

什么是冠心病，如何治疗冠心病

□程争艳 砀山县人民医院心血管内科

冠心病是一种常见的心血管疾病，严重威胁着人们的健康。随着现代生活方式的改变和人口老龄化趋势的加剧，冠心病的发病率也呈上升趋势。为了帮助大家更好地了解冠心病及其治疗方法，本文将介绍冠心病的基础知识以及常见的治疗方法。

一、什么是冠心病？它有哪些危害？

冠心病是一种心血管疾病，是由于冠状动脉供血不足引起的心肌缺血病。冠状动脉是心脏供血的主要血管，当冠状动脉变得狭窄或阻塞时，血液无法顺利流向心肌，导致心肌缺血，出现心绞痛等症状。

冠心病的发病原因有很多，其中最主要的原因是动脉粥样硬化，即血管壁内脂质沉积形成斑块，导致血管狭窄和阻塞。此外，长期高血压会导致血管壁损伤，促进动脉粥样硬化的形成。同时，血液中异常高的胆固醇和甘油三酯含量会增加动脉粥样硬化的风险。此外，烟草中的有害物质可损伤血管内皮细胞，也可促进动脉粥样硬化的发生。最后，缺乏体育锻炼会导致心脏功能下降、血管功能异常，从而增加发生冠心病的风险。

冠心病的危害主要表现在以下几

个方面：(1)心绞痛：由于心肌缺血，患者常出现胸闷、胸痛等不适感，严重时可能发作心绞痛，严重影响生活质量。(2)心肌梗死：冠状动脉完全阻塞导致心肌缺血坏死，严重时可能引发心肌梗死。(3)心力衰竭：长期冠状动脉供血不足导致心肌受损，心脏泵血功能下降，最终导致心力衰竭。(4)心律失常：冠心病可引发心律失常，如心房颤动、室性心律失常等，严重时可能导致猝死。(5)冠心病相关疾病：冠心病还与其他疾病如高血压、脑卒中、肾功能不全等密切相关，会增加多种并发症的发生风险。

二、治疗冠心病的方法有哪些？有什么作用？

(1)药物治疗方案：

1. **抗血小板药物**：可抑制血小板聚集，减少血栓形成的风险。
2. **血管扩张剂**：可扩张冠状动脉，改善心肌缺血症状。
3. **β受体阻滞剂**：可减慢心率、降低心肌耗氧量，预防心绞痛发作。
4. **钙离子拮抗剂**：可扩张冠状动脉，减少心肌供血不足。
5. **胆固醇调节药物**：可降低血液中的胆固醇水平，减少动脉粥样硬化的发展。

6. **抗凝药物**：可预防血栓形成。
(2) **介入治疗方案**
介入治疗方法可以缓解冠心病症状，改善心肌供血，减少心绞痛发作，并且具有创伤小、恢复快的优势。但需要注意的是，介入治疗并不能根治冠心病，只是一种缓解症状的方法。

1. **血管成形术**：这是一种介入治疗方法，用于治疗冠心病患者的冠状动脉狭窄。该手术通过导管插入体内，将气囊扩张在狭窄的冠状动脉部位，以恢复血液流通。

2. **冠状动脉支架植入术**：这是在血管成形术的基础上进行的一种进一步治疗。它的目的是在患者狭窄的冠状动脉部位植入支架，以维持血管的通畅性。

(3) **心脏手术**：
心脏手术是一种较为彻底的治疗方法，可以改善冠心病患者的生存率和生活质量，适用于病情较为严重或无法通过药物和介入治疗有效缓解症状的患者。

1. **冠状动脉旁路移植术**：这是一种常见的心脏手术，用于治疗冠心病。冠心病是由于冠状动脉狭窄或阻塞导致心肌缺血的疾病。在手术中，医生会取用患者体内其他血管(通常是胸内或下肢的静脉)来绕过冠状动脉狭窄或阻塞

的部位，以恢复心肌的供血。这些被取用的血管会被连接到冠状动脉的上游和下游，形成一个新的血流通道，绕过狭窄或阻塞的冠状动脉段。

2. **心脏瓣膜置换手术**：这是指心脏瓣膜病变是指心脏瓣膜发生功能异常，导致血液流动受限或逆流的情况。对于同时存在冠心病和心脏瓣膜病变的患者，可考虑进行心脏瓣膜置换手术。在这种手术中，医生会移除受损的心脏瓣膜，并用人工瓣膜或来自同种或异种供体的瓣膜进行替换。

冠心病是由于冠状动脉供血不足引起的心肌缺血病，严重时可能导致心肌梗死。冠心病的治疗方法多种多样，包括药物治疗、介入治疗和心脏手术治疗等。药物治疗主要通过降低心脏负荷、改善心肌供血和控制冠心病相关危险因素来减轻症状和延缓疾病进展。介入治疗包括冠状动脉成形术和支架植入术，可以扩张狭窄的冠状动脉并恢复血流。心脏手术治疗适用于严重冠心病的患者，如冠状动脉搭桥术和心脏瓣膜置换术等。在选择治疗方法时，应根据患者的具体情况和病情严重程度进行综合评估，并在专业医生的指导下进行决策。

柳絮季节，如何应对儿童哮喘，家长们莫慌

□胡奇珍 六安市人民医院儿科

哮喘是一种常见的儿童慢性呼吸道疾病，尤其在柳絮季节，儿童更容易受到影响。柳絮是植物的花粉，在飞舞的过程中会引发空气中的过敏原浓度升高，进而诱发哮喘发作。对于家长们来说，如何应对儿童哮喘成了一项重要的任务。本篇科普文旨在向家长们介绍如何科学有效地应对儿童哮喘，在柳絮季节给予孩子更好的保护。

一、柳絮如何引发儿童哮喘？

儿童哮喘是一种慢性呼吸道疾病，特征为气道过敏性炎症和气道高反应性。柳絮是指某些植物在繁殖季节释放的花粉，它们具有较强的致敏性，能够引发过敏反应，进而诱发儿童哮喘的发作。

柳絮导致儿童哮喘的原因主要包括以下几个方面：1. **过敏原作用**：柳絮中含有大量的花粉蛋白质，这些蛋白质具有致敏性，当儿童吸入柳絮时，免疫系统会对其产生过敏反应，导致气道炎症和收缩，进而引发哮喘发作。2. **空气污染作用**：柳絮季节往往伴随着空气中的污染物增加，如颗粒物、挥发性有机物等。这些污染物能够刺激气道黏膜，使其更加敏感，从而加重哮喘症状。3. **气候变化**

作用：柳絮季节通常是春季，此时气温、湿度等因素发生变化，这些变化可能导致儿童哮喘的加重。例如，干燥的天气会使气道黏液减少，增加哮喘发作的风险。

儿童哮喘的危害主要表现在以下几个方面：1. **呼吸困难**：哮喘发作时，气道收缩，使得儿童呼吸困难，无法顺利进行气体交换，严重时甚至会导致窒息。2. **生活质量下降**：哮喘症状的频繁发作会影响儿童的日常生活和学习，他们可能无法参加运动、户外活动，也可能由于夜间咳嗽、呼吸困难等影响睡眠质量。3. **气道结构改变**：长期患有哮喘的儿童，气道可能会发生结构性改变，如气道壁增厚、纤维化等，这些改变可能会导致永久性的气道损伤。4. **心理影响**：儿童哮喘患者常常会因为疾病带来的不适和限制而感到焦虑、抑郁，甚至产生自卑情绪。

二、柳絮季节，家长如何做好儿童哮喘的防护工作？

1. 了解儿童哮喘的相关知识。

家长需通过网络、图书、医疗咨询等方式了解儿童哮喘的相关知识(包括病因、症状、诱因以及治疗方法等等)，家长了解这些基本知识后，可以更好地认识到哮喘的危害和预防控制

的重要性。他们可以与医生合作，制定个性化的治疗方案，并在日常生活中采取相应的预防措施，减少儿童哮喘的发作频率和严重程度，提高孩子的生活质量。

2. **尽量减少孩子接触柳絮的机会。**
定期清洁家中的空调、空气净化器等设备，确保室内空气良好。同时，保持室内通风，避免空气污染物流入。在柳絮较多的环境中，让孩子戴上合适的口罩，可以减少柳絮进入呼吸道的机会，降低过敏反应的发生。给孩子选择适当的衣物，尽量避免使用容易吸附柳絮的材质，如绒毛、绒线等。同时，将衣物放在密封的柜子中，避免柳絮沾染。

3. 及时就诊治疗。

如果孩子已经被诊断为哮喘患者，在柳絮季节，除了按时带孩子去医院进行复诊，当出现咳嗽加重、鼻塞鼻涕鼻涕等哮喘症状时，应及时就医，提高警惕。且柳絮季节，换季时分，一定要避免自行停药或随意调整药物剂量。同时，家长还应该学会使用哮喘急救药物，以备不时之需。

健康从“心”做起——心电图知识分享

□叶晓妹 安徽省第二人民医院

二、心电图的检查方法

心电图的检查方法主要有三种，分别是常规心电图、动态心电图和运动心电图。

常规心电图：这是心电图检查项目中较为常用的一种方法，检查速度相对较快，一般当下可以马上出结果。在检查过程中，患者需保持心情平静，避免紧张、活动，以减少干扰，患者取平卧位，心电图12导联进行连续描记，纸速通常为25mm/s，增益为10mm/mv，医生通过心电图机记录心脏的电活动，并将其转化为波形图进行分析。

动态心电图：也叫作24小时心电图或Holter检查，俗称“背盒子”检查，方式可以连续记录患者日常生活状态下24小时的心电图，包括患者睡眠、活动等各种情况下的心电变化，这种检查方式可以分析患者24小时的总心率、最大心率和最小心率、心律失常类型及数量以及心肌缺血心电图改变等资料，对于存在于心动过缓或者心动过速等心律失常的患者，动态心电图检查可以提供更全面的信息。

运动心电图：又称运动负荷试验，是冠心病诊断的常用辅助手段之一。通过运动量增加观察运动前后以及运动过程中的心电图的变化，评估有无冠心病等心血管疾病，也用于冠心病患者经过药物或者手术治疗后的效果判断等。目前采用最多的试验是运动平板试验，即在运动平板上进行相应的运动，观察连续心电图变化。

三、心电图波形解读

心电图波形是由一系列连续的波形组成的，每个波形都代表心脏在不同阶段的电活动。

P波：代表心房除极的电位变化，P波的大小、形态和出现时间可以帮助医生判断心房的大小、位置和传导功能。

QRS波群：代表心室除极的电位变化，QRS波群的高度、宽度和形态可以反映心室肌的兴奋性、传导性和收缩功能。

T波：代表心室复极的电位变化，T波的高度、形态和与QRS波群的关系可以帮助医生判断心室肌的复极过程是否正常。

PR间期：代表心房除极开始至心室除极开始的时间间隔，PR间期过长或过短都可能提示心脏传导功能异常。
QT间期：代表心室除极开始至心室复极结束的时间间隔，QT间期延长可能与心脏性猝死风险增加有关。

四、心电图在心脏疾病诊断中的应用

心律失常：心电图可以准确诊断各种心律失常，如心动过速、心动过缓、心房颤动等。

心肌缺血：心电图可以显示心肌缺血引起的ST段改变，为冠心病等疾病的诊断提供重要依据。

心肌梗死：心电图可以记录心肌梗死时的心肌坏死波形，为心肌梗死的诊断和评估提供重要参考。

心脏肥大：心电图可以反映心房、

中医治疗小儿便秘有什么优势

□孙彦丽 芜湖市中医医院儿科

小儿便秘是一种常见的消化系统问题，给孩子和家长带来不少困扰。传统中医治疗作为一种综合疗法，具有独特的优势，被广泛应用于小儿便秘的治疗中。本篇科普文将介绍中医治疗小儿便秘的优势，帮助家长更好地了解并选择适合孩子的治疗方法。

一、小儿便秘的定义

中医将小儿便秘定义为排便困难或排便频率明显减少的病症。通常表现为大便干燥、质硬、排便时间延长、排便时费力等症状。根据中医理论，小儿便秘主要与脾胃功能失调、气滞血瘀、肾精亏虚等因素有关。首先，脾胃是消化吸收的重要器官，若脾胃功能不佳，食物无法正常消化吸收，导致大便干燥、排便困难。其次，情绪不畅、饮食不规律等因素可导致气滞血瘀，影响血液和气的流通，使肠道蠕动减弱，大便排出受阻。此外，肾精是生命活动的基础，若肾精不足，肠道水无法充足吸收，也会导致大便干燥、排便困难。

根据中医辨证原则，便秘可分为阴虚型、脾胃虚弱型、气滞血瘀型三种。阴虚型便秘主要表现为大便干燥、质硬、大便时间延长等，常伴有口干咽燥、尿少色黄等症状。长期便秘可导致体内湿润物质的丧失，影响肠道正常功能。脾胃虚弱型便秘主要表现为大便干燥、排便费力，肠鸣水声无法充足吸收，也会导致大便干燥，排便困难。长期便秘会导致脾胃功能进一步受损，影响身体的营养吸收和代谢。气滞血瘀型便秘主要表现为大便时间延长、排便费力、大便形态不规则等症状。长期便秘可导致气血运行不畅，加重气滞血瘀的病理过程。

二、中医治疗小儿便秘的优势

(1) **个体化治疗**：中医治疗小儿便秘注重个体化，根据每个孩子的体质、病情和病因等综合因素进行针对性的治疗方案。因为每个孩子的体质和病因都不相同，因此个体化治疗更加精准有效。

(2) **调理整体**：中医治疗侧重于调理整体，通过调整脾胃功能、促进气血运行、调节肾精等方面来改善便秘症状。中医认为身体内部的各个脏腑器官是相互联系、相互影响的，所以治疗时会综合考虑整体状态。

(3) **少用药物**：中医治疗小儿便秘

小儿退烧来支招 安全降温不踩坑

□卢贤红 广德市人民医院儿科

孩子是花朵，是希望，孩子的健康关乎每一个家庭，而儿童时期由于身体各器官还未发育完善，抵抗力弱，特别是冬天和春天，由于气温较低以及各种病毒感染，导致家里的孩子容易生病。在医院儿科门诊最常见的病症就是小儿发烧，而初为人父母的家长对于孩子的发烧常常缺乏应对经验，加之现在网上各种夸大的说辞，会放大父母焦虑恐慌的心理。那么对于小儿应该如何安全地使用退烧药呢？今天，我们就来谈谈如何为发烧的宝宝进行合理的降温以及后续的相关家庭护理。

儿童发烧的定义

儿童发烧的症状主要包括体温升高、脸色潮红、呼吸急促、心跳加速等；除此以外，还可能食欲不振、烦躁不安、精神萎靡等症状。临床上通常使用腋下进行测温，按照数值的不同分为以下四个等级：37.5℃-38℃为低热，38.1℃-38.9℃为中度发热，39℃-40.9℃为高热，≥41℃为超高热。引起发烧有很多原因，包括感染性、非感染性原因。感染性原因主要有呼吸道感染、胃肠道感染、尿路感染等；非感染性原因主要有疫苗接种后、出牙、穿得太厚等。所以，并非所有的发烧都要吃药。那么什么时候才考虑用退烧药呢？当儿童腋温≥38.5℃或伴有明显的不适时，就需要服用退烧药。儿童腋温低于38.5℃，精神反应还不错的前提下，可以先观察，多进行物理降温。腋温达到38.5℃及以上才是“用药标准线”，但并不绝对，具体可以通过观察孩子的精神状态，当孩子腋温已经超过38.5℃，但精神状况依旧良好，吃奶正常，活动正常，就可以考虑暂不用药。还有一种情况就是孩子的腋温低于38.5℃，但是已经出现了精神不振、乏力、肌肉酸痛等表现，就需要使用退烧药。

物理降温的方法有哪些

1. **松开衣被**：勿使患儿穿得太厚，松开衣被，有利于机体散热降温。
2. **擦拭身体**：通常可以使用温热的毛巾擦拭患儿的腋窝或者腹股沟等部位，这些部位的大血管一般会相对比较丰富，能够达到比较好的散热作用，从而降低患儿发烧的热量，患儿不能使用乙醇进行擦浴。
3. **多喝水**：多喝水水能够补充患儿身体所需要的水分，加快身体血液循环，从而起到辅助散热的作用。

时，尽量避免过度使用药物，特别是刺激性泻药。中医更加注重调整饮食结构、生活习惯和行为习惯等方面，通过非药物手段解决问题，减少孩子对药物的依赖。

(4) **综合治疗**：中医治疗小儿便秘常采用综合治疗的方法，包括针灸、推拿和中药等多种手段相结合。

以下是详细说明：

① **针灸**是通过刺激特定的穴位来调节体内的气血运行，促进肠道蠕动，从而缓解便秘症状。在针灸治疗中，医师会使用细针轻插到穴位中，并进行适当的刺激，一般会有一定的胀痛感，但不会引起明显的疼痛。

② **推拿**是通过按摩、推压等手法刺激特定的穴位和经络，以改善肠道功能，促进气血运行，缓解便秘症状。常用的按摩方法包括腹部推拿、脐周推拿、背部推拿。临床中常用的是摩腹疗法，摩腹之前引导孩子排空大小便，后取仰卧位，放松四肢，暴露腹部，按摩者站在患儿右侧，双脚分开平肩，两手掌心相叠，掌心用力，以肚脐为中心，沿中腹、下腹顺时针按摩，力度建议由轻到重，以患儿耐受力为准，以患儿感到腹部温热为宜，于餐后1小时后进行按摩腹，一次2分钟-3分钟。

③ **中药治疗**小儿便秘一般采用**中草药的组合**，根据孩子的具体情况来选择**合适的中药药方**。常用的中药药方有三种，一是**调胃承气汤**，可用于脾胃虚弱、气滞消化不良引起的便秘。二是**枳实丸**，可用于大便干结、排便困难的便秘。三是**增液汤**，可用于肠道干燥、大便秘结的便秘。

(5) **无明显副作用**：中医治疗小儿便秘的方法多样且无明显副作用。中药治疗通常选用温和、安全的草药组合，通过调节体内的阴阳平衡来改善肠道功能。针灸和推拿也是非侵入性的治疗手段，能够刺激穴位和经络，促进气血流通，调整肠道蠕动，缓解便秘问题。

小儿便秘是临床常见疾病，对患儿的身体健康造成严重影响。中医治疗小儿便秘具有个体化治疗、调理整体、少用药物、综合治疗、无明显副作用等多种优势。当然，尽管中医治疗小儿便秘具有上述优势，但仍需在专业医师的指导下进行。同时，家长也应重视孩子饮食调理和生活习惯的培养，与医生密切合作，全面关注孩子的健康。

退烧药的选择与应用

< 2月龄的儿童不建议使用退烧药，这个月份的孩子如果出现发热，不管什么原因都需要立即送到医院进行就诊，因为这个年龄段的宝宝通常症状并不明显，新手爸妈通常无法准确判断出宝宝是否出现发热的情况。2月龄及以下的儿童如果使用退烧药，用量要根据体重计算，并不是只看说明书进行使用，说明书上所给出的用量是最小剂量，有的患儿服用后可以退烧，就继续按这个量服用。如果患儿服用说明书上的剂量退热效果并不好，需要医生根据公式重新计算用量。超量服用退烧药会增加患儿肝肾功能损害的风险，因此，服用退烧药的剂量不应超过推荐剂量，最好在医生的指导下进行用药，服用退烧药后会出现大汗，此时应该积极补充液体，防止出现脱水和电解质紊乱的现象。

关于儿童服用退烧药的问题

① **问：服用退烧药吐了之后要再补服吗？**
答：需要根据药物摄入的时间、药物剂型、疾病状态等综合考虑。如果服用后立即呕吐，呕吐物中可看到药物，可考虑补服。如服用时间超过半个小时，无需再补服。
② **问：患儿睡着后，需要叫醒喂药吗？**
答：患儿发烧后，家长需要每1小时-2小时监测一次体温。(1)如果患儿哭闹后好不容易哄睡，手脚冰凉，身上已经出汗，说明患儿体温会有所下降，可以暂时不叫起来喂药，少穿少盖，降低室温，监测体温即可。(2)如果患儿已经睡着很长时间，手脚冰凉，有热性惊厥病史或者其他基础疾病，建议叫起来喂药，同时补充水分。
③ **问：不同退烧药可以交替使用吗？**
答：目前国内外指南均不建议两种退烧药联合或交替使用，因为有可能导致剂量错误或混淆服药间隔时间，导致药物过量或中毒。

