

心衰导致死亡风险高于部分癌症

人工心脏：让心衰患者重获“心”生

刘通 通讯员 谢静 济南报道

心衰不是老年人“专利”
多种疾病均会诱发

“心脏就像身体里的小水泵，日夜不停地工作，为全身输送新鲜的血液。”杨建民表示，当心脏这个“泵”出了问题，无法有效地泵血时，就会导致心力衰竭，简称“心衰”。

心衰的病因多种多样。冠心病、心肌病、高血压、瓣膜病等，都可能导致心衰的发生。心衰是一种严重的、进展性疾病，尤其是到了晚期，更是医学界的重大挑战。

据统计，全世界心衰患者已经超过6000万，而我国也面临着严峻的心衰挑战，目前约有1200万人患有心衰，并且每年新增心衰患者接近300万人。

“冠心病、高血压等，虽然都是老年人易患的基础病，但这并不意味着，心衰只会盯上老年人。”杨建民指出，目前临床上也有很多年轻的心衰人群，最常见的是患上扩张型心肌病，主要由病毒感染、免疫功能异常、家族遗传、交感神经系统异常等因素引起；还有一种是缺血性心肌病，由于不健康的生活方式，年轻人心肌梗死发病率越来越高，很多患者后期发展为缺血性心肌病、心衰。

运动耐力下降
别不当回事

心力衰竭如果能早期发现，还是有治愈可能性的。“所以，对我们来说，很有必要了解心力衰竭的症状，只有做到熟悉这种病的临床表现，才可以有效地去控制和预防。”杨建民提醒：“大部分慢性心力衰竭患者，会出现乏力、食欲不振、呼吸困难的症状，出现

壹问医答

心脏是人体的发动机，不过，近年来受多种因素影响，我国心力衰竭患者逐年增加。据统计，目前全国心衰患者已超千万，且仍以每年约300万人的数字增长。近日，山东大学齐鲁医院心内科主任医师、科室副主任杨建民做客“壹问医答”直播间，就心力衰竭与人工心脏话题进行科普。



心衰患者应改掉恶习



1. 脾气急躁
2. 暴饮暴食
3. 高盐饮食

避免过量摄入钠 (<6g/d),
急性心衰容量过重者钠摄入 <2g/d



不依从医嘱，擅自加药、停药、减量

4. 相信偏方

症状的原因为活动耐力下降，若此时患者好好休息，这些症状不久就会缓解，但运动时，症状又会重新出现。因此在治疗期间，患者要尽量减少运动。”另外，腹部水肿、腿部水肿，也是慢性心力衰竭的常见症状之一。

尽管心力衰竭早期有治愈的可能性，但大家还是不要对其放松警惕。

“心衰患者5年生存率约为50%，其致死性远远超过临床上一些肿瘤。”杨建民提醒说，心衰还会导致生活质量下降——心力衰竭会引起呼吸困难及身体乏力等多种症状，患者起初或许只是活动量下降，到最后可能连日常生活和工作都无法完成，严重时没办法正常卧床休息。

同时，心衰也会影响其他器官功能。心力衰竭发生后，心脏结构会产生变化，如出现心脏扩大及收缩功能下降等问题，对其他器官功能产生很大影响，导致肺淤血、胃肠道淤血、肝硬化、肾功能不全等。“最严重时，心衰可能危及生命。如果心力衰竭病情比较严重，又没有及时进行有效治疗，很有可能危及患者生命，导致死亡。”杨建民说。

心衰患者
更需健康生活方式

心衰患者如何延缓病情发展、保持健康？杨建民提出了三点建议：

第一，正确用药。心衰患者应在医生指导下按时用药，如果不按时用药，心力衰竭可能会加重或者出现突发性心力衰竭。

第二，养成健康的生活方式。在身体允许情况下，心衰患者可适当、规律运动，避免喝酒吸烟，保证充足睡眠，营造良好的睡眠环境，保持心情愉悦。

第三，调整饮食结构。杨建民

建议，心衰患者减少食用高盐、高脂肪类食物，可以适当摄入鱼肉、瘦肉等食物，同时注意控制液体的摄入量。

“心衰被称为心脏病中的‘癌症’，当心衰走到终末期，常规的药物往往治疗效果不佳，病情难以逆转。”杨建民表示，终末期心衰患者的再住院率高达47%，这对患者无疑是巨大的折磨。对于终末期心衰患者而言，心脏移植是首选，然而，由于供体稀缺，每年能接受移植的患者仍是少数。

“以我国为例，每年仅有500-700例心脏移植手术，而终末期心衰患者大约有70万，显然是杯水车薪。因此，这就需要考虑‘人工心脏’了。”杨建民说。

携带人工心脏
仍可参加运动

“大家常说的‘人工心脏’，学名叫‘左心室辅助装置’，其最核心的部件，是个跟乒乓球差不多大的血泵。”杨建民说，“我们将这个神奇装置植入患者胸腔内，让它辅助天然心脏工作，帮助心脏把富含氧气的血液送到全身，让血液循环重回正轨。”

整个系统除了置于胸腔内的血泵外，还有体外的便携式电池和控制器，人工心脏能为终末期心衰患者显著延长生命，提高生活质量。

那么，装上人工心脏后，是否可以参与体育活动呢？

杨建民回应，具体情况还需听取医生的建议。不过，对于大多数患者来说，散步、慢跑等温和且低强度的运动是安全且推荐的。在国外，甚至有患者能够参与滑雪等极限运动。

“总之，装上人工心脏后，只要感觉舒适并且得到了医生许可，选择喜爱的运动是没有问题的。”杨建民说。

抽烟40多年，七旬老烟民一走路就喘

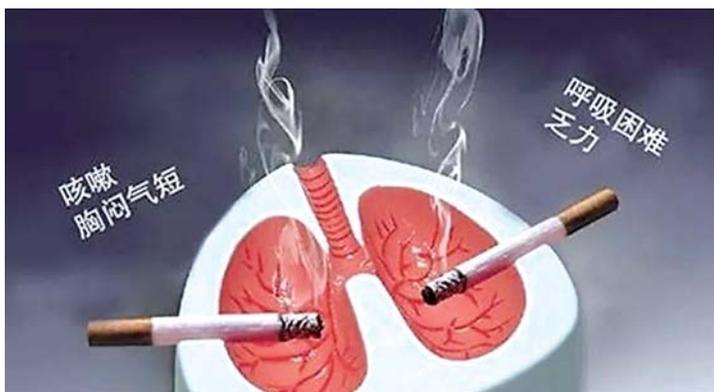
原来，他的肺里长出一个像气球一样的“大疱”

记者 王小蒙 通讯员 王竹君
陈晨 济南报道

走走停停，停停走走……这就是七旬老人李大爷真实的生活状态，气力跟不上，走一段百十米的路，中间要停下来休息十来次。一旦感冒，就连基本的活动也无法实现。原来，李大爷右肺下叶“藏”有巨型肺大疱，足足有气球大小，占据了大部分胸腔，憋得他一走路就喘。

近日，济南市第三人民医院胸外科专家为李大爷进行了微创手术，术后恢复良好。“术前只能走5步，术后让我健步走！”李大爷出院时激动地说。

李大爷是个老烟民，已经有40多年的烟龄，每天至少抽一包烟。近年来，他被肺大疱“找上了门”，平时走路都费劲，一遇上感冒，更是胸闷憋喘得厉害。虽然经



过一段时间的内科治疗，李大爷的憋喘症状有了一定缓解，但也不能解决根本问题。

日前，因为憋喘厉害，李大爷住进了济南市第三人民医院。通过胸部CT检查发现，李大爷的右肺存在多发肺大疱，右肺下叶更有巨型肺大疱占据着大部分胸

腔，最大的肺大疱足足有一个气球大，严重挤压着肺组织，难怪他总是感觉憋得慌。

“之前，我对自己的身体情况也有所察觉，但因为担心年龄大了，手术风险太高，就一直这样拖延就着。”这次病情的再次加重，让李大爷的思想有些动摇。

济南市三院胸外科主任张衍年耐心地向患者讲解病情及微创治疗手段。经过沟通交流，李大爷最终抛下顾虑和担忧，决定进行微创手术治疗。

手术前，专家充分评估了李大爷的心、肺功能，排除禁忌，在全麻下进行了胸腔镜下巨型肺大疱切除+肺减容术。手术期间患者生命体征平稳，整个手术过程非常顺利，用时仅50分钟。

术后第一天，李大爷就感觉自己的气力明显提升，术后第三天便能在病房走廊里不受限制地自由行走。出院时，李大爷握住张衍年主任的手，激动地说：“术前只能走五步，术后让我健步走，是你们让我重拾生活的希望！”

据张衍年介绍，引起肺大疱的原因是多方面的，最常见的是长期吸烟或被动吸烟，常见于支气管哮喘、慢性支气管炎等慢性

气道疾病；此外，还有先天性的肺大疱、肺发育不良，常见于瘦高个的人，这也是青年自发性气胸最常见的原因。若肺大疱不断发展，会导致肺功能严重受损，甚至出现呼吸衰竭。

“对于肺大疱的辨别，目前最直接的诊断方式是通过胸部CT。”张衍年提醒，患者如果觉得呼吸困难、憋闷，尤其是老烟民、慢阻肺患者，最好做一个胸部CT，如果突然发现胸腔憋闷比较厉害，无法呼吸，很有可能就是肺大疱破裂形成的气胸。

张衍年表示，肺部超过10cm的大疱，如果不主动干预，一是有破裂的风险，二是会影响人的正常呼吸。而胸腔镜下进行肺大疱减容术，具有创伤小、术后恢复时间短，并发症少等特点，可帮助慢性阻塞性肺疾病及肺大疱患者早日解除痛苦。