

饮食调整

戒烟限酒避免进食含胆固醇高的食物，如：



蛋黄



内脏



鱿鱼



墨鱼

经常运动

- 1、运动要规律化。
- 2、运动要循序渐进，不可心急。
- 3、运动前须要热身。
- 4、中低强度的有氧运动对心脏最有益。



跑步



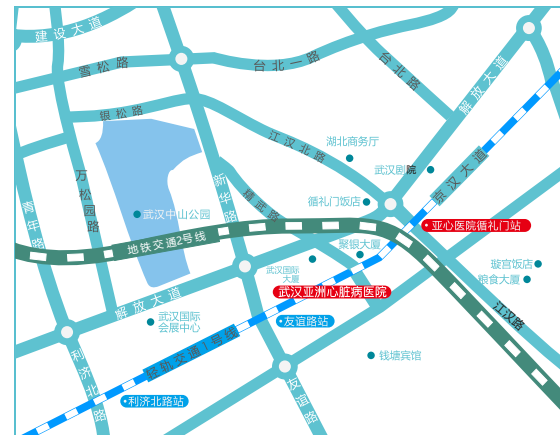
骑车



游泳



瑜伽



主要联系电话

总机电话: 027-6579 6888

咨询和预约电话: 400-888-4027 (免长途费)

体检预约电话: 027-65796667 (心脏体检中心)

医院地址: 湖北省武汉市江阳区京汉大道753号

邮政编码: 430022

医院官网: <http://www.wahh.com.cn>



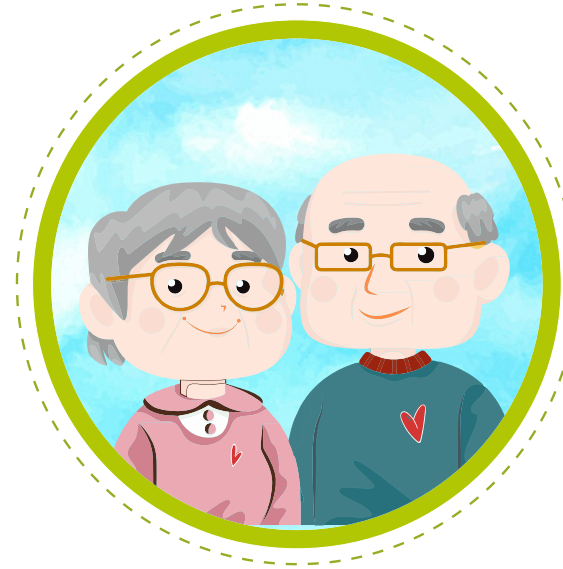
- ◆互联网医院
- ◆院外延伸服务
- ◆图文在线咨询
- ◆心脏知识科普
- ◆预约挂号
- ◆报告查询
- ◆各类缴费
- ◆微商城

(2021年12月印刷)

1

武汉亚洲心脏病医院
WUHAN ASIA HEART HOSPITAL

健康教育知识手册

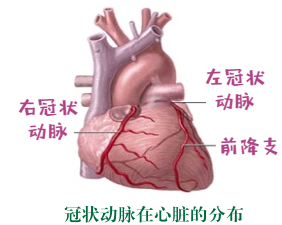


冠心病 知识手册

中国胸痛中心示范中心暨区域认证中心
心脏瓣膜病介入中心
高血压达标中心
中国房颤中心
中国心衰中心
心脏康复中心示范单位
国家心血管病中心肺动脉高压专科联盟示范中心
湖北省/华中地区医保定点医院

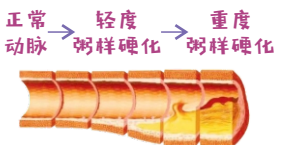
一、冠心病的概念

冠心病又叫冠状动脉粥样硬化性心脏病，冠状动脉是环绕心脏的血管，负责供应血液给心脏肌肉，使心脏得到日常所需的氧气及营养。冠心病的发生就是冠状动脉出现粥样硬化，血管壁增厚，管腔变小，或由于冠状动脉痉挛后管腔变小，使血管负责供血的心肌发生缺血或坏死。常出现心绞痛或心肌梗死。



动脉粥样硬化

血管内膜损伤后，可促使脂肪在动脉内堆积并逐渐阻塞血管。



心绞痛

当沉积的脂肪阻塞了冠状动脉管腔的75%，甚至更严重时，就会发生。

典型部位 胸骨后，可偏左或偏右，疼痛范围约手掌大小。

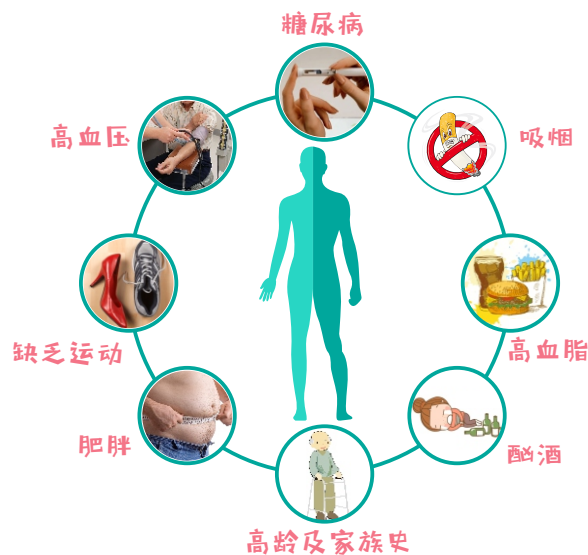
典型症状 紧缩和压迫样感觉，常伴有焦虑或濒死感。

持续时间 呈阵发性发作，每次一般3-5分钟，很少超过15分钟。

心肌梗死

脂肪持续不断地在病变血管堆积，形成较硬的斑块，当斑块出现裂痕时，血小板会迅速前来凝集以封闭这个破口导致管腔阻塞，心肌持续性缺少血液及氧气的供应，导致心肌梗塞。

二、冠心病的危险因素



三、诊断冠心病最常用的检查:

心脏增强CT

具有微创、经济实用等优点。如CT提示血管有狭窄，医生会进一步安排您行冠状动脉造影，确定治疗方案。



冠脉造影

是通过微创的方法，穿刺手腕部或者腿部血管，送入一根柔软细小的导管至冠状动脉开口，注射造影剂来显示冠状动脉的病变。是目前诊断冠心病的有效方法和金标准。



四、什么是心肌血运重建治疗?

心肌血运重建治疗是指以冠状动脉介入或外科手术方法解除冠状动脉狭窄、重建血管，恢复心肌灌注，目前最主要的方法包括经皮冠状动脉介入治疗(PCI)、冠状动脉旁路移植术(CABG)和二者结合的杂交手术治疗。近年来，随着技术和器械的不断进步，PCI已成为冠心病治疗的重要手段。

五、冠心病诊断/治疗中新技术的运用

近年来，一些新的介入检查技术对PCI治疗的指导更加精准，最常使用的有IVUS血管内超声、FFR 血流储备分数、及OCT光学相干断层成像。

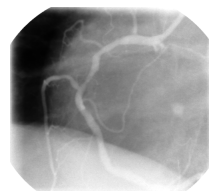
IVUS (血管内超声)

可帮助医生了解包括左主干在内等重要部位病变的特征和狭窄程度，可显示临界病变的特征，计算狭窄局部的管腔面积，结合患者的临床症状和心肌缺血的证据等信息，帮助医生抉择是否进入介入治疗。

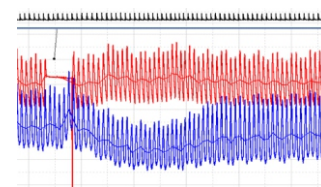


FFR (血流储备分数)

能反映冠脉血流定力学特点，准确反映病变对冠脉血流动力学的影响，指导临界病变是否需要介入治疗、判断多支血管病变的患者，



罪犯血管或分支病变狭窄程度等，根据FFR结果制定治疗策略，改善预后。

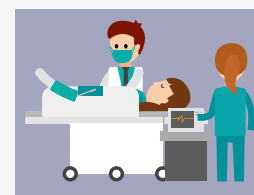


OCT (光学相干断层成像)

判断冠脉斑块形态及性质，判断血栓病变，内膜撕裂等冠脉造影不能发现的情况。测量支架与管壁之间的距离，判断支架置入后支架的贴壁程度，以明确支架对血管壁的作用机制，支架内血栓形成等情况。



六、内科介入治疗术前准备



完善术前检查



术前谈话



药物调整



生活作息调整

七、内科介入治疗术后的康复

1、术后，根据病情您将会被送到监护病房，导管鞘会在手上留置数小时，医护人员会根据您的病情酌情拔除鞘管，伤口需加压包扎以防止出血。



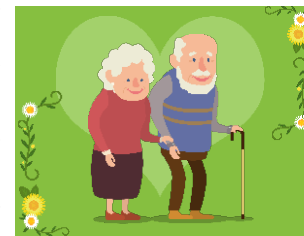
2、护士会观察您的心跳及血压，并检查您的伤口情况。您需要清淡饮食，适当增加饮水量，让造影剂经小便排出。

3、遵医嘱长期服用防止支架再狭窄的药物。同时密切监测您的凝血状况。

八、回家休养

坚持服药

手术后，血管内膜会慢慢生长覆盖支架，您需长期服用抗血小板药，以防止血小板粘附在支架表面，造成阻塞。您一定要严格遵照医生的服药指示，未经医生同意切记不能擅自停药。如服药后出现副作用如皮疹、恶心、呕吐、胃痛或出血等情况，必须立即与医生或医院联络。



定期复查

术后，医生会要求您定期的复诊，以观察康复的进展。建议出院后1个月、3个月、6个月、1年来康复门诊复查。