

警惕! 甲流来袭! 房颤不可不防!

最近,甲流高发期到来,多次登上社交媒体的热门榜单,引起广泛关注。甲流是由甲型流感病毒引起的急性呼吸道传染病,流感病毒根据抗原结构的不同,分为甲乙丙三型,其中甲型流感病毒是人类流感的主要病原。甲流病人主要会出现发热的症状,另外还能够出现畏寒怕冷、寒颤、咽喉疼痛、咳嗽有痰、头疼、四肢乏力等表现,一部分病人还会出现恶心呕吐、拉肚子、球结膜充血等病症。

心肺两个重要器官紧密相连,相互影响,肺的呼吸功能不仅取决于肺本身的功能状态,并且受血液循环的影响,而心脏的活动功能又与肺的呼吸循环状态有关。所以某些呼吸系统疾病往往能引起心血管一系列的生理病理改变,其中严重者会引发房颤。

房颤有什么危害?

房颤本身不致命,轻者甚至没有任何症状,但为什么说不能忽视房颤呢?因为房颤患者的心房率能达到惊人的350-600次/分(正常情况下为60-100次/分),如此超负荷的运转对心脏的损害非常之大。更重要的是,房颤的危害不仅仅局限于心脏,其并发症更加凶险难防。房颤会引起脑梗死及其它脏器血栓,脑中风的危险比常人高5倍,可使总死亡率和心血管死亡率增加2倍,而且由房颤引起的脑梗死致残率高、复发率高、死亡率高!房颤的危害不胜枚举,总结如下:

1、降低生活及工作质量

患者会有心悸、头晕、气短等症状,症状严重者会出现乏力、呼吸困难、晕厥等症状,有潜在心功能不全者还会引起急性肺水肿。研究表明,房颤患者的生活质量评分远远低于年龄匹配的健康人。

2、引起脑梗死及其他栓塞

中风发生率比正常人要高出十几倍,因

为房颤时心房收缩能力大大降低,血液流动速度减慢,左心房内就容易形成血栓,血栓掉下来可以随血流到达任何部位。其中,最多见的是跑到大脑,堵塞动脉导致脑梗死,从而造成偏瘫甚至死亡。当然,也可以栓塞内脏动脉引起脏器坏死,栓塞眼动脉引起失明,栓塞冠状动脉引起急性心肌梗塞,栓塞肢体动脉导致截肢等。每一项并发症都异常凶险,如有发生后果不堪设想。

3、引起心衰等其他心功能疾病

房颤时心房频率约为350-600次/分,心室率80-200次/分不等。时间长了会导致心律失常性心肌病,致心功能不全;另一方面因心房心室之间收缩的不协调,可致心脏的射血能力降低30%。如原来就有心功能不全,病情就会明显加重,乃至心力衰竭。同时心力衰竭又使心房压力升高及激活交感神经系统,促进心房纤维化,促使了房颤发作,形成了房颤与心衰相互促进的恶性循环。

4、引起痴呆等脑部疾病

通常认为房颤的并发症主要是心血管方面的问题,殊不知房颤和痴呆也有一定联系。房颤引起的痴呆包括阿尔茨海默病,老年性痴呆和血管性痴呆。

5、直接增加死亡率

许多研究表明,房颤是死亡率增加的危险因素。在没有合并其他心血管疾病,房颤可使死亡率增加1倍。合并心衰时,房颤患者比正常人死亡率男性增加2.2倍,女性增加1.8倍。房颤所致的脑梗死具有“三高”的特点,即高致残率、高死亡率、高复发率。第一年死亡率高达50%;严重致残率高达73%。

房颤治疗可否缓一缓?

根据中心的随访我们发现,有些患者最初诊断为阵发性房颤后因为没有不适,很多



刘旭

上海市胸科医院心内科主任医师,教授,博士生导师。上海市优秀学科带头人;上海领军人才;上海市优秀医务工作者(2012-2014年度);国务院特殊津贴获得者;上海交大优秀博导;上海银蛇奖提名;中国Rotor俱乐部创始人。现任上海交通大学心房颤动诊治中心主任。自1998年在国内率先开展房颤经导管射频消融基础和临床研究,至今累计完成各种心律失常介入手术50000余例,房颤导管消融手术近30000例。

都选择了保守治疗。但两三年后,有些患者,都不同程度出现了并发症,例如脑卒中,即使经过抢救脱离了生命危险,也会落下偏瘫等

严重影响生活的后遗症,给家庭以及社会带来沉重的负担。其实这样的遭遇完全可以避免,如果在房颤早期就积极治疗,完全可以达到一定的预防卒中效果。

房颤如何预防?

3-4月是心脑血管疾病高发的时间,对于存在血脂、血压、血糖异常和家族史等高危因素的人来说,如果经常出现或短时间内多次阵发性心悸、心慌、胸闷,应及时到医院进行心电图检查。

中老年人没病也要防!房颤固然可怕,但是我们可以尽量避而远之,通过生活和医学的合理干预,可以达到一定的预防效果。为此,总结了如下5点供大家参考。

- 1、定期查心电图
- 2、控制“三高”与原发病等高危因素
- 3、良好的生活方式,少食用刺激性食物
- 4、合理锻炼身体
- 5、保持愉悦的心情

其实,冷热交替的季节虽然容易诱发房颤等疾病,但也正是对症下药的时候,一旦发现自己有上述症状,务必要引起注意并针对性地进行检查,如有疾病发生及时处理。房颤虽然是个缓病,不会立刻致命,但是拖到持续性房颤或者出现更严重的情况,就会错失治疗的良机乃至致命。

最后,还是要强调房颤一定要早发现早治疗,最佳的手术治疗时期是在阵发性房颤往持续性房颤发展的时候,一旦错过,治疗难度会加大,凶险的并发症也不知道何时会突然降临。所以重视房颤,及时治疗尤为重要!

本版块活动为公益活动,不参加者推荐医疗服务或者其他商品,相关信息仅供参考。

GREEN

绿色生活, 低碳出行



中宣部宣教局 中国文明网