

# 中西医结合早防早治冠心病探析

李振雷 李晓丽

永年区东杨庄中心卫生院 河北 邯郸 057151

**摘要:** 冠心病发病率攀升, 中西医结合早期防治策略至关重要。中医强调“治未病”, 通过饮食调整、情志调护、适度运动预防疾病; 西医则注重控制危险因素, 利用药物治疗、介入和手术治疗降低发病率。中西医结合既发挥中医整体调理优势, 又利用西医先进技术, 为冠心病防治提供新思路。实践表明, 该策略能积极防治冠心病, 提高效率, 减轻患者痛苦。未来应加强中西医结合研究, 推动冠心病防治深入发展。

**关键词:** 冠心病; 中西医结合; 早期预防; 早期治疗

## 1 冠心病的定义及疾病特点

冠心病, 全称为冠状动脉粥样硬化性心脏病, 是一种由冠状动脉发生粥样硬化引起管腔狭窄或闭塞, 导致心肌缺血缺氧或坏死而引起的心脏病。第一, 其发病过程往往较为隐匿, 许多患者在疾病初期可能并无明显症状, 或者仅表现为轻微的胸闷、气短等不适感, 这使得冠心病的早期发现和诊断变得较为困难。一旦病情发展到一定程度, 患者可能会突然出现心绞痛、心肌梗死等严重症状, 甚至危及生命。第二, 冠心病具有高度的复发性, 即使经过治疗, 患者的病情得到了缓解, 但由于冠状动脉硬化的病理基础仍然存在, 患者仍有可能再次发病。冠心病患者需要长期进行病情监测和治疗, 以维持病情的稳定。第三, 冠心病还常常伴随着多种并发症, 例如, 由于心脏长期供血不足, 患者可能出现心力衰竭、心律失常等心脏疾病; 冠心病患者也更容易发生高血压、糖尿病等慢性疾病, 这些疾病之间相互影响, 使得病情更加复杂和难以控制<sup>[1]</sup>。第四, 冠心病的治疗需要综合考虑患者的具体情况, 不同的患者可能需要采用不同的治疗方法, 包括药物治疗、介入治疗以及手术治疗等。医生需要根据患者的病情、年龄、身体状况等因素制定个性化的治疗方案, 以达到最佳的治疗效果。

## 2 冠心病的早期预防

### 2.1 中医预防策略

中医自古就有着“治未病”的深邃智慧, 其核心理念在于防患于未然, 即在疾病尚未形成之前便采取措施, 以防止其发生。在冠心病的预防中, 中医强调整饮食结构的重要性, 中医认为, 饮食是维持人体生命活动的基础, 也是影响人体健康的重要因素。中医提倡保持饮食平衡, 避免过食肥甘厚味, 以免滋生痰湿, 阻塞血脉。中医还注重食物的性味归经, 提倡根据个人体质和病情, 选择具有活血化瘀、疏通经络作用的食物, 以预

防冠心病的发生。除了饮食调整, 中医还非常注重情志调护, 中医认为, 情志活动与人体健康密切相关, 过度的情绪波动会损伤脏腑功能, 导致气血失调, 从而增加冠心病的风险。中医提倡保持心情舒畅, 避免情绪波动, 通过调节情志来维护人体健康。中医还提倡适度运动, 以增强体质, 提高抗病能力, 中医认为, 运动可以疏通经络, 调和气血, 增强脏腑功能, 从而提高人体的抗病能力。适度的运动不仅可以预防冠心病的发生, 还可以改善冠心病患者的生活质量。

### 2.2 西医预防策略

西医在预防冠心病方面, 一直把重点放在控制危险因素上, 这也是现代医学防治冠心病的核心策略。这些危险因素包括高血压、高血糖、高血脂等, 它们都与冠心病的发病有着密切的关联。针对高血压这一危险因素, 西医通过药物治疗和生活方式调整来降低血压, 药物治疗包括使用降压药物, 如利尿剂、钙通道阻滞剂等, 以控制血压在正常范围内。生活方式调整也至关重要, 如减少盐的摄入、增加运动、保持良好的作息习惯等, 都有助于降低血压。高血糖也是冠心病的一个重要危险因素, 西医通过药物治疗和饮食控制来降低血糖水平。药物治疗包括使用降糖药物, 如胰岛素、口服降糖药等, 以维持血糖在正常水平。饮食控制也是关键, 患者应减少高糖、高脂食物的摄入, 增加蔬菜、水果等富含纤维的食物。高血脂也是冠心病的一个不可忽视的危险因素, 西医通过降脂药物的使用和饮食调整来降低血脂水平。降脂药物如他汀类药物等, 能有效降低血液中的胆固醇和甘油三酯水平。饮食调整也十分重要, 患者应减少高脂肪食物的摄入, 增加富含不饱和脂肪酸的食物, 如鱼类、坚果等。除了药物治疗和生活方式调整外, 西医还强调定期体检的重要性, 通过定期体检, 可以及时发现并干预冠心病相关危险因素, 从而防止疾病

的发生。体检项目包括血压、血糖、血脂等指标的检测,以及心电图、超声心动图等心脏相关检查。

### 3 冠心病的早期治疗

#### 3.1 中医治疗

中医治疗冠心病,深深根植于古老的医学智慧,以辨证施治为核心原则,为患者提供个性化、全面的治疗方案。在冠心病的治疗过程中,中医不仅仅关注疾病本身,更重视患者整体的身体状况和精神状态。辨证施治,是中医治疗冠心病的关键所在。中医医师通过望、闻、问、切四诊合参,详细了解患者的症状、体质、生活习惯等信息,进而确定其病因、病机和病势<sup>[2]</sup>。基于这些综合信息,中医医师为患者制定个性化的治疗方案,确保治疗的针对性和有效性。在治疗手段上,中医采用中药汤剂、针灸、推拿等综合治疗方法。中药汤剂以天然草药为主,通过配伍不同的药材,达到活血化瘀、舒经通络、调理脏腑功能的效果。针灸则通过刺激特定的穴位,调整人体的气血运行,改善心脏供血状况。推拿则通过按摩、揉捏等手法,舒缓肌肉紧张,促进血液循环,缓解患者的不适感。中医治疗冠心病的目的是缓解症状、改善病情,而非仅仅消除病症,在治疗过程中,中医不仅关注患者的短期疗效,更注重长期的身体调理和康复。通过综合治疗手段的应用,中医能够逐渐改善患者的心脏功能,提高患者的生活质量。值得一提的是,中医治疗冠心病强调整体观念,认为人体是一个有机整体,各个脏腑之间相互关联、相互影响。在治疗冠心病时,中医会综合考虑患者的整体状况,从调整脏腑功能、改善气血循环等多个方面入手,以达到标本兼治的效果。

#### 3.2 西医疗治

西医疗治冠心病已形成了一套完善且高效的治疗体系,主要包括药物治疗、介入治疗和手术治疗等多个方面。药物治疗是冠心病治疗的基石,通过使用抗血小板药物,可以有效减少血栓形成的风险,进而降低心肌梗死的发生率。扩血管药物则能够舒张血管,改善心脏的供血状况,从而缓解心绞痛等症状。这些药物在治疗冠心病过程中起着至关重要的作用,能够帮助患者控制病情,提高生活质量。对于部分冠心病患者,介入治疗是一种有效的治疗手段,通过冠状动脉球囊扩张术,可以扩张狭窄的冠状动脉,恢复血流。而支架植入术则能在狭窄部位植入支架,支撑血管壁,保持血流通畅。这些介入治疗方法具有创伤小、恢复快的优点,能够为患者带来显著的治疗效果。当冠心病病情严重到一定程度时,手术治疗往往是必要的选择。冠状动脉搭桥术等手

术方式能够重建冠状动脉血流通道,恢复心肌的血液供应,从根本上改善冠心病患者的病情。

### 4 中西医结合在冠心病早期防治中的应用案例分析

#### 4.1 中西医结合的临床实践案例分享

在冠心病的早期防治中,中西医结合的实践已经取得了显著的成效。以一位60岁的男性患者为例,该患者长期吸烟且饮食油腻,因出现轻微的胸闷、气短等症状来到医院就诊。在西医方面,患者接受了抗血小板、降脂等药物治疗,以减缓动脉粥样硬化的进程,降低心肌缺血的风险。中医医师根据患者舌脉症状,辨证施治,认为患者属于心血瘀阻证,治疗上以活血化瘀、通络止痛为主。开具了丹参、川芎、红花等中药汤剂,并辅以针灸、推拿等中医治疗手段,旨在疏通经络,调和气血,改善患者的心肌供血状况。经过一个疗程的治疗,患者的胸闷、气短等症状明显缓解,生活质量得到了显著提高。这一案例充分展示了中西医结合在冠心病早期防治中的优势<sup>[3]</sup>。

#### 4.2 中西医结合在早期冠心病筛查及治疗过程中的效果评估

在冠心病的早期筛查和治疗过程中,中西医结合的方法发挥了重要作用。以某社区医院为例,该医院采用中西医结合的方式进行冠心病早期筛查,通过西医的心电图、超声心动图等检查手段,结合中医的望闻问切四诊合参,提高了冠心病的检出率。对于筛查出的早期冠心病患者,医院采用中西医结合的治疗方案。西医方面,根据患者的病情给予相应的药物治疗,如抗血小板、降脂、降压等,以控制病情的发展。中医方面,则根据患者的体质和病情,辨证施治,采用中药汤剂、针灸、推拿等多种治疗手段,旨在改善患者的气血循环,增强心肌的供血能力。经过一段时间的治疗,医院对治疗效果进行了评估。结果显示,采用中西医结合治疗的患者,其心绞痛发作次数、发作持续时间以及心电图改善情况均明显优于单纯使用西医治疗的患者。这一结果充分证明了中西医结合在早期冠心病治疗中的有效性。中西医结合的治疗方案还能够降低患者的复发率,通过中医的调理,患者的体质得到了改善,使得疾病复发的风险大大降低,中西医结合治疗还能够减少患者的药物副作用,提高患者的生活质量。

#### 4.3 中西医结合在心血管康复中的应用体会

心血管康复是冠心病治疗的重要环节,而中西医结合在这一领域也展现出了独特的优势。在心血管康复过程中,西医注重患者的生理功能和运动能力的恢复,通过制定个性化的运动处方、饮食计划等,帮助患者逐步

恢复正常的生活和工作能力。而中医则更加注重患者的整体调节和心理健康。通过中药、针灸、推拿等手段，中医能够调节患者的气血平衡，改善患者的心理状态，增强患者的抗病能力。中医还强调“治未病”的理念，即在疾病未发之前进行预防和调理，防止疾病的复发和加重。在心血管康复中，中西医结合的应用能够实现优势互补<sup>[4]</sup>。西医的运动疗法和饮食管理可以帮助患者恢复生理功能，而中医的整体调节和心理健康干预则能够提升患者的生活质量。通过综合运用中西医的治疗方法，患者能够更快地恢复健康，减少疾病的复发风险。中西医结合在心血管康复中还能够提高患者的依从性和满意度。由于中医强调个体差异和整体调节，因此其治疗方案更加符合患者的实际需求和心理状态。

### 5 中西医结合在冠心病早期防治中的发展策略

中西医结合在冠心病早期防治中的发展策略，是当今医学界探索的重要方向之一。深化对冠心病发病机理的认识，冠心病作为一种复杂的心血管疾病，其发病过程涉及多个环节和因素。中医从整体观念出发，强调气血平衡和脏腑功能协调；而西医则注重解剖、生理和病理变化。通过中西医结合的方式，可以更全面地揭示冠心病的发病机理，为早期防治提供科学依据。发展中西医结合的早期筛查技术是关键，利用现代医学的影像学、生化检查等手段，结合中医的望闻问切四诊合参，可以提高冠心病的检出率，及时发现潜在患者。通过中医体质辨识、舌脉诊断等方法，可以对患者进行个体化评估，为制定精准的治疗方案提供依据。优化中西医结合的治疗方案是核心，在冠心病早期防治中，我们应充分发挥中医和西医各自的优势，制定个性化的治疗策略。中医治疗以辨证施治为核心，通过中药、针灸、推拿等手段调理气血、平衡阴阳；西医治疗则注重药物干预、生活方式调整等，旨在控制病情进展。通过中西医

结合治疗，我们可以达到标本兼治的效果，提高患者的生活质量。加强中西医结合的科研力度是推动发展的重要保障，通过深入研究冠心病的发病机制、中西医结合治疗的效果及作用机制等，我们可以为临床实践提供更有力的理论支持，加强国际合作与交流，引进先进技术和管理经验，也是推动中西医结合在冠心病早期防治中发展的重要途径。普及中西医结合的健康教育也是不可或缺的一环，通过宣传教育，提高公众对冠心病早期防治的认识和重视程度，引导人们养成健康的生活方式和饮食习惯，加强对中西医结合理念的宣传和推广，提高公众对中医的信任度和接受度，为中西医结合在冠心病早期防治中的广泛应用奠定社会基础。

### 结束语

冠心病防治任务艰巨，中西医结合展现独特优势。中医整体观念与西医技术结合，预防治疗冠心病，提升患者生活质量。但中西医结合仍需深入探索，需研究发病机理，探索有效治疗方法，加强理论与实践研究。相信在中西医结合道路上，冠心病早期防治将取得更大成效，为患者带来福音。

### 参考文献

- [1]杨哲君.杨雪峰.中西医结合早防早治冠心病探析[J].中医研究.2022.35(2):1-4. DOI:10.3969/j.issn.1001-6910.2022.02.01.
- [2]武宝安.中西医结合早防早治冠心病探析[J].饮食保健.2022(27):141-144.
- [3]高爽.王臻楠.顾耘.血管内皮细胞功能障碍与动脉粥样硬化关系的研究进展[J].中西医结合心脑血管病杂志.2018.(20).DOI:10.12102/j.issn.1672-1349.2018.20.013.
- [4]陈冬杰.郭永宁.张为章.等.陈伯钧教授治疗冠心病经验探析[J].中国中医急症.2017.(5).DOI:10.3969/j.issn.1004-745X.2017.05.020.