

# 心力衰竭的临床管理

□孟春

心力衰竭是一种常见的心血管疾病，通常是指心脏无法将足够的血液泵送到身体各部分。早期诊断和有效的临床管理对于提高患者的生活质量和延长寿命至关重要。本文将探讨心力衰竭的早期诊断和临床管理的重要性，并介绍相关策略和治疗方法。

**早期症状**  
心力衰竭早期症状可能比较隐匿，患者和医生应该关注以下常见症状。

呼吸急促：患者可能感到呼吸急促，尤其是在夜间或活动后。

疲劳：无明显原因的疲劳感可能是早期心力衰竭的迹象。

水肿：腿部或踝部出现水

肿，表明心脏泵血不足，导致体内液体滞留。

心悸：心跳不规则或加快，也可能是心力衰竭的早期症状。

**体格检查和生化指标**  
医生可以通过仔细的体格检查和一些生化指标来寻找心力衰竭的迹象，包括以下几点。

心脏听诊：医生可能会听到心脏杂音、奔马律或其他异常声音。

X射线和超声心动图：这些影像学检查可以帮助评估心脏结构和功能是否正常。

**心电图和心血管影像**

心电图和其他心血管影像检查(如MRI或CT扫描)可以提供更详细的信息，帮助确定心力衰竭的原因和严重程度。

**药物治疗**  
一旦确诊为心力衰竭，药物治疗将是关键的一部分，常用的药物包括以下几种。

利尿剂：帮助去除体内多余的液体，减轻心脏负担。

ACE(血管紧张素转化酶抑制剂)：ACE有助于扩张血管，降低心脏负担。

ARB(血管紧张素受体拮抗剂)类药物：ARB类药物同样有助于降低血压和心脏负担。

β受体拮抗剂：有助于减慢心脏跳动，减轻心脏负荷。

**心脏手术和介入治疗**

对于某些患者，药物治疗可能不足以控制病情，需要考虑心脏手术或介入治疗。冠状动脉微创介入手术或

冠状动脉搭桥术：这类手术用于治疗冠心病引起的心力衰竭。

瓣膜修复或替换：对于心脏瓣膜狭窄或关闭不全引起的心力衰竭，可能需要修复或替换瓣膜。

再同步化治疗：某些患者可能需要植入心脏起搏器或心脏除颤器来改善心脏功能，维持正常的心脏节律。

**生活方式管理**  
患者的生活方式也对心力衰竭的管理至关重要，以下是一些重要的生活因素。

限制盐分：减少盐分摄入有助于控制液体平衡。

控制液体摄入：限制饮水有助于防止水肿。

规律锻炼：适量的有氧运动可以促进心脏健康。

戒烟和限酒：戒烟和限酒有助于减轻心脏负担。

**教育和支持**  
患者和家属需要得到关于心力衰竭的教育和支持，了解疾病、治疗和自我管理对于有效管理心力衰竭至关重要。

支持可以来自医疗团队、患者支持团体及心理健康专家。

心力衰竭的早期诊断和临床管理对于患者的生活质量和生存期至关重要。通过关注早期症状、进行适当的检查和采取综合治疗策略，可以有效控制心力衰竭的发展。同时，患者的生活方式管理和心理支持也是成功管理心力衰竭的重要组成部分。

(作者供职于潍坊医学院附属医院)

# 如何治疗神经内科眩晕

□王佩

眩晕是一种常见的症状，广泛存在于不同年龄和性别的人群中，表现为头部或周围环境的旋转、摇晃、倾斜、晃动或不稳定感。神经内科眩晕是指神经系统结构或功能异常引起的眩晕症状。这些异常包括中枢神经系统疾病、外周神经系统病变及其他与神经传导相关的疾病。

神经内科眩晕的临床表现各异，常见的症状包括头晕、眩晕、走路不稳、摇摆、平衡障碍、恶心和呕吐等。此外，一些特殊类型的神经内科眩晕可能伴随其他症状，例如听力下降、耳鸣、面瘫等。神经内科医生在面诊眩晕患者时，需要综合考虑患者的病史、体征和实验室检查结果，制定个性化的治疗方案。

**非药物治疗法**  
以前，眩晕的治疗主要侧重于药物治疗，然而，越来越多的研究表明，非药物治疗法在缓解眩晕症状和提高患者生活质量方面同样有效。

物理疗法：物理疗法作为一种常用的非药物治疗方法，通过刺激身体的感觉系统和平衡系统，帮助患者重新建立平衡感和稳定性。常见的物理疗法包括前庭适应性训练、平衡训练和眼球运动训练等。

心理治疗：眩晕常伴随焦虑、抑郁等心理问题，因此，心理治疗在眩晕的非药物治疗中起到了重要作用。心理治疗通过认知行为疗法、放松技术和情绪调节等方法，帮助患者应对眩晕引起的心理压力，减轻精神负担。

**药物治疗**

抗组胺药物：抗组胺药物是一类常用于治疗过敏反应和眩晕的药物。这些药物通过阻断组胺在体内的作用来减轻眩晕症状。

镇静剂：镇静剂是另一种被广泛使用的眩晕药物，作用于中枢神经系统，产生镇静和抑制作用，从而减轻眩晕症状。然而，需要注意的是，有些药物可能会对患者产生一定的嗜睡和昏迷效果，应谨慎使用。

抗焦虑药物：由于焦虑和紧张情绪会加重眩晕症状，一些抗焦虑药物也可以治疗眩晕。这些药物通过减轻焦虑和紧张情绪，缓解眩晕症状。

神经内科眩晕的治疗方法多种多样，需要根据不同病因制定个性化的治疗方案。非药物治疗法和药物治疗法是常用的治疗手段，而对于某些情况，手术治疗也可以作为一种选择。未来的研究应该进一步探讨眩晕的病因，以及更有效和安全的治疗方法，以提高患者的生活质量。

(作者供职于山东省菏泽市牡丹人民医院)

# 通过血液检查 读懂健康密码

□韩鑫

血液作为身体内重要的液体之一，不仅携带氧气、养分和荷尔蒙等物质，还起着排出废物和维持酸碱平衡的重要作用。血液检查作为一种广泛应用、快速的检查方法，被广泛应用于临床实践中。通过血液检查，医生可以观察到血液中的不同成分，如红细胞、白细胞、血小板及各种血液指标的变化。这些信息有助于医生判断疾病类型、分析病情严重程度和评估治疗效果。

**凝血功能**：凝血功能是评估机体血液凝固和溶解能力的一种方法，常用于判断出血性疾病风险，评估抗凝治疗效果。常见的凝血功能指标包括凝血酶原时间、部分凝血活酶时间、国际标准化比值和纤维蛋白原等。这些指标可以反映血液凝固系统的功能状态，有助于判断患者是否存在凝血因子缺乏、血小板功能异常或纤维蛋白溶解异常等问题。

**免疫指标**：免疫指标是评估机体免疫功能的一种方法，常用于判断免疫系统是否正常工作，以及有无自身免疫性疾病。常见的免疫指标包括免疫球蛋白、淋巴细胞亚群和炎症因子。通过对这些指标的检测，可以帮助医生判断患者是否存在免疫功能异常或潜在的免疫相关疾病，并为治疗方案提供依据。

**生化指标**：生化指标是通过检测血液中的各种生化物质，来评估机体器官功能和代谢状态的一种方法。常见的生化指标包括血糖、肝功能指标(如丙氨酸氨基转移酶、总胆红素等)、肾功能指标(如尿素氮、肌酐等)、血脂(如胆固醇、甘油三酯等)及电解质(如钠、钾、钙等)。

(作者供职于临朐县蒋峪中心卫生院大关分院)

# 发热伴血小板减少 综合征防控要点

□孙峰

你知道吗？在草丛中或羊、牛等家畜身上可能藏有一种小虫子——蜱虫。它可携带多种病毒、细菌，人被叮咬后可引起多种疾病，其中有一种疾病叫做发热伴血小板减少综合征。本文将介绍发热伴血小板减少综合征的防控要点，帮助你了解如何预防这种疾病。

**疾病概述**  
发热伴血小板减少综合征是一种由新型布尼亚病毒引起的蜱媒传播的人畜共患疾病。羊、牛、犬等家畜为主要宿主和传染源，蜱虫叮咬是主要传播途径。直接接触患者血性分泌物也可引起感染。

**如何防止蜱虫叮咬**  
目前，发热伴血小板减少综合征无特异性治疗药物和疫苗，谨防蜱虫叮咬是关键。如发现家中羊、牛、犬等动物身上有蜱虫时，可以用灭蜱虫药剂进行喷洒；

外出时尽量减少在草地、树林等环境中的逗留时间；进入此类地区时，做好个人防护，穿浅色长袖衣服，扎紧裤腿或将裤腿塞进袜子里，不要穿凉鞋；裸露的皮肤可以涂抹含避蚊胺的驱避剂；野外劳作结束后回家前，检查一下衣物上是否有蜱虫，一旦发现要及时清除。

**叮咬后如何处理**  
万一不小心被蜱虫叮咬，注意不要用手直接接触，甚至挤破蜱虫。不要生拉硬拽，要用酒精涂抹，使蜱虫头部放松或死亡，再用镊子夹住蜱虫头部拔出，并用酒精局部消毒，或及时就医。被叮咬后两周内要进行自我健康监测，若出现发热等不适，应及时就医。就医时应告知医生蜱虫叮咬史，做到早发现、早诊断、早治疗。(作者供职于莒县疾病预防控制中心)

# 慢性病患者应注重调整生活方式

□王晨星

慢性病患者通常是指慢性非传染性疾病，起病隐匿，病程长、病情迁延不愈、病因复杂，主要包括高血压病、糖尿病、高脂血症、卒中、冠心病、慢性支气管炎、支气管哮喘、支气管扩张等。慢性病大多与不健康的生活方式有关，比如长期吸烟、过量饮酒、高盐高脂饮食、运动过少等，建议慢性病患者在日常生活中调整生活方式，避免病情加重。慢性病患者应该从调整饮食习惯、适当运动、调整作息、保持良好心态等方面进行。

**调整饮食习惯**：绝大多数慢性病患者，比如高血压病、糖尿病、高脂血症、高尿酸血症患者，都存在长期高脂、高糖、高尿酸、高盐饮食习惯。若为慢性病患者，应该选择低脂、低糖、低盐饮食，避免吃过多烧烤、火锅、甜品等食物。

**适当运动**：慢性病患者如果长期缺乏运动，会影响血压、血糖，甚至加重肌肉减少症及衰弱等情况，不利于身体健康，甚至有可能影响生活质量。因此，建议慢性病患者按时适量进行运动，比如散步、做操、打太极等。但需要注意，运动不宜过于激烈，以免运动量超过身体负荷，影响慢性病的控制，比如高血压病患者运动过量血压容易急剧上升。

**调整作息**：建议慢性病患者尽量早睡早起，并且规定每天起床、睡觉的时间，保证每天6小时~8小时的睡眠时间，有利于慢性病的控制。

**保持良好心态**：一些慢性病患者，可能会担心自身的病情，从而出现较为明显的情绪波动，对血压、心率、呼吸、内分泌造成较大的影响。建议慢性病患者适当转移注意力，通过看书、听音乐、与人交流的方式分散注意力，减少不良情绪，保持病情平稳。另外，对于慢性病患者家属而言，应该尽量从患者，避免与患者发生争吵，以免患者情绪激动，导致脑血管意外。

需要注意的是，虽然调整生活方式对慢性病患者具有重要意义，但良好的用药习惯更有利于病情控制。高血压病、糖尿病、高脂血症及心脑血管疾病等慢性病患者，通常需要长期服用药物。一般在原有疾病的症状、指标稳定的情况下，不需要调整用药方案，一直遵医嘱服药即可。若存在病情加重等情况，应该及时就诊，在医生的指导下调整用药方案。慢性病患者应该严格避免自行调整药物剂量，或者擅自减少药物的使用次数，以免药效不能维持，出现病情反复等情况，对身体健康造成不良影响。

(作者供职于滕州市荆河社区卫生服务中心)

# 心肌病的3项护理措施

□李金

心肌病是一种心脏疾病，通常由于心肌受损或受到其他不正常条件的影响而引发。它可以是一种遗传性疾病，也可以由高血压病、糖尿病、冠心病等疾病引发。心肌病会导致心肌变得脆弱，无法有效泵血，最终导致心力衰竭、心律不齐及其他严重的心脏问题。因此，心肌病的护理至关重要。

**药物治疗管理**  
药物治疗是心肌病管理的核心。根据患者的具体病情，医生会开具不同类型的药物，帮助控制病情，减轻症状并改善心脏功能。以下是一些常见的心肌病治疗药物。

利尿剂：帮助减少体内多余的液体，减轻心脏负担。

肾素-血管紧张素-醛固酮系统抑制剂：如ACE抑制剂(血管紧张素转化酶抑制剂)或ARB(血管紧张素受体拮抗剂)，可降低血压，改善心脏功能。

β受体拮抗剂：如β受体拮抗剂，减轻心脏的工作负担。

抗心律失常药物：用于控制心

律不齐，如β受体拮抗剂或抗心律失常药物。

血栓抑制剂：如抗凝血药，预防血栓形成。

数字化治疗：有些患者可能需要数字化治疗来控制心脏节律。

患者必须按照医生的处方和建议定期服药，确保病情得到有效控制。

**生活方式管理**  
生活方式管理对于心肌病患者同样至关重要，有助于改善心肌病的症状，预防并发症。

控制血压：高血压病是心肌病的常见原因之一，要通过控制饮食、减少盐分摄入、定期锻炼和服药来管理高血压病。

饮食管理：养成对心脏健康有益的饮食习惯，如低盐、低脂、富含蔬菜和水果的饮食。

适度的锻炼：根据医生的建议进行适度的有氧运动，如散步、游泳或骑自行车。

戒烟和限酒：戒烟和限酒有助于改善心脏健康。

控制体重：维持健康的体重有助于减轻心脏负担。

心理支持：心肌病的诊断和管理可能对患者的心理健康产生负面影响。焦虑、抑郁和心理压力可能加重症状，因此心理支持至关重要。患者可以考虑寻求心理医生或心理治疗师的帮助，学会应对压力和焦虑和情绪问题，提高生活质量。

**控制体力活动**：心肌病患者在进行体力活动时特别小心，避免剧烈的、过费力的运动。这种活动可能会增加心脏负担，导致心肌病症状加重，甚至引发危险的心律失常。因此，患者应遵循医生的建议，选择适度的、轻松的运动方式，如散步或温和的瑜伽。

**定期随访和监测**  
心肌病患者需要定期接受医生的随访和监测，包括进行心脏超声、心电图、血液检测等，以评估心脏功能和病情的进展。通过定期监测，医生可以调整药物治疗，确保其对患者的病情起到最佳的控制效果。此外，如果患者出现新的症状或病情加重，应尽快就医，以防出现严重并发症。

(作者供职于成武县人民医院)

# DR：提高诊断速度和准确性

□李丹

随着医学科技的不断进步，放射诊断已经成为现代医学的重要组成部分。其中，数字化X射线摄影(DR)技术在日常影像诊断方面表现出了潜力。

**DR技术原理**  
DR技术是一种革命性的影像诊断方法，通过将传统的胶片射线照片转化为数字图像，使医生能够更快速、准确地进行疾病诊断。DR技术的关键在于数字感应器，是一种能够将X射线转化为数字信号的装置。

数字感应器的工作原理是将X射线通过患者身体或器官后，传到数字感应器上，数字感应器可以检测到携带人体信息的X射线的强度，之后将这些信息转化为数字图像。这个数字图像可以通过计算

机进行处理、存储和传输，使医生能够在屏幕上查看高质量的X射线影像。

**DR技术的应用领域**  
DR技术已经在医疗领域广泛应用，包括骨骼系统、胸部、腹部等多个领域。

骨骼系统：DR技术应用于骨骼系统，医生可以检查患者有无骨折、关节脱位、骨骼系统的肿瘤等，为患者提供更好的治疗方案。

胸部：DR技术用于胸部检查，检测肺部是否有炎症、肿瘤、结核、胸腔积液、气胸等情况，还可以判断纵隔的大小及位置是否正常。

腹部：DR技术用于腹部检查，帮助判断患者是否有胃肠道穿孔、消化道梗阻、肠道积气情况，腹部异物及泌尿系统阳性结石的大小

及位置等。

乳腺：数字乳腺X射线成像已经成为乳腺筛查及诊断的重要工具，对妇女健康至关重要。

**DR技术的优势**  
DR技术和CT检查的原理相同，均是通过X射线进行成像，但DR具有成像清晰、辐射量小、成像速度快及价格低等优点，适用于处于生长发育期的儿童、青少年等人群。

DR技术作为现代医学的一项重要成就，已经在医疗领域产生了深远的影响，提高了诊断的准确性和速度。作为一项重要的医疗创新，DR技术将继续改善医疗质量，成为医学领域的革命性力量。

(作者供职于衡水市第六人民医院放射科)

# 心血管超声在临床中的应用

□殷宗香

心血管疾病是全球范围内常见的致死性疾病，发病率持续增加，给社会和个人带来了巨大的负担。因此，早期诊断和有效治疗心血管疾病至关重要。心血管超声作为一种非侵入性的影像学技术，具有实时性、可重复性及高分辨率等优势，已被广泛应用于心血管疾病的诊断和评估。

**在心脏病诊断中的应用**  
心脏病是一类严重影响人类健康的疾病，早期诊断对于患者的治疗和预后至关重要。传统的心脏病诊断方法包括心电图、心脏造影等，然而这些方法存在一定的局限性。近年来，随着医学技术的不断发展，心血管超声

作为一种无创、可重复、安全性高的检查工具，在心脏病诊断中得到了广泛应用。

**冠心病**：心血管超声可以帮助医生检测冠状动脉是否有狭窄或堵塞，并评估冠状动脉供血情况。此外，还可以观察到冠心病患者心肌收缩和舒张功能的异常表现。

**心肌梗死**：心血管超声可以在早期诊断心肌梗死，并确定梗死区域的范围和程度，可以显示心肌梗死的运动情况，从而判断梗死后心肌的功能状态，为治疗和预后评估提供重要依据。

**心脏瓣膜疾病**：心血管超声可以帮助医生检测心脏瓣膜异常，如瓣膜狭窄或关

闭不全，评估瓣膜的运动情况、开放度和流量，并为治疗方案提供指导。

**在心血管病诊断中的应用**  
心血管疾病是指影响心脏和血管正常功能的各种疾病，包括冠心病、高血压病、心肌病等。随着人口老龄化程度的加深和生活方式的改变，心血管疾病的发病率逐年增加。在临床实践中，准确诊断是制定合理治疗方案

的基础，而心血管超声正以其非侵入性、可重复性和多参数的特点成为心血管疾病的首选诊断方法。

首先，心血管超声可以非侵入性地观察血管的形态结构，如血管壁厚度、直径、

内膜异常等，进一步判断血管是否存在粥样硬化斑块或狭窄等异常。其次，彩色多普勒超声可以显示血液流动情况，如血流速度、方向和阻力等，可用于诊断血管狭窄、血栓形成等。此外，心血管超声还可以评估心脏功能指标，如心腔容积、射血分数、心肌收缩力等，有助于判断心血管疾病的严重程度和预后。

**在临床管理中的潜在益处**  
心血管超声作为一种非侵入性的诊断工具，具有许多潜在益处。首先，它可以提供快速、准确的诊断结果，帮助医生及时制定治疗方案。其次，心血管超声能够追踪疾病

的进展，评估治疗效果，并指导后续治疗策略的调整。此外，心血管超声不需要使用放射性物质，健康风险较小，特别适用于孕妇、儿童和老年人等特殊人群。

总而言之，心血管超声作为一种广泛应用于临床诊断的工具，在心脏病和心血管疾病的诊断中发挥着重要作用。虽然心血管超声存在一定的局限性和挑战，但随着技术的进步，这些问题有望得到解决。我们对心血管超声的持续研究和改进，将进一步提高其在临床实践中的应用价值，为疾病诊断和治疗提供更好的支持。

(作者供职于阳光融和医院)