

肺心病心力衰竭的治疗与日常注意事项

刘 春

(四川省南充市高坪区人民医院,四川 南充 637100)

今天,要向大家科普一种疾病,那就是肺心病心力衰竭,听到这个名字,大家可能会觉得好陌生啊,根本没有听过对不对?如果让大家从字面上来理解,大家觉得会是什么样的一种疾病呢,也许有人会说不可能和肺部或者心脏有关系。那么,事实上是什么呢?是不是和大家想的一样呢,今天,我就来为大家讲一讲关于肺心病心力衰竭的一些知识和治疗护理手段。

1 肺心病的症状表现

什么是肺心病呢?简单地用一句话来表述,就是慢性肺源性心脏病。这种病,在我国其实很常见,尤其是在冬季的时候,是这种疾病的高发期,一到冬天,病人的病情就会变得严重起来,但是到了夏天,却会病情减轻。那么,为什么一到冬天就严重呢?究其原因还是因为天气原因,一到冬天,空气干燥,而病人的气管很容易会被这种不好的空气质量刺激到,这样就会引起咳嗽,呼吸不畅等等状况。这种病最常见的症状是呼吸困难。患者会经常感到空气不足,呼吸不畅,大口呼吸仿佛都是一件很难办到的事情。正常人的呼吸根本不费劲,但是对于病人来说,却很困难。随着病情的加重,这种症状更是明显,有的时候轻微走动或者即使什么也不干,端坐在床上也会呼吸困难。

2 肺心病引起的心力衰竭

正常情况下,肺心病是先有缺氧,后有二氧化碳潴留,但这两个之后会交叉在一起,最后两者会合并引起心力衰竭和呼吸衰竭。通常来说,心力衰竭多为右心衰竭,它是由急性呼吸道感染诱发的。这种病症的出现多为身体的最低垂部位软组织出现水肿,并且具有对称性,另外,如果你用双手按压,会发现它会凹陷下去,但是却不会反弹回来。另外还有其他的症状是胸部位置产生积液,最常见的是两边都会出现积液,但是如果只有一侧有积液,那最常出现在右面。

3 如何治理肺心病心力衰竭

3.1 治疗

其实,总的来说,在医学上肺心病的心力衰竭并不好直接治疗,我们最应该做的,就是找到这种病的诱发因素,根据诱发因素,从诱发因素上做好控制。一般来说,诱发因素是慢性呼吸系统中出现的慢性炎症,就是因为这个炎症反复存在,得不到好的控制才会诱发感染,所以我们能做的就是尽量控制好感染,可以使用一些抗感染的药物。但如果使用抗感染的药物没有很大的效果,这个时候可以配合使用一些强心剂,这样可以改善肺心病,心衰的症状。

3.2 护理

3.2.1 吸氧。因为心力衰竭常常发生在急性呼吸道感染之后,所以也可能出现呼吸衰竭的症状。我们更加要注意保护呼吸道,在有流行性感冒的时候,要戴好口罩,不要去人流密集的地方,以免被别人感染。在天气骤变的时候,也要注意做好保暖防护,不要让自己轻易感冒。同时,我们也可以采用

吸氧的方法,从根本上来说,肺心病患者之所以会发病,就是因为缺氧,缺氧就会导致人体内红细胞增多,血液比正常人黏稠,而血液黏稠了,血流阻力增大,血液流动不畅,进而使心脏负担增加,心衰加重。鉴于此,那我们就可以对症下药,既然是缺氧造成发病,那我们就给病人吸氧,让他保持在一个不会缺氧的状态,这样就不会发病了。所以,我们可以每天给病人持续的低量的吸氧,只要保证有充足的氧气就行了。

3.2.2 锻炼呼吸肌。经常锻炼呼吸肌的话,对于肺心病是有很大的帮助的。它可以在一定程度上改善肺呼吸的功能,减轻患者的症状,延缓病情的加重。这里有一个小的锻炼方法,可以帮助患者锻炼呼吸肌。我相信只要坚持锻炼,病人的病情可以得到很大的改善。这个办法是缩唇呼吸法,顾名思义,就是减少用唇部来呼吸,更多的是用鼻子进行吸气,然后通过嘴进行呼气。呼吸的时候,唇部微微向里收缩,呈现出一种吹口哨的形状,然后胸部向前伸,做这个动作的要领是要深吸缓呼,慢慢来,不要太用力。每分钟的最佳次数是呼吸七到八次。缩唇呼气可增加呼气出口阻力,保持小气道压力,防止小气道狭窄陷闭,对降低动脉二氧化碳分压有益,是一种减轻气急和改善通气效率的有效方法。

3.2.3 多多自查。从医院出院,平时在家的時候,患者可以通过痰的颜色来判断自己的病情状况。口痰颜色原本是白的,如果发现颜色变成黄的,痰量由少变多,痰的质地由稀变稠,那么就要紧张起来,因为这些都是肺心病急性加重的征兆,这时候要赶快就医;还有体重的变化,如果体重突然上涨2千克以上,也不要不当一回事,认为可能是自己多吃了几碗饭的事,其实不然,很多时候,是病情发生了变化,所以我们病人和家属要时刻保持警惕心,有细微的变化赶快去医院做检查,排除一切可能的祸端,早检查,治疗,才能好的更快。

3.2.4 饮食、运动、作息都要注意。在饮食上,还是要选择清淡的菜谱。因为这种病的病程长、消耗大,同时由于右心功能不全致胃肠道淤血,因此肺心病患者应注意多吃一些清淡食物。平时饭后也可以吃些水果,补充点维生素。在体育锻炼上,病人要做到适当的活动就行,可以做一些自己可以做到的就行,不要逞强,不能活动过猛,否则很可能会适得其反。在生活上,要戒酒,戒烟,这些有害身体健康的一定戒掉。尤其是烟,大家都知道,吸烟最伤害的就是肺部。心态上,要保持乐观的心态,不要太过激动,也不要太过悲伤,过激的情绪都对病情不好。

其实,肺心病患者一旦出现心衰就代表疾病已经很严重了,这个时期患者的心肺功能严重衰退,此时一定要注意,一旦不注意可能造成患者迅速死亡。所以这个时候,不仅患者自己要注意,家属更是要时刻关注,一旦发现病情有恶化的趋势,赶快送往医院,寻求医生的帮助。总而言之,不要担心自己的病,只要及早就医,听医生的话,我相信是有痊愈的一天的。