

了解肺心病，让你不再“伤感”

刘璐

(成都市新都区新都街道蜀都社区卫生服务中心, 四川 成都 610500)

在生活中，相信大家都听说过肺心病这类疾病，常常让人非常“伤感”，那么什么是肺心病呢？在医学上，我们是这样定义肺心病的：肺心病又称为肺源性心脏病，是因为各种胸肺或支气管病变，从而引发的肺部动脉高压，最终致使右室肥大的心脏疾病。许多的肺心病都是由气管炎、阻塞性肺气肿发展而成，有些是与支气管哮喘、肺结核等有关。肺心病会常年存在，较多发生与冬春季，在并发呼吸道感染后，会出现呼吸衰竭和心力衰竭等情况，有很高的致死率。肺心病的发生没有明显的男女差异，会因为职业因素出现差异，患病率分别是工人、农民和一般城市居民。此病是属于肺气肿的并发症，是一种会严重危害人体健康的疾病。



1 哪些疾病会引发肺心病

1.1 肺血管疾病

会累及肺动脉的过敏性肉芽肿病，广泛或反复发作的多发性肺小动脉栓塞和肺动脉炎，不明原因的原发性肺动脉高压，都会致使肺小动脉出现阻塞和狭窄等情况，导致肺部动脉血管阻力增加、肺动脉压力增高、右心室负荷增加，最终发展为肺心病。

1.2 胸廓运动障碍性疾病

严重的脊椎后部或侧部凸出，脊椎结核，类风湿性关节炎，胸膜大量粘连和胸廓成形术后引起的严重胸廓和脊椎急性，严重的胸膜肥厚，肥胖且肺换气不足，睡眠时呼吸障碍和神经肌肉疾病，例如脊椎灰质炎，都会使的胸廓活动受到限制，使得肺部和支气管受到挤压，从而出现扭曲和形变，致使肺部功能受到限制，气道引流不畅通，出现反复肺部感染，并发肺气肿，或是纤维化、缺氧、肺血管收缩和狭窄，使得阻力上升，导致肺动脉压力上升，最终形成肺心病。

1.3 支气管、肺疾病

最常见的就是因为慢性支气管炎并发阻塞性肺气肿，而引发的慢性阻塞性肺疾病，大约占据总数的85%，因此，慢性阻塞性肺疾病是引发肺心病的主要原因。然后是支气管哮喘、支气管扩张、尘肺、肺结核等疾病。

1.4 其他肺部感染

肺部感染会加剧低氧和二氧化碳潴留，致使肺小动脉痉挛、肺循环阻力增加、肺动脉压力上升，致使右心室负荷增加甚至失代偿。肺部的反复感染、低氧血症、毒血症等都会引起心肌

损伤和心律失常，甚至会导致心力衰竭；原发性肺泡通气不畅、先天性口咽畸形、睡眠呼吸暂停综合征等，都会引发肺心病；还有就是肺部切除术后、高原性缺氧等，亦会引发肺心病。

2 肺心病的临床表现

2.1 长时间咳嗽、咳痰

在肺心病的早期，会因为心肺功能处于代偿期，患者没有特定的症状，在安静时没有任何症状，很难被发现。然而，在运动之后，肺心病就有明显的早期症状，通常表现为长时间的咳嗽和咳痰。

2.2 呼吸困难、气短

例如上下楼梯或快步走路等轻微活动后，就会出现气短、心悸、心前区疼痛、物理、胸闷等症状，在休息之后会有改善。这些情况都是因为心肺功能下降，产生的病理变化表现，应当格外关注。

2.3 寒冷时咳嗽加剧

在寒冷季节来临时，肺心病患者的病情就会加重，咳嗽更加严重，痰液量变多、变浓。

2.4 嘴唇、指尖发紫

肺心病会致使心脏供血和供氧能力变差，所以，患者的指尖、嘴唇及周边会出现青紫色。

2.5 心跳加快、心律不齐

肺心病患者的心脏会受到很大伤害，会致使心脏加速跳动，而跳动又没有规律、不整齐。

3 肺心病的预防

预防肺心病的方法比较多，归纳起来，主要有以下几点：

一级预防，也就是病因预防。即预防产生支气管等疾病，避免这些疾病引发肺心病，进而达到预防的效果。①不吸烟。吸烟对身体有很大的危害，烟中含有致癌物质，通过呼吸道，进入肺部，对肺部造成一定的损害，为预防肺心病，我们应当不吸烟。若患有支气管炎的病人，应当立即戒烟，同时，还不能吸二手烟，不让有害烟雾进入体内，起到预防效果。②在生活当中，要注意身体，不要让自己着凉，尤其是在气候变换的季节交替时段，应当及时添加衣服，注意防寒。若身体受凉，会降低身体的抵抗疾病入侵的能力，也会让支气管收缩，可能触发病毒感染。③平时应当加强身体锻炼，强身健体，提高自身免疫能力，增强心肺能力。尤其是支气管炎患者，更应该在病情缓和阶段，锻炼身体提高身体抵抗力。④在生活当中，要保护好自己的生活环境，合理调节室内温度，避免烟雾、粉尘等污染室内空气，应当打开窗户，保持空气流通，提高空气质量，避免吸入粉尘等对呼吸道有害的物质。

二级预防。即肺心病病发初期，对这一疾病进行诊断和治疗，有效控制肺心病的病情，不让其恶化，同时，逐步恢复肺部和心部的机体功能，增强身体的抵抗能力。

三级预防。经过医生诊断，确认患有肺心病，这时，就应当听取医生的建议，合理接受治疗，积极让病情康复，防止对身体肺、心等部位的损害，让肺、心的功能得以发挥。