腻食物

房颤患者在生活中，尽量不要食用油腻的食物，因此油腻的食物食用以后，会影响患者的血液循环，使患者的肠胃负担加重，

不利于疾病的恢复，让患者的身体素质下降，影响患者的健康，这是需要格外重视的问题。

禁忌辛辣食物

在生活中，大部分人都喜欢食用刺激辛辣的食物，觉得辛辣食物食用起来会更有食欲。辛辣食物虽然好吃，但是不利于患者的疾病恢复，房颤患者在食用辛辣刺激食物以后，肝脏器官会受到损害，对于喜欢服用葱姜蒜的患者，也要尽量控制，防止其对身体产生不良影响。

防止过度运动

心脏疾病患者的过度运动会引起心脏的异常跳动，在实际生活中，虽然许多人会通过运动锻炼身体，增强体质，促进免疫力提高，但是对于房颤的患者而言，过度运动并不是好事，其心脏无法承受过度运动造成的负荷，从而会严重的损伤自己的身体，影响患者的身体健康，不利于房颤的治疗效果提高，对于房颤的治疗，需要重视生活中的细节。

胃溃疡和胃糜烂的区别

▲ 宜宾市第一人民医院 何启睿

虽然胃溃疡与胃糜烂同属于胃病，但二者的病情却是不一样的，因此具体的治疗方法也各有差异。在现实生活中，多数人都会把胃溃疡与胃糜烂这两种疾病混为一谈，甚至会采用相同的治疗方法，这会在一定程度上加重病情。胃溃疡与胃糜烂这两种疾病到底有哪些区别？

两者发病原因不一样

在一般情况下，胃糜烂主要的发病部位大多集中在胃粘膜的浅表层，出现的溃疡面也并不是很深，相对较浅，基本上是不会对膜肌层造成伤害，更不会穿透粘膜肌层。在生活中，多数人认为，胃溃疡发病时的前期症状就是胃糜烂。但事实上，不是胃糜烂就会逐步发展为胃溃疡，而是当患者患上了胃糜烂时，就极易导致消化道出现出血症状，这也是人们嘴里常说的出血性胃炎。与此同时，当十二指肠黏膜也出现了糜烂症状，也会引发出血这种症状。

一般诱发胃溃疡的主要原因是胃粘膜遭受到了消化液的消化损害，使其粘膜肌层受损而引起。当患者患上胃溃疡后，其身体就会出现较为明显的疼痛不适感，并且会伴随胀气、反酸等症状，严重的情況下还会出现规律性的疼痛，甚至还会伴随呕血与黑便等严重症状的发生。一旦患者出现上述症状，若得不到及时有效地治疗，就会逐步随着病情的蔓延与加重，极有可能发展为胃癌。

胃溃疡和胃糜烂的区别

在正常情况下，胃部溃疡多为慢性疾病，有一定的节律性，且会反复发作。多数情况下，患者在进食后的半小时或者是进食后一小时左右，胃部就会出现疼痛。但胃糜烂却很少会出现上述这种并发症。

在治疗时间上面，胃溃疡患者接受治疗的时间要相对较长一些。但如果在发生胃溃疡的同时，不幸感染了幽门螺杆菌，这就会导致患者的胃溃疡症状反反复复的发作，难以根治，预后效果并不乐观。

对于胃糜烂这种胃病来讲，其发病症状主要表现为上腹不同程度的疼痛。但由于其所产生或形成的损伤面却相对较浅，因此在大部分情况下，是不会出现食欲下降、饱胀等一系列消化不良的症状表现。

从患者身体所表现出的症状来看，是无法对胃溃疡与胃糜烂这两种疾病进行有效地区分的。因此，只能到医院，通过胃镜来进行详细的检查，确定其属于哪种胃病类型。当患者所患胃病的类型属于胃溃疡时，其胃粘膜所遭受的损伤是相比较大的，且其实际所损伤的面积也大多都相对较深。而当患者所患胃病类型属于胃糜烂时，对胃粘膜所造成的损伤就相对较小，且多数损伤都仅仅处于浅表层。当患者确定患上了胃溃疡这种胃病后，溃疡就会慢慢的穿透粘膜肌层。在这种情况下，即便患者日后可以痊愈，但却会在胃粘膜表层留下一些纤维斑痕。

与此同时，虽然人体的胃粘膜肌层属于一种不可再生的组织，但若患者所患胃病类型属于胃糜烂，这种胃病就不会穿透胃粘膜肌层，当患者得到有效治愈后，其胃部黏膜上也不会留下任何的瘢痕。

根据胃溃疡与胃糜烂这两种疾病的发病原因来看，多数情况下是由幽门螺杆菌而引起的。当患者胃部遭受到幽门螺杆菌感染后，就一定要在医生的指导下服用一些抗生素药物，以便自身的病情能够得到有效控制，取得良好的治疗效果。同时，当患者不确定自己所患的胃病为胃溃疡，还是胃糜烂，就要到医院进行胃镜检查，以此来对二者进行有效的区分，并实施有针对性的治疗。

在具体用药治疗的过程中，我们切记不可因胃溃疡与胃糜烂的表现症状相同而混淆用药，这极有可能会加重病情，或者是错过最佳的治疗时机。而在日常生活中，胃溃疡与胃糜烂患者要养成科学的饮食习惯，远离生冷及辛辣等刺激性较大的食物。有抽烟酗酒习惯的患者也要戒烟戒酒，多吃清淡易消化，且富含蛋白质与维生素较多的食物，增强患者自身的抵抗力。

消融治疗房颤并不是永久的

在治疗中，患者不要太过紧张。患者要在医生的科学指导下，仔细耐心的观察三个月以上，因为房颤在开始的三个月复发属于一种正常的现象，一般需通过药物的的手段进行干预。正常情况下，在房颤患者出院后，医生会详细的对日常治疗和护理细节进行指导，出院时会给予患者书面的注意事项指导书，患者出院后只要按照医生的指导进行科学生活，把握细节，房颤就会得到恢复，具体情况会在3个月后再查看是否疾病需要再次消融。

如果患者在很多年后疾病再次发作，患者就要到医院，根据患者的疾病情况，观察疾病是否需要再次进行消融，对于完成肺静脉隔离术的患者，就要在疾病早期，尽量食用一些流食，防止食物过硬造成患者食管左房瘘，就会影响患者的生命健康。所以需要及时与医生联系，在医生合指导下干预，有的患者在消融完成后有气短、胸闷的情况，这也是正常现象，其会在半年以后恢复正常，一般进行冷冻消融

冠心病的症状表现

▲ 蓬安县人民医院 林爱民

说到心脏病，大家都觉得较为常见，但是这种疾病不仅具有较高的发病率，而且死亡率也非常高，一旦患病是非常危险的，抢救不及时，就会导致患者死亡。

冠心病的症状

心绞痛 冠心病中心绞痛是一种比较常见的症状，该症状的主要表现为胸骨部位有沉闷的压榨感，容易给患者带来焦虑抑郁的情绪，这种感受通常会持续3~5分钟左右。如果患者长期处于情绪激动、饥寒交迫等情况下，就非常容易导致心绞痛的发生，患者在片刻休息以后就会得到缓解，或者通过含化硝酸甘油进行缓解。对于心绞痛初期的患者，其可能症状不是十分明显，会有晕厥、暖气等反应，这种情况非常容易发生在老年人身上，所以需患者及时进行判断。

心肌梗塞 心肌梗塞也是一种十分显著的冠心病表现，该疾病通常在发病前一周没有显著的症状，只有在疾病急性发作期的时候，会有明显不适和疲惫感。其在发生梗塞时，最为显著的表现就是持续性压迫感和刀割样的疼痛。可能疼痛部位和以前心绞痛部位基本一致，但是疼痛的时间可能会更长，严重的时候患者休息和含化硝酸甘油都无法缓解。有的时候也会表现为上腹部疼痛等，还会伴随有低热和烦躁不安、恶心、呕吐、呼吸困难等疾病，如果这种情况持续30分钟，很大程度上会导致患者死亡。

无症状型心肌缺血 无症状的心肌缺血也是疾病的显著表现，许多患者有广泛的冠状动脉阻塞但是从来没有感到过心绞痛，从而耽误疾病最佳治疗时机，导致心脏猝死。也有的患者在常规体检时才会发现。还有的患者因为心电图显示缺血发生心律失常，该类型患者的死亡率和心肌梗死是一样的，所以患者平时应注意保健。

冠心病的危害

如果患者的冠状动脉树长期处于硬化状态，其会直接影响远端下游的灌注区域缺血。而引起冠心病的主要原因就是，冠

的患者在手术治疗后，发生呼吸困难的可能性较高，但很大情况下是可以恢复。

药物治疗要谨遵医嘱

现在的手术消融，仍需较高的费用，有的患者经济能力较差，无法负担消融的费用，或因为消融的效果不佳而选择保守的药物干预，就要在医生的指导下进行药物治疗。因为房颤容易引起脑梗并发症，所以医生在对患者进行综合检查以后，会根据患者的情况，制定科学的治疗方案，这个过程中要仔细的评定脑梗的发生概率有多大，最后决定是否需进行抗凝治疗。至于心率过快患者，可以在医生的指导下，服用一些药物控制心率，避免长时间心率过快影响患者的心脏功能。

正常情况下，心功能不全的患者只要保证每分钟心率跳动在120次以内即可，因为心功能良好的患者心率大于120次，持续一段时间也是可以耐受的，因此患者心率较快的时候，不要多度的紧张，只要在医生的指导下，科学的使用药物即可。

状动脉供血与心肌需血产生了较大的矛盾。慢性供血量不足的发生和血管闭塞和狭窄有关；如果不是因为临时发生的供需矛盾引起的心肌缺血，就能够通过有效方法，在短时间进行干预。

冠心病的危害不但有心绞痛和心肌梗死，也有心肌缺血导致的心律失常和心脏扩大等，病情严重的时候，还会导致心室颤动，较为严重的患者如果干预不及时就会引起突然死亡。

冠心病的病因

肥胖 冠心病的发生很大程度上和患者的不良生活习惯有关，冠心病患者中，肥胖患者的人数较多，而且发病率更高，患者体重在增加的同时，心梗的概率也在增加。从而冠心病患者应该改善肥胖问题，促进疾病改善。患者在体重增加大的同时，心脏的负荷也在不断增加，其很大程度上因为患者过多的食用高热量食物，从而促使患者的血脂增高，导致冠状动脉粥样硬化，使患者在体力减少的同时，不利于病变部位血液循环。由此可见，肥胖患者减肥，能够从根本上减轻高血压和高血脂的危害，减轻心脏负担。

吸烟 卷烟的烟雾中包含着3000多种有害物质，每种都会患者的身体健康具有较大危害，其中危害最大的就是煤焦油和尼古丁、一氧化碳等。患者一旦在吸烟后，就会有许多一氧化碳抢先与血红蛋白结合进入血液，使患者血液中的氧含量减少，造成动脉内部的水肿，不利于血液的正常流通，如果此时血液中的胆固醇发生沉积，血小板就会变得更容易附着，从而导致动脉粥样硬化。

寒冷刺激 大量的研究资料显示，我国北方寒冷地区的冠心病发生率远远高于南方地区，这主要是因为我国北方地区的温度显著低于南方地区，北方人们在长期的低温刺激下，会严重的造成体表小血管痉挛，就会在无形中加大血液循环负担，引起心脏供血不足。此时一旦有寒冷刺激到患者心脏，患者心脏问题就会发生，从而引起冠心病的发生。