

# 心房颤动的危害早知晓

房颤是临床最常见的心律失常之一,全球患病人数已超 4000 万,我国患者约 1000 万。它就像一颗“隐形炸弹”,早期可能无明显症状,但会悄然引发严重健康危机。房颤需要及早关注,我们需要科学认识这一疾病的具体危害和最新治疗选择。



## 为何房颤要及早关注？

房颤的可怕之处在于其“隐蔽性”与“进展性”,尽早发现与干预是降低风险的关键。

1、症状不典型易被忽视

约30%的房颤患者无明显症状(如心悸、气短、乏力),仅在体检或发生并发症(如中风)时才被发现,导致治疗延误。

2、发病率随年龄激增

数据显示,我国30-85岁人群房颤患病率达0.77%,80岁以上人群患病率超30%。随着老龄化加剧,房颤已成为威胁中老年人健康的重要疾病。

3、年轻化趋势显著

熬夜、高压、肥胖、酗酒等不良生活方式,使房颤逐渐盯上年轻人。研究表明,35岁以下人群房颤患病率较20前增加2倍。

## 房颤的具体危害有哪些？

房颤不仅会影响心脏功能,还会对全身器官造成连锁损伤。

1、血栓与中风:最致命的威胁

房颤时心房不规则颤动,易形成血栓。血栓

脱落可随血液流向脑部,导致缺血性中风。数据显示,房颤患者中风风险是正常人的5倍,且致残率、死亡率更高。

2、心力衰竭:心脏功能的“慢性杀手”

长期房颤会导致心房收缩功能丧失,心室率紊乱,最终引发心脏扩大、心力衰竭。研究表明,房颤患者心衰风险增加3倍,5年死亡率超50%。

3、其他器官损伤

血栓还可能堵塞肾脏、肠道等器官血管,引发肾衰、肠坏死等严重后果,房颤本身也会增加认知功能下降和痴呆风险。

4、生活质量严重下降

反复发作的心悸、气短会导致患者活动受限,焦虑、抑郁等心理问题发生率升高,显著影响日常生活。

## 房颤有哪些治疗方式？

房颤治疗需根据病情个体化选择,目标是控制心率、预防血栓、恢复窦性心律。

(一)传统治疗方式

1、药物治疗

A、抗凝血药:如华法林、新型口服抗凝药(NOACs),可降低中风风险,但需定期监测或

注意药物相互作用。

B、心率/节律控制药物:如 $\beta$ 受体阻滞剂、胺碘酮等,可缓解症状,但长期使用可能有副作用。

2、电复律通过短暂电击恢复窦性心律,适用于急性发作或药物无效的患者,但复发率较高。

3、射频消融术通过高频电流破坏异常电信号传导路径,是常用的介入治疗手段,对阵发性房颤疗效显著,但对持续性房颤效果有限,且存在损伤心脏组织的风险。

(二)新选择:脉冲消融

1、什么是脉冲消融

脉冲消融基于“电穿孔”原理,通过释放短脉冲能量(纳秒级高压电场),精准破坏异常电信号起源的心肌细胞,同时避免损伤周围血管、神经和食管等组织。

2、脉冲消融的特点

A、非热能损伤机制,显著降低传统射频/冷冻消融可能引发的心脏穿孔、食管瘘等并发症风险,尤其适合合并高血压、糖尿病等基础疾病的患者。

B、实验表明,脉冲消融可提升复杂房颤(如持续性房颤、长病程房颤)的单次手术成功率,相较于传统方法降低复发率。

C、对曾接受传统消融失败的患者,脉冲消融仍可能有效,对心脏结构复杂(如心房增大)的患者,也能实现精准靶向治疗。

3、临床进展与前景

随着临床证据的不断积累和技术的日益成熟,脉冲消融将有望成为房颤一线治疗方式。脉冲消融术为房颤治疗开启“精准时代”。

房颤是一种“沉默却危险”的疾病,早发现、早干预是避免严重后果的关键。若出现不明原因心悸、气短、头晕等症状,或有高血压、糖尿病、家族房颤史,建议及时进行心电图或24小时动态心电图检查。随着医学进

步,脉冲消融等创新技术为房颤患者带来了更多的治疗选择。关注心脏健康,从重视每一次心跳异常开始。

上海交通大学附属胸科医院刘旭教授团队于房颤介入诊疗领域取得一系列突破性成果。团队研发的“肺静脉隔离联合转子消融胸科术式”及配套的“房颤转子-胸科标测方法学体系”,通过精准的电生理机制解析与创新性消融策略整合,相关技术标准被纳入多项国际诊疗共识参考体系。

团队通过多学科协作模式与智能化随访系统的深度融合,实现流程的标准化与精细化。在技术创新层面,开展一系列开拓性探索:国际首创腔内超声(ICE)引导下房颤消融技术体系,在华东地区率先开展全流程零射线房颤消融手术。

## 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);国务院政府特殊津贴获得者;上交大优秀博导;获上海银蛇奖提名;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。



小时候,父母陪我们捉迷藏

长大了,我们不能跟父母“捉迷藏”



中宣部宣教局 中国文明网

爱不逾期 孝别等待