

迎新春,话房颤

随着农历新年的临近,我们即将迎接全新的龙年。新年对于人们来说象征着希望、喜庆和团聚。然而,对于中老年人来说,在年庆的时候,还需要额外关注房颤这一心脏健康问题。上海市胸科医院刘旭教授提醒大家,进入冬季,很多老人会感觉心脏不舒服,这背后的原因可能就是大家常说的心房颤动,也叫房颤。



刘旭

上海市胸科医院内科主任医师,教授,博士生导师。上海市优秀学科带头人;上海市领军人才;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。

什么是房颤

房颤是一种常见的心脏节律失常,它会导致心脏的上部房间(心房)快速而不规律地跳动,与正常的心脏跳动不同。正常情况下,心脏会有规律地收缩和舒张,将血液顺利地泵入心室(心脏的下部房间),导致血液滞留在心房中。如果血液滞留在心房中,就可能形成血栓(血栓),血栓可以被带到其他部位,并阻塞血管,从而可能引发其他严重的并发症。我们可以把心房想象成一个被打乱节奏的泵,而血液是里面的水。当泵的节奏被打乱时,水无法顺利地泵出,而是储存在泵内。如果这个水太久留在泵内,就可能滋生细菌,也会增加水突然溢出的风险,导致泵外面的环

境受到影响。

新春期间要额外关注房颤

新春亲朋好友欢聚不免有饮酒、熬夜等,这些活动可能会加重中老年人的人心负担,特别是存在潜在心脏问题的人。

熬夜:许多人会参加如守岁、通宵麻将等活动,不规律的睡眠模式会导致心率和血压的不稳定,增加诱发房颤的风险。

户外活动,气候严寒:中老年人常常会在新春期间结伴出行,对于存在心血管疾病的人而言,温度的急剧变化会增加心脏负荷,导致心房颤动的发作。

过度饮酒:酒精对心脏有直接的影响,它可以扰乱心脏的正常节律,导致心律失常。此外,过度饮酒还可能引发高血压,而高血压也是房颤的常见原因之一。

药物管理困难:随着人们日常

作息和饮食习惯的改变,药物的不适当使用或中断可能增加中风或其他并发症的风险。

因此,新春期间,对于存在房颤问题的人群,需要额外关注房颤,采取相应的预防措施,避免诱发或加重房颤的风险。及早发现房颤问题并采取合适的治疗措施,可以有效降低中风风险并提高生活质量。

房颤症状有哪些

心悸或心跳不规律:房颤时,心脏的心跳变得不规律,可能会感到心率加快、心悸或心跳不齐。这种不规律的心跳可以被描述为“跳动”、“失去节奏”或“颤动”。

呼吸困难:房颤可能导致心脏泵血不够有效,因此身体可能会感到缺氧和呼吸困难。这可能会导致气喘、气短或需要更多努力才能进行正常呼吸。

胸痛或不适:一些人在房颤发作期间可能感到胸闷、胸痛或不适。这种感觉通常是由心脏供血不足引起的。

眩晕或晕厥:由于不规则的心跳和减少的心脏输出,房颤可能导致供应给大脑的血液减少。这可能引起头晕、眩晕或晕厥。

房颤的症状可能因个体差异而有所不同,有些人可能只有轻微的症状,而另一些人可能没有明显的症状。此外,房颤也可以是间歇性的,即发作和停止之间会有一段间隔时间。如果怀疑自己有房颤或遇到类似的状况,建议及时问诊,进一步评估和咨询。

房颤不治疗会怎样

增加中风风险:房颤会导致心房内血液流动速度下降,容易形成血栓。据研究,房颤患者的中风风险是正常人的5倍以上。

增加心力衰竭风险:房颤使心脏的搏动效率下降,长期处于这种状态会使心脏负荷增加,可能发展为心力衰竭。

生活质量下降:房颤会引起一系列不适症状,如心慌、心跳不规则、气短、乏力等,严重影响患者的生活质量。

引发其他并发症:除了上述的

中风和心力衰竭,房颤还可能引发其他并发症,如心肌梗死、心律失常等。

如何有效应对房颤

目前房颤的治疗手段主要有两种,一种是药物治疗,其作用主要是短期地缓解症状;另一种是导管消融手术,即一种不留任何东西在心脏内的微创治疗。对于房颤的治疗,药物治疗是常见方法,但是也伴有时效性短、副作用多的问题。导管消融手术作为微创型介入治疗方法,其原理是用一根直径2毫米的导管沿着血管到达心脏,对心脏的异位兴奋灶进行消除。导管消融手术可以显著降低中风的风险,并改善患者的心脏功能,这个技术是目前心血管内科领域的前沿技术,和药物治疗手段相比,房颤导管消融手术可以大幅降低房颤患者脑梗死的发生率。

刘旭团队淬炼出的“肺静脉隔离及转子消融的胸科术式”和“房颤转子-胸科标测方法学”,使得房颤导管消融手术水平达到了国际一流标准。同时团队还一直投身于创新技术和理念的探索,在国际上首次提出了用腔内超声替代食道超声检查的方法,并在上海率先开展了房颤零射线消融手术。

为了更好地为广大房颤病患提供帮助,让大家度过一个安心的新春,刘旭主任将带领团队于1月6日(周六)上午8:30-10:30,在上海市徐汇区淮海西路241号胸科医院2号楼2层德文厅为市民免费提供科普咨询,有需要的市民可带相关病例前往。



俭以养德 杜绝穷奢



大地馈赠 拒绝浪费

中宣部宣教局 中国文明网