

早报会客厅

气温骤降的初冬时节,是脑血管病的高发期,不过近期因突发脑卒中而紧急送到医院急诊科的患者,却呈现出一个明显特点,即许多脑卒中患者是因心脏房颤引起,也由此揭开了房颤这一幕后“隐形杀手”。房颤是心脏哪里出了“故障”?没有明显症状的房颤会引起哪些后果?如何治疗可以精准“打击”心律失常?青岛市海慈医疗集团心律失常诊疗中心主任、心脏中心副主任要英杰指出,房颤是最常见的心律失常之一,也是脑卒中最危险因素,积极治疗房颤可以明显改善患者生活质量,降低栓塞等风险。

冬季来临心脏也容易“打哆嗦”?

脑梗根源不在脑 背后原因“心”上找 听专家讲解如何精准“打击”心律失常

为卒中患者会诊 1/3病人有房颤史

“冬季气温较低,不少人会出现心慌、头晕、气短的症状,很多人都以为是天气原因导致的正常反应。但事实上,这样的症状很可能是因为房颤引起的。”要英杰介绍,有不少患者知道自己有房颤,但总想着“忍一忍”,没想到随着房颤病情发展,发作逐渐频繁,持续时间越来越长,甚至引发了更严重的后果脑梗死。“近一个月到神经内科会诊脑卒中患者,发现有三分之一的脑梗病人,是由房颤引发。”这个现象令要英杰感到很遗憾,她说:“房颤可以通过科学认识、提前干预、规范治疗来避免更严重的后果。”

房颤是最常见的心律失常之一,房颤发生时,快而且不齐的电信号引起右心房和左心房出现颤动,无法正常收缩,心房中的血液不能完全进入心室,心房和心室不能正常协调工作。这种极不协调的“乱颤”,会使心房丧失有效的收缩,导致心悸、眩晕、晕厥、气短、胸闷等症状。据统计,我国约有800万人受房颤侵扰,房颤导致每年50万至60万人发生脑中风。40岁及以上人群中,有将近1/4的人在一生中会发生房颤。

“房颤是脑卒中最危险的独立因素,20%的中风事件与房颤有关,35%的房颤患者在一生中会发生一次或一次以上的血管栓塞事件。”要英杰告诉记者,正常情况下,心脏有规律地收缩,像泵一样将血液输送到身体各个部分,而房颤发生时,心脏的收缩会出现混乱,无法完成输送血液的功能,于是血液就会瘀滞,凝固形成血栓。如果血栓发生脱落,就会造成血管堵塞,脱落血栓随着血液循环进入脑部造成栓塞,就会导致脑梗。

感觉“心慌”别大意 房颤呈年轻化趋势

什么人会得房颤呢?要英杰介绍,房颤的发生率随着年龄增加逐渐升高,所以老年人是房颤的高危人群,应每年定期体检筛查。但高血压、高血脂、糖尿病、肥胖、吸烟、喝酒、运动少和熬夜等都是房颤的危险因素,近年来房颤的发病已呈现出向年轻人转移的趋势。

要英杰在门诊上,经常遇到三四十岁甚至二十几岁的房颤患者,“有的年轻人患有高血压已有两三年时间,但从未规范治疗;还有的年轻人经常饮酒、刺激性饮料或者熬夜,长此以往也不知不觉诱发了房颤。”她说道,房颤大致分为阵发性房颤和慢性房颤,前者阵发性发作,常见于突然紧张、情绪激动、重体力劳动、急性感染等情况时,发作时会突然感到眩晕,



名医档案

要英杰 青岛市海慈医疗集团心律失常诊疗中心主任,集团心脏中心副主任,副主任医师,硕士,毕业于青岛大学医学院心血管病专业。山东省起搏与心电生理女医师学会委员、青岛市房颤及心源性卒中防治工作委员会委员、青岛市心电生理与起搏专科分会委员、山东省研究型医院协会心衰分会委员。从事心血管病诊疗近二十年,专注于各种心律失常的诊治,尤其擅长快速性心律失常的射频消融、起搏器的植入、先天性心脏病的介入治疗等。

此外还会有心悸、胸闷、多尿、尿急等感觉,若此时将手掌按于心前区可摸到快慢不等的心跳,按脉搏时也有强弱不一的感觉,心跳次数往往比脉搏次数明显增加。慢性房颤指房颤持续存在半年以上,也称为持久性房颤,会常有眩晕症状,严重者可能发生昏厥。

42岁的王先生平时从事互联网工作,工作压力大,但平时一直保持良好的生活习惯,坚持运动。在四年前的体检中,他被查出房颤,由于本身没什么症状,再加上平时身体健康,便没太在意。直到三个月前,王先生在晨

跑时突然感到强烈的呼吸困难……家属将王先生紧急送到医院,他被诊断为心力衰竭。导致王先生心衰的元凶,竟然是他从未在意的房颤。要英杰分析指出,房颤是持续进展性疾病,当患者长期耐受后,心慌、胸闷的症状感受可能会减弱,易误认为病情好转而放松警惕,还有一小部分房颤患者症状并不明显,这种“静悄悄”的威胁恰恰是最危险的:由房颤引发脑卒中、血栓栓塞以及心衰。“因此无论是年轻人还是老年人,日常应警惕心脏不适、心律不齐等症状,发现不适应及时就医,避免错过最佳治疗时机。”要英杰提醒。

射频消融术 点亮患者“心”希望

对于房颤的治疗手段,要英杰表示,主要包括药物治疗与射频消融治疗两种途径。“药物治疗不能根治,主要目的是防止血栓形成,预防脑卒中;而射频消融技术利用阻力性电热效应,放电消除血管中病变堵塞部分,房颤导管消融的成功率在逐步提高,大量临床研究已证实:房颤导管消融在窦律维持方面显著优于药物治疗,在降低住院率、延缓疾病进展、预防中风、症状改善与提高生活质量等方面都有非常好的效果。”要英杰说道。

工作十几年以来,对于射频消融技术的探索,帮助要英杰重新点亮了许多患者的生活。记得一位年仅27岁的陈先生出现了心功能不全、走路喘憋、活动耐力差等症状,被医院确诊为患有持续性房颤。“患者就医时心脏已发生病变扩大,病情危急。”在对病情做出明确诊断后,要英杰为患者做了射频消融手术,在近六个小时的消融手术治疗后,陈先生成功恢复了窦性心律,加之后续三个月抗心律失常药物的配合治疗,陈先生的房颤至今未复发。值得欣慰的是,后期的复查结果显示,陈先生的心脏也已恢复至正常心脏的大小。前不久一位70多岁、患有房颤多年的张阿姨,在接受射频消融手术后摆脱了困扰多年的“心悸”,前来复查时,她拉着要英杰的手说:“因为房颤,我以前每天都要犯晕眩、心慌、呼吸困难好几次,反反复复也控制不好,现在做完手术后,没有再出现原来的症状,真的感觉很舒服。”

“通俗来讲,房颤就好比是心脏电路老化,射频消融就是对这些老化漏电的电路进行修理。射频消融术的操作风险相对较小,比较安全。整个手术过程时间较短,术后恢复较快,并且成功率较高,复发率较低。”要英杰介绍,治疗房颤的消融手术都是采取微创技术,术后的伤口可细小到针孔级别,不会对患者以后的生活造成影响。除了射频消融,起搏器的植入、冠心病的介入治疗手术等,同样是她擅长的领域。

健康提醒

专家提醒,预防房颤要从控制“上游”危险因素做起。尤其冬季寒冷季节是心脏病、高血压的高发时节,也经常面临流感等病毒感染的风险,因此基础慢性病患者以及肥胖者,要控制高血压,遵医嘱按时服药,注意减轻体重。已发生房颤的人,要尽快进行抗凝治疗,以避免继发脑卒中。老年人还要注意保暖,并尽量避免清早活动。建议可在下午较为暖和的时候再进行锻炼,最好采取散步、慢跑、太极拳等较为温和的方式,避免激烈运动。