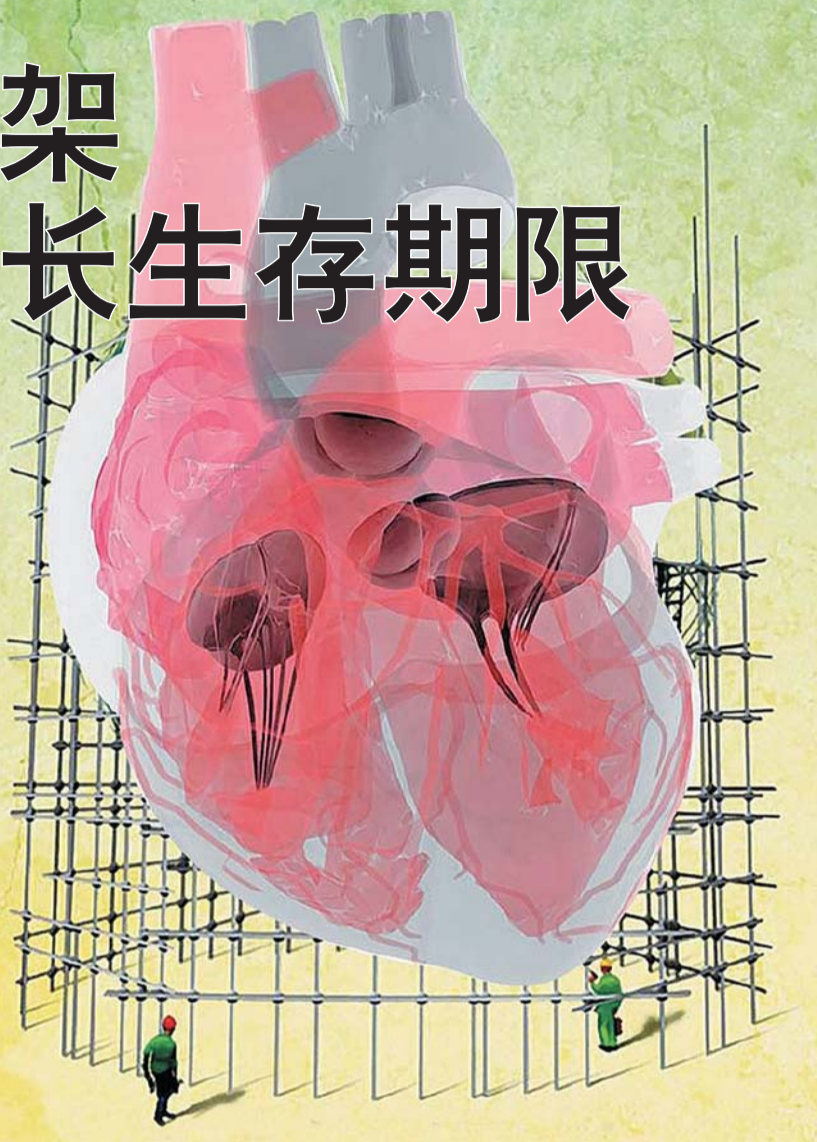


心脏支架不能延长生存期限

心脏支架又称冠状动脉支架,是心脏介入手术中常用的医疗器械,具有疏通动脉血管的作用。20世纪80年代初,一位阿根廷医生设想用支架撑开硬化、狭窄的心脏冠状动脉。1984年,中国进行了第一例心脏支架介入手术。如今,直径2-5毫米、重量不足万分之一克的心脏支架在心脏介入手术中被广泛应用。它为急性心梗患者快速疏通了血管,赢得生存机会,但过度使用心脏支架对身体造成的潜在危险也不容忽视。

本报记者 李钢 陈晓丽



养生堂 堂主:周霞

周霞,医学博士,山东中医药大学第二附属医院副主任医师,副教授,国家二级心理咨询师。毕业于上海中医药大学,得国医大师颜德馨教授私授,为“海派膏方”传承人。主攻中风、眩晕、头痛等疑难杂病的中西医结合诊疗及康复。主持国家级科研项目5项,省级以上科研项目多项,出版专著5部,发表论文30余篇,获国家发明专利2项。

正本清源话“眩晕”之三 慢性主观性头晕系列 静听心音

前面讲的白领、中年多头晕。职场人总说自己忙碌辛苦,压力山大。我们自主或不自主地贴上了各种“奴”的标签,比如“卡奴”、“孩奴”、“房奴”等,却不知道,追求各种“拥有”,正印证了我们内心的“空虚”。一位学者说过,现在的人,大多已成为“无心”的人了。因为追求的都是外在的东西,比如“高富帅”、“白富美”,不再反观一下自己的内心需求,问问自己从哪里来,到哪里去,甚至丧失了感受幸福的心灵触觉。那么多的明星,人前风光,谁知道他们正饱受头痛头晕、失眠焦虑甚至抑郁的折磨呢?

种种压力,貌似来自外在,殊不知都是我们那颗“贪得”的心在作祟!其实,工作只是生活的一部分,工作本身只是一个狩猎的过程,你还得学会享受你的猎物。倾听自己身体的声音,正如《道德经》里面讲的“静听心音”。我们的心(思想意识)掌握全身所有脏器的节奏,故《黄帝内经》说“心主神明”。内观自己,听到心音也就知道自己身体的节奏感,无须给自己太多戒律。正如当下流行的一种生活态度,叫“极简主义”,提倡“断、舍、离”。去除过多的浮华追求,要按自己的节奏去规律作息,这样能形成自己的生物钟,拥有符合你自己的昼夜节律。当眠则眠,当醒则醒,这样还会失眠吗?凡选择必听从自己内心的声音,这样还会扭曲自己吗?当你不扭曲自己的心性,有着自己的生物节律,内外协调,与环境和谐相处,就达到了真正的健康。这里的健康,不仅仅指的身体健康,也包括心理健康、良好的人际关系、与周围环境和谐相处。良好的精神状态会令你才思敏捷,自然也不会头昏眼花如浆糊了。

且不要以“忙”来为自己的不规律作息找借口,那甚至连自己也骗不过。习大大够忙吧?可他透露,每一到两天就要给彭麻麻打电话问候!如果一个声称“深爱”你的男人,老是说太忙,没空给你打电话,只能说明一个问题,他并不爱你。他真要爱你,跟总统见面也会发一个短信过来。所以,“不能规律作息”也只能说明你不懂,不珍爱自己。再忙也可以在晚上加班到12点之前上床休息,起床之后好好给自己准备一份可口的早餐……当身体足够好时,它会有自己休息与劳作的节奏。困了就别扛着,醒了就别赖床,渐渐找到如此的规律。养生如此,人生亦应如此。

A 不少病人 被放了5-10个支架

现代人高脂饮食、缺乏运动的生活方式,使心血管疾病成为威胁人类健康和生命的主要疾病之一。心脏支架手术的发展初期,由于属于较新的治疗技术,只有一些大型三甲医院可以做。随着技术的进步和普及,现在二级医院也可以进行心脏支架手术了。

这带来了两方面的影响,一方面为需要做心脏支架手术的患者提供了治疗的便捷,同时也在一定程度上造成了心脏支架的过度使用。

国际上最权威的临床医学杂志——美国《新英格兰医学杂志》刊登过的一项研究认为,美国有近半数不该放心脏支架的人被放了支架。对此,中华医学会心血管病学分会主任委员、中国医师协会心血管内科医师分会会长胡大一教授曾公开表示,“我国滥用心脏支架问题并不比美国乐观。国外,很少有病人需要3个以上支架,可国内,不少病人被放了5-10个支架,这是明显的过度医疗。”

山东省心血管疾病介入质控中心常务副主委、齐鲁医院副院长陈玉国坦言,目前我国在支架应用中确实存在一些不规范的地方。

“有的患者被植入了五六个甚至十几个支架,这显然有些滥用。”一位不愿透露姓名的专家表示,滥用还体现在一些本不需要放支架的患者被放入了支架。曾经有媒体报道,一位74岁的患者体内被植入了13个支架。

“一般来说,当安置的支架达到3个及以上时,就需要做搭桥手术了,不能再继续无上限装支架。”薛一涛说,当血管大面积阻塞的时候,例如严重的糖尿病患者,就应该考虑搭桥手术,当然搭桥手术的前提是患者有存活的心肌。

那么,一个病人到底最多能植入几个支架?

据了解,国家相关部门对此没有明确限制。原卫生部制定的《全国医疗卫生系统“三好一满意”活动2011年工作分解量化指标》中明确规定,冠心病介入治疗患者需置入支架数超过3个,需经本机构心脏外科会诊医师会诊同意后实施。但是,不少专家坦言,这个规定并没有得到很好落实。

据中国医疗外科植入专业委员会统计,2000年我国心脏介入手术的数量仅为两万例,而到了2011年达到了40.8万例,增长了20倍。一方面这与现代社会心脏病发病率的急剧增长有很大的关系,另一方面却是心脏支架过度使用的结果。

B 放入支架后,血管狭窄仍可能复发

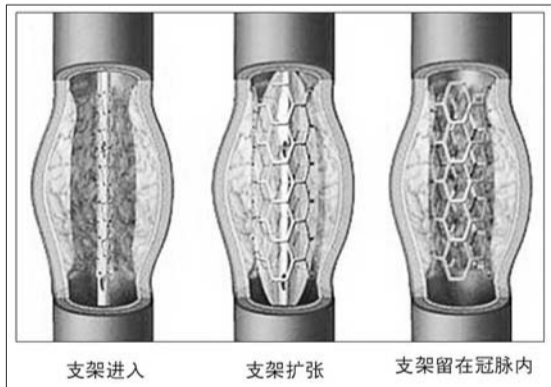
心脏支架最早出现在20世纪80年代,经历了金属支架、镀膜支架、可溶性支架的研制历程,主要材料为不锈钢、镍钛合金或钴铬合金。

无论哪种材料的支架,植入体内后就是永久性的,不可能再取出来。“对那些不符合指征的患者,随意植入支架其实有很大的风险。”省城某三级医院的一位专家介绍,支架本身也会对血管造成一定损伤,而且支架有断裂的风险,是“不定时炸弹”。

术期及术后长期管理等。

其实,即使是对符合指征放了支架的人,也不能一劳永逸。“复发性再狭窄和血栓仍是没有完全攻克的两难难题。”陈玉国说,患者放入支架后,一般需要终生服用药物,防止血栓的出现。

薛一涛认为,目前的研究结果表明,心脏支架手术并没有延长患者的生存期限,甚至对于有些患者来说,心绞痛的症状也没有得到有效减轻。



据国家药品不良反应监测中心通报,自2010年1月1日至2012年8月31日,该中心共收到涉及心脏血管内支架的可疑不良事件报告862份,其中可疑死亡不良事件报告48份。其中,85%的病例其死亡与临床操作和患者病情的发展密切相关,15%的病例死亡可能与支架相关。

虽然监测的心脏血管内支架的总体风险未见异常增高,仍在可接受水平。但该中心还是建议医务人员严格掌握适应症,规范手术操作过程,加强患者的围手

他说,对于稳定的心绞痛患者来说,介入治疗仅仅能够改善患者的心绞痛症状,提高运动的耐量,但是确实不能改善心绞痛的病程和结果,对于严重的病人,例如多支血管病变或者左主干病变,介入手术在生存率上也没有太大的优势。

“对于可装可不装的心脏支架,我建议就别装了。”薛一涛坦言,对于稳定性心绞痛来说,药物等保守治疗再加上生活方式的调整是最好的治疗办法,甚至可以说是唯一的治疗办法。

链接

支架手术后,关注四项指标

心脏支架手术后定期检查非常必要,包括检查血压、血糖、血脂、血黏度等。如果这四项指标不能保持在较好水平,患者在半年左右就会面临复发危险。原有高血压、糖尿病和脑血管病的病人,更要重视原发病的治疗和定期检查。即使没有原发病,也要每2-3个月复查一次,如果指标高于正常范围,就要积极采取治疗措施。

良好的饮食结构和饮食习惯有助于控制血脂和血压,从而防止冠脉再狭窄的发生。冠脉介入治疗之后,应以清淡饮食为主,蛋白质应该以鱼类为主,切忌暴饮暴食或进食过饱。多吃新鲜蔬菜、水果、瘦肉、鸡、鸭、兔、鱼肉、豆制品和奶制品等。不宜常吃或大量吃动物内脏、鱿鱼、蟹黄、蛋黄以及煎、炸、烧烤等类食品。