

甲亢可能会引发心脏病

董女士患甲亢已经三年,平时服药不太规律,未定期监测甲状腺功能。最近董女士又增添了心悸、气短、肢体乏力等症状,并且在活动后加重。经过细致检查,医生诊断其为甲亢和甲亢性心脏病。

什么是甲亢性心脏病

甲亢性心脏病又称甲状腺功能亢进性心脏病,是指在甲状腺功能亢进时,甲状腺素对心脏的直接或间接作用所致的心脏扩大、心房颤动、心力衰竭、病态窦房结综合征等一系列心血管疾病表现的内分泌代谢紊乱性心脏病。甲亢性心脏病是甲亢的一种严重并发症,对患者生命和健康的影响仅次于甲亢危象,是甲亢病人死亡的重要原因之一。

甲亢后一定会得甲亢性心脏病吗

甲亢后不一定会得甲亢性心脏病,大约有5%~10%的甲

亢患者有患甲亢性心脏病的可能。主要见于病程较长且治疗不规律的老年甲亢患者,但在长期患严重甲亢的青年患者身上也可发生。

需要注意的是,患甲亢后人体产热过多,散热增强,心率加快,容易引起心脏不适,让甲亢患者误以为自己得了心脏病,从而更加恐慌着急,反而对心脏带来不利影响。

甲亢性心脏病的发病机制是什么

一般认为,由于高浓度的甲状腺激素致机体代谢亢进、心跳加快、循环加速,持续的血液动力学超负荷状态引起代偿性心脏肥大,最终导致心力衰竭。

甲亢性心脏病有以下症状:

- 1.心悸。心悸是最常见的症状,其他症状包括运动耐力下降、劳力性呼吸困难、乏力等。
- 2.心律失常。窦性心动过速最常见,几乎见于所有甲亢

患者;心房颤动也是常见的心律失常,约15%的甲亢患者可并发房颤。

3.心脏扩大和心力衰竭。甲亢患者的心脏收缩和储备功能下降明显。长期的心脏超负荷和血容量增加会诱导心肌肥大,失代偿时出现心腔扩大。当伴有心房颤动或感染等其他诱因时容易发生心衰。

4.收缩期高血压。近1/3的甲亢患者伴有收缩期高血压,尤其见于老年患者。主要原因是血容量增加和心脏每搏输出量增加,而舒张压由于外周阻力降低而下降,导致脉压增大。

甲亢后饮食需要注意什么

- 甲亢患者饮食三宜:
- 1.宜高热量、高蛋白、高维生素饮食。
 - 2.可适当增加矿物质摄入,尤其是富含钾、钙、镁的食物,如香蕉、牛奶、玉米、黄豆、土豆、核桃仁、燕麦、南瓜籽。

3.补充充足的水分,每天饮水量建议在2500ml左右。

甲亢患者饮食四忌:

1.少吃碘含量高的海鲜,如虾蟹、紫菜、海带等,避免使用含碘盐或改用无碘盐。

2.避免饮用咖啡、浓茶,以减少交感神经兴奋。

3.甲亢突眼的进展与吸烟有明显的相关性,所以甲亢患者尤其伴有突眼者需要戒烟。

4.避免食用辛辣食物,如辣椒、葱、姜、蒜等。

一般说来,甲亢得到及时治疗,甲亢性心脏病会随之明显好转甚至痊愈。但如果诊治不及时,病程拖得较长,即便之后甲亢被控制或治愈,心脏病变仍继续存在,心脏永久性增大。因此,防治甲亢性心脏病关键在于早期正确诊断、及早正规治疗。

石家庄市人民医院内分泌二科主任 赵志刚

用药知识

患慢性结肠炎 不要用抗生素

长期腹泻,最常见的原因是慢性结肠炎,临床以长期和反复腹泻或便溏为主。很多患者认为结肠炎是感染所致,得消炎治疗,于是,氟哌酸、黄连素成了家常便饭,还有些人喜欢输抗生素,其实这是非常错误的。

急性腹泻有明确的诱发原因,可以根据情况短时间适当使用抗生素,但对于慢性结肠炎,完全不需要抗生素。长期使用抗生素,会导致肠道菌群失调,不仅起不到止泻作用,还会加重腹泻。

慢性腹泻在排除器质性疾病的情况下,可以适当服用益生菌类药物,腹泻严重可以配合止泻剂,如蒙脱石散等,同时在饮食上应忌食生冷刺激食物。

中日友好医院肛肠外科 王晏美

频繁打嗝需警惕

打嗝是一种正常现象,但如果打嗝持续24小时以上,或打嗝时伴有一些症状,可能是以下疾病的征兆:

1.胃部炎症。如果经常出现暖气、打嗝,甚至不吃饭也会不自觉地打嗝,有可能是胃部疾病。如果伴随上腹部隐痛、胃疼、餐后饱胀、食欲不振、胸痛或咽痛等症状,要及时找专科医生诊治。

2.中风。如果在打嗝的同时,还常伴有身体麻木、胸痛、视物模糊等症状,可能是中风的前兆。

3.肺炎。如果频繁打嗝的同时伴有咳嗽、痰多、憋喘等呼吸系统症状,可能是肺炎引起的,通过胸部X光检查可以确诊。除了肺炎,支气管哮喘、酒精中毒、痛风等疾病也可引起顽固性打嗝。

4.癌症。临床上已有一些因连续打嗝被查出癌症的病例,尤其是贲门癌。频繁打嗝,可能是贲门出了问题。

王程/文

老年人易躁易怒如何应对

很多人认为老年人的脾气暴躁与其自身的性格有关,不会轻易改变,但事实果真如此吗?

大多数老年人都处于缺少陪伴、长期被孤独感包围的状态,这种情况持续的时间久了,就会使老年人陷入颓废抑郁的困境,导致其性情大变,易怒易暴躁,有时还会迁怒于身边的人。如果这种情况不及时调整,老年人的心理问题只会越积越多,长时间郁结在胸会引起各种疾病。因此,性子急、脾气大、容易生病的老年人,需要及时调整心态。以下方法可以帮助老年人调整心态。

拥有精神寄托。老年人平时可以浇浇花、钓钓鱼、下下棋、跳跳广场舞,多到户外活动,多交朋友,多做自己感兴趣的事,有了精神寄托之后,心情也会慢慢好起来。

遇事不要钻牛角尖。老年人在日常生活中对于还没发生的事,别想太多;正在发生的事,别过于困扰;已经发生的事,就随风去吧。不该自己

管的事就放手,不要为了无关紧要的事情生气。

学会适当发泄。老年人和外界沟通相对较少,身体和情绪多处于比较压抑的状态,如果遇到事情再往心里装,无异于把情绪垃圾越积越多,会更加憋屈而难以消化。适当发火,把情绪表达出来,反而是在及时清理情绪垃圾。这种发泄并不是要老年人大发脾气,而是要通过其他和缓的方式,将积压的情绪垃圾“倒”出来。

除了社会因素、家庭因素外,疾病因素也会导致老年人心情烦闷。这种情况不是简单自我调整心态就可以解决的,需要找医生进行治疗。那么,哪些情况需要进行治疗呢?

甲亢。甲亢患者会有代谢增加及交感神经高度兴奋的表现。患者身体各系统的功能均可能亢进,出现心慌、心率增快等症状,对外界的反应会过分紧张,也容易出现暴躁的情绪。服用甲亢平等药物,可有效控制甲亢症状。

抑郁症。一些精神方面的



疾病也是导致老年人暴躁、易怒的直接原因。抑郁症临床典型的表现包括情绪低落、思维迟缓、意志活动减退,具体可表现为显著而持久的抑郁悲观。

血糖不稳。血糖升高会引起机体代谢功能紊乱,影响B族维生素的吸收,甚至导致人体内B族维生素的缺乏。当老年人缺乏B族维生素时,就会影响神经系统的稳定性,从而出现脾气暴躁、喜怒无常的现象。

缓解情绪不仅是老年人自己的事情,子女也要负起责任,多陪伴父母,了解老年人真正的需求,学会换位思考,帮助他们积极乐观地面对生活,这样才能尽快地帮助老年人战胜“坏脾气”。

周立华/文

骨折后便秘 或因活动量减少

李先生最近摔了一跤,导致胯骨骨折。胯骨骨折之后李先生开始便秘。那么,便秘和骨折有关系吗?胯骨骨折后又需要注意什么呢?

胯骨骨折和便秘没有直接的关系,但患者骨折后需要长时间卧床休养,导致活动量减少,造成胃肠道蠕动减慢,从而引起食欲下降,摄入食物及饮水量减少,使得肠道内容物减少,不足以刺激胃肠道正常蠕动,从而引发便秘。

另外,六十岁以上的老年人肠道功能易发生变化,消化液分泌减少、胃肠道蠕动减慢等,也是引发便秘的原因之一。

胯骨骨折患者手术治疗后可以在医生指导下做一些康复锻炼,主要是锻炼肌肉等组织,避免肌肉萎缩。胯骨骨折患者行动不便,饮食上需要以清淡为主,另外,可以多喝骨头汤、鱼汤等。

河南中医药大学第三附属医院骨科主任 李康

图说
我们的
价值观

我友善以福人



富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治
爱国 敬业 诚信 友善

人福我福

梧桐画社供稿

中宣部宣教局 人民日报 漫画周刊
中国网络电视台