



专家连线

## 心脏瓣膜病的诊断与治疗

□孟中林

### ●心脏瓣膜病的病因

风湿热：在青少年时期风湿热侵犯瓣膜，逐渐发展成为风湿性瓣膜病。大多数表现为二尖瓣狭窄性病变，可以合并二尖瓣关闭不全及主动脉瓣和三尖瓣病变。目前，在我国这是青壮年瓣膜病的主要原因。

### ●心脏瓣膜病的诊断

心脏瓣膜发生病变时，一方面心脏负担增加，心脏扩大，心功能受损；另一方面心脏排血量减少，机体供血不足，有50%~70%的风湿性心脏病患者发生心力衰竭，且心力衰竭是死亡的主要原因。呼吸道感染、重体力劳动、妊娠及分娩等常可诱发心功能不全。临床表现为心慌、气短、呼吸困难、下肢浮肿、尿少等，严重时出现心律失常、肝脾肿大、腹水，甚至休克。因严重的心脏瓣膜病而出现心源性猝死的患者并不少见。

### ●心脏瓣膜病的治疗原则

内科治疗：主要是治疗心功能不全。在医生指导下服用强心剂、利尿剂；在饮食上，忌过多摄入食盐，尽可能进食清淡、易消化的食物。注意补充钾盐。要适当休息，但不要长期卧床，当心功能有所恢复后，还应进行一些力所能及的体力锻炼，如太极拳、气功等，借以提高机体的抵抗能力和心脏功能。

### ●认识人工心脏瓣膜

人工瓣膜按使用材料可分为生物瓣膜和机械瓣膜，生物瓣膜和机械瓣膜有各自优点和缺点。机械瓣膜耐久性能稳定，瓣膜使用寿命长，但是需要终生使用抗凝药物，并

先天性畸形：在出生时就存在瓣膜性疾病。心内膜炎：由细菌侵犯瓣膜，引起瓣膜损伤。二尖瓣脱垂综合征：二尖瓣在心脏收缩时脱垂到左心房，导致关闭不全。老年退行性病变：老年人常发生心脏瓣膜损害。其他：心肌病、冠心病、主动脉瘤、结缔组织病、外伤等都可合并心脏瓣膜病变。

发生附壁血栓，一旦血栓脱落，就会发生脏器栓塞。其中，以脑动脉栓塞最为常见。脑栓塞后即可出现一侧肢体瘫痪、口角歪斜及失语等。心脏彩超是最好的辅助诊断手段，可以帮助医生确诊心脏瓣膜病变。

外科手术：对症状明显、有手术适应证的患者应尽早行手术治疗，以免增加手术危险，影响手术远期效果。外科手术包括心脏瓣膜修复和心脏瓣膜替换2种方法。心脏瓣膜修复是较理想的一种手术方法。对于某些先天性瓣膜裂、瓣叶交界粘连、瓣叶脱垂，缺血性二尖瓣关闭不全，

且需要定期或遵医嘱进行凝血功能检查，防止血栓形成或出血；生物瓣膜组织相容性好，血流动力学接近生理状态，术后只需3个月的严格抗凝治疗即可；缺点是耐久性较差，医生会根据患者的要求和病情进行选择。

二尖瓣脱垂综合征以及风湿性瓣膜关闭不全，修补手术可成功地重建瓣膜功能，用较低的医疗费用取得满意的远期疗效，而且不需要抗凝治疗，避免了抗凝治疗的相关并发症发生。而对于大多数的风湿性、感染性以及钙化性瓣膜病，无法进行手术修复的，应该采用心脏瓣膜替换手术。

心脏是人的血泵，分为右心房、右心室、左心房、左心室4个腔。右心房通过三尖瓣与右心室相连，右心室通过肺动脉瓣与肺动脉相连，左心房通过二尖瓣与左心室相连，左心室通过主动脉瓣与主动脉相连。血液单向循环流动，心脏瓣膜在其中起“单向阀门”作用，保证血液单向流动。因此，瓣膜是心脏内非常重要的结构。正常的心脏瓣膜开放时可让足够的血流量，关闭时则没有血液反流。由于先天或后天的原因，心脏瓣膜失去正常的解剖结构和生理功能，开放时血流受阻，即心脏瓣膜狭窄；关闭时血液反流，即心脏瓣膜关闭不全；有时候同一个瓣膜既有狭窄又有关闭不全。两个以上的瓣膜同时受累时，称为联合瓣膜病。

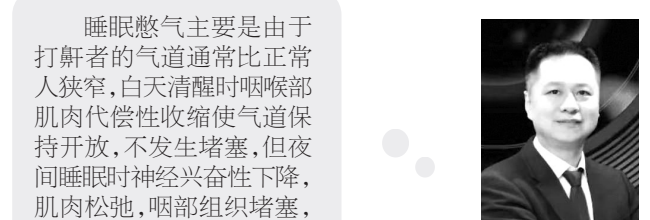


## 寻医问药

### 专家团队 答疑解惑

专家：郑州大学第二附属医院 郑振宇

网友：请问，打鼾为什么常伴有睡眠憋气呢？



睡眠憋气主要是由于打鼾者的气道通常比正常人狭窄，白天清醒时咽喉部肌肉代偿性收缩使气道保持开放，不发生堵塞，但夜间睡眠时神经兴奋性下降，肌肉松弛，咽部组织堵塞，使上气道塌陷，当气流通过狭窄部位时，产生涡流并引起振动，从而出现鼾声，严重时呼吸可以暂时停止。

此外，打鼾有可能是因为机体其他病因造成的。目前的医学研究报告显示，体型较常人肥胖者也容易出现打鼾的现象，糖尿病、甲状腺功能减退、女性绝经后内分泌紊乱等常打鼾。

大多数打鼾的人自己无法察觉，多是通过他人提醒获知。因此，有些患者在睡觉时被憋醒或身体特别不舒服时，也不知道患有鼾症。

鼾症患者需要尽早诊治，尤其是孩子打鼾更不能忽视。患鼾症的小儿由于睡眠质量差，常无法达到深度睡眠，会影响身体发育等。对于婴幼儿来说，他们的神经系统处于发育阶段，对缺氧非常敏感，一旦因严重的呼吸暂停频繁发作而导致缺氧和代谢紊乱，极易造成不可逆的脑损伤。

有轻微打鼾的人，可以通过一些常用的方法来缓解，比如把枕头放平些，尽量使头部和呼吸道保持平直状态；保持侧睡，避免仰睡；保持睡觉时鼻呼吸通畅，避免睡眠时用口呼吸等。目前常见治疗方法有手术治疗，就是切除咽部多余的软组织。该方法并非一劳永逸，术后需要注意避免疾病复发。还有一种方法是使用阻鼾器，也称为下颌前移装置，该治疗器的治疗机制是恢复口腔内部器官的正确位置和形态，通过将下巴向前拉，让牙齿不再出现“地包天”，从而达到减少甚至消除打鼾和憋气的目的。

（本文由徐琳琳综合整理）

《寻医问药》栏目旨在为广大患者与医生、医生与医生之间搭建起咨询交流的平台。该栏目专家团队由全省各科专家组成。

如果您想寻医问药，我们可以邀请相关专家在栏目中为您一对一答疑解惑。同时，请关注“医药卫生报”官方微信公众账号，可以在线咨询专家，也可以加QQ（一种流行的中文网络即时通信软件）进行咨询。

本报微信公众号：yiyao-weishengbao QQ：5615865

## 冬季谨防抑郁症侵袭

□席娜

昨日，在郑州市第八人民医院的专家门诊室内，50多岁的李女士在女儿的陪伴下前来看病。据李女士女儿说，李女士一向身体不错，每天清晨便会出门锻炼身体，好像有使不完的劲。最近一段时间天气较冷，李女士便待在家中不出门了，情绪变得低落，夜里睡不着觉，吃饭没有胃口，整天烦躁不安，还常感觉浑身无力、头晕、耳鸣，一向爱干净的李女士连家务活也不想做了，还说着没有意思。家人被她的举动吓坏了，急忙带李女士到医院进行检查，全身都查了一遍后也没查出什么病。后来，朋友建议她到郑州市第八人民医院就诊，经专家诊断后被确诊为抑郁症。

### 冬季抑郁症的主要症状

冬季抑郁症又称季节性情绪紊乱症，是指因天气变化而产生的一种抑郁效应。患上冬季抑郁症的患者除了抑郁症状外，还会有些不一样的症状，比如冬季抑郁患者会有明显的嗜睡行为，喜好甜食、易困等，会严重影响患者的正常生活。

### 为何会有冬季抑郁症

张中发说，其实季节本身就会对人的情绪产生一定影响，再加上冬季天气寒冷，血液循环变慢，大脑中的五羟色胺（能够抑制抑郁的发生）减少，同时冬季外出机会减少，日照时间普遍比

较短，大脑中松果体分泌的褪黑素（能够影响人的正常睡眠，加重人的抑郁情绪）愈多，这样就容易诱发冬季抑郁症。

### 容易患冬季抑郁症的人群

“上班族、已婚女性和老年男性是冬季抑郁症的高发人群。”张中发说。上班族经常待在室内，日照时间比较少，精神压力也比较大，因此，容易在冬季发生抑郁症。已婚女性尤其是处于哺乳期和更年期的女性，其身体内部平衡被打破，容易让抑郁症乘虚而入。

### 患上冬季抑郁症该怎么办

“延长日照照射时间，进行有氧运动是有效的方法。”张中发说，光线刺激可以让松果体减少褪黑素的分泌，从而减少抑郁症的发生。有氧运动可以促进

人体内啡肽分泌，也能起到缓解抑郁作用。

张中发还特别提醒，在没有条件进行日照的时候，室内照明越接近自然光的光线，效果越好。冬天尽可能到室外，多接受阳光的照射很益处。

### 患上冬季抑郁症后要重视

一些冬季抑郁患者是可以自愈的，许多症状轻微的患者



协办：郑州市精神卫生中心 郑州市第八人民医院  
心理热线：(0371) 68953120

## 冬天用热水洗脚，您真的做对了吗

□李玉英

近几日，安阳地区医院血管科（介入中心）收治了几位双足疼痛、足趾坏死的老年患者，均为热水泡脚后出现足趾疼痛、麻木，其中1例患者因此诱发了感染，从大腿处进行了截肢手术。马上过年了，如何预防同样的悲剧再次发生，至关重要。

之所以发生上述的悲剧，主要原因是群众没有对腿或脚缺血有科学的认识。目前，我国逐渐进入老龄化社会，国内平均年龄已达77岁以上，伴随而来的就是老年人血管的硬化问题。心脏血管硬化可以引起冠心病，出现心口疼；脑血管硬化可以出现脑梗死，或偏瘫，导致不能行走。同样，腿上的血管如果出现硬化，会引起下肢缺血，出现走路后酸沉，休息后好转，再次走路后又酸沉，这种现象就叫作间歇性跛行。

为什么下肢（腿）动脉硬化呢？这主要是因为双足在浸泡热水后，局部温度升高，代谢会加快，代谢所产生的废物需要血液帮助带走，若下肢动脉硬化或闭塞，会造成足部供血不足，不但难以将代谢物质带走，还会使局部产生无氧代谢、乳酸等蓄积，使足趾产生疼痛，加速足趾缺血、缺氧，诱发足趾缺血坏死的发生。

此外，对于糖尿病患者，高血糖会造成全身周围神经、微循环和血管病变，导致糖尿病足的发生。周围神经病变导致足部皮肤感觉异常，肌肉萎缩，皮肤干燥和汗液分泌异常，使足部的防御功能下降；血管、微循环病变导致足部的血液供应减少，足部的各组织营养变差，对温度的感觉变迟钝。

总结一下，若老年人有以下特点及症状，就应注意该类疾病的发生。

- 一、年龄大于75岁。
- 二、有高血压病、高血脂症、糖尿病、冠心病、脑梗死病史。
- 三、双腿出现活动后酸沉、无力，休息后好转。
- 四、双足皮温低（发凉），特别是晚上，需要比正常人多穿袜子或穿加厚的棉鞋等。
- 五、双足疼痛难忍，夜间难以入睡。
- 六、脚趾出现破口，难以愈合。

总结一下，若老年人有以下特点及症状，就应注意该类疾病的发生。

- 一、年龄大于75岁。
- 二、有高血压病、高血脂症、糖尿病、冠心病、脑梗死病史。
- 三、双腿出现活动后酸沉、无力，休息后好转。
- 四、双足皮温低（发凉），特别是晚上，需要比正常人多穿袜子或穿加厚的棉鞋等。
- 五、双足疼痛难忍，夜间难以入睡。
- 六、脚趾出现破口，难以愈合。

### 中医外治实用技术培训班

（面向乡镇卫生院、社区卫生服务中心、诊所医生）

根据2019年新版《乡镇卫生院服务能力评价》《社区卫生服务中心服务能力评价》加强中医药要求，特开办中医外治实用技术培训班，所传授技术简单易学，学即能用。

培训对象：乡镇卫生院、社区卫生服务中心、诊所医生。每单位限两人。培训费每人200元（含食宿费150元，资料费50元）。

主讲人：伦西全（1964年出生，1984年毕业于河南中医学院，百度搜索“伦西全”可了解详情）

主办单位：安阳市正本中药外治研究所  
联系人：王红伟（0372）2588505 18623828505（微信同号）  
地址：河南省安阳市 来函来电即寄详细资料

### 多功能红外线灸疗床

Multifunctional Infrared Moxibustion Bed

## 国家专利，艾灸专业设备

专利号：ZL 2016 2 1384826.3

- 督灸
- 火龙灸
- 周末大艾灸

现代科技与传统中医完美结合

河南龙菲医疗器械有限公司  
电话：13298305907  
邮箱：1119564171@qq.com

大艾健康 生生不息

## 河南省人民医院 原老年医学部神经内科主任徐军：如何辨别脑梗死与多发性硬化



徐军，神经内科主任，主任医师，教授，硕士研究生导师，原河南省人民医院老年医学部神经内科主任；能熟练掌握神经内科疑难病，擅长脑血管病、中枢神经系统变性疾病、自身免疫性疾病、周围神经病和肌肉疾病的诊治。

本版未署名图片为资料图片

### 稿约

为了更好地为基层医生的日常诊疗工作提供帮助，本版对内容进行了调整，设置了《专家连线》《实用验方》《误诊误治》《经验分享》《临床提醒》等栏目。请您关注，并提供稿件或建议。

稿件要求：尽量原创，言之有物，具体可行；需要1000字以内；可以用小故事开头，以增加趣味性。

联系人：朱忱飞  
电话：(0371) 85966391  
投稿邮箱：5615865@qq.com  
邮政编码：450000  
地址：郑州市金水东路与博学路交叉口东南角河南省卫生健康委员会8楼医药卫生报社编辑部