

科学检查 守护心脏健康

冠状动脉是为心脏供血的关键血管,一旦冠状动脉出现狭窄、堵塞等情况,就可能引发冠心病、心绞痛,甚至心梗,严重威胁生命健康。因此,通过必要的检查手段及时了解冠状动脉等血管状态、及时诊断是非常必要的。其中,冠脉 CTA 和冠脉造影是临床最常用的两种检查方式。很多患者面对这两项检查时常感到困惑:这两种检查有什么区别?自己该选哪一种?针对这一问题,记者采访了有关专家,为大家详解相关检查知识,帮助患者正确选择,配合医生完成针对性检查,为心脏健康筑牢防线,远离心血管病困扰。



■科学检查,及时干预,保护心血管健康。

新华社发 朱慧卿 作

□本报记者 梁蕾

了解心脏检查

“心脏健康无小事,科学检查是前提。对于心血管病的诊断,临床较为常用的是冠脉 CTA 和冠脉造影两种检查方式。”石家庄市第五医院心血管内科诊疗专家马文晶表示,其中冠脉 CTA 全称为冠状动脉 CT 血管造影,是一种无创的影像学检查;该检查通过静脉注射造影剂,结合多层螺旋 CT 扫描,对冠状动脉进行三维重建,能够清晰显示冠状动脉的解剖结构,直观判断血管是否存在狭窄、钙化、畸形等问题,是冠心病筛查的重要手段。

冠脉造影全称为冠状动脉选择性造影,属于有创检查,检查时需将特殊的导管经大腿股动脉或手腕桡动脉穿刺后,送至冠状动脉开口处,注入造影剂,通过 X 线实时显影,精准判断冠状动脉狭窄的部位、程度、范围,是冠心病诊断的“金标准”;另外,在进行冠脉造影检查的同时还能直接进行支架植入等介入治疗。

正确认识优缺点

冠脉 CTA 和冠脉造影各自有着不同的优缺点,患者需根据自身病情的实际情况,遵照医嘱合理选择。一般来说,冠脉 CTA 由于是无创检查,无需穿刺动脉,仅静脉注射造影剂,检查过程简单、快捷,患者痛苦小,无需住院,风险相对较低,所需费用也较低;而且成像全面,能清晰显示冠状动脉血管壁、钙化斑块、血管走向等细节,对轻度、中度狭窄的筛查准确性高。“但同时也要了解到,冠脉 CTA 检查受心率影响较大,且冠状动脉钙化也会干扰判断。”马文晶提醒,在进行冠脉 CTA 检查时需要控制心率,若心率过快、心律不齐则会影响成像质量,可能导致检查失败;而且冠状动脉钙化严重时可能会遮挡血管,从而难以精准判断狭窄程度,易出现假阳性结果。

相对于冠脉 CTA,冠脉造影的优点则表现为诊断精准、诊疗一体,且适用范围较广。马文晶表示,冠脉造影是冠心病诊断的“金标准”,能动态、直观地显示冠脉狭窄的真实程度,不受钙化、心率影响,结果准确可靠;无论心率快慢、钙化程度如何,均可完成检查,适合各类复杂冠状动脉病变患者;而且在检查过程中若发现冠状动脉重度狭窄,可立即进行支架植入等介入治疗,避免二次检查。不过,由于冠脉造

影属于有创检查,需要穿刺动脉,因此存在穿刺出血、血肿、血管损伤等轻微风险;且检查时 X 线辐射剂量相对于冠脉 CTA 要高一些;另外,冠脉造影需要患者住院完成检查(检查前需要完善术前准备,术后需观察止血,一般需要住院 1—3 天)。

遵医嘱科学检查

在临床上,不少患者会由于相关检查的缺点而迟疑,例如担心有创检查所带来的伤害;或担心“查得不准”而要求多做检查。这其实都是不理性的。马文晶表示,选择检查方式无需盲目追求“精准”或“无创”,医生会根据患者的症状、病史、风险等级等综合制定最合适的检查方案,患者一定要遵医嘱,科学检查。

“还有需要提醒的是,无论是冠脉 CTA 还是冠脉造影,这两项检查均需使用造影剂。因此,肾功能不全、对碘造影剂过敏、甲亢未控制的患者,禁止进行检查。”马文晶提醒,对于适宜接受相关检查的患者,在检查后则需多喝水,以促进造影剂的排出。

相关链接 冠脉 CTA 和冠脉造影 适宜人群有区别

冠脉 CTA 检查适合人群:冠心病低、中风险人群,无明显胸闷、胸痛、心慌等典型心绞痛症状,但存在高血压、糖尿病、高血脂、长期吸烟、冠心病家族史等冠心病高危因素,需初步排查冠状动脉病变者;症状不典型的疑似冠心病患者,出现胸部隐痛、气短等不适,无法明确是否为心脏问题,需要无创检查进行初步筛查者;术后复查人群,如冠心病支架术后、搭桥术后,需定期复查冠状动脉血管通畅情况,无明显不适症状的患者;术前评估人群,如在其他外科手术前,需评估冠状动脉状况,排除严重冠状动脉病变的患者。

冠脉造影检查适合人群:冠心病高风险人群,出现剧烈、持续性胸闷、胸痛、压榨样疼痛等典型心绞痛、心梗症状,需快速明确冠状动脉病变程度者;无创检查提示异常者,如冠脉 CTA 检查发现冠状动脉重度狭窄、病变复杂,需要进一步精准评估者;需同步治疗的患者,如确诊冠心病,且血管狭窄程度达到手术指征,需要在检查同时进行支架植入、球囊扩张等介入治疗者;不明原因心衰、心律失常患者,经其他检查无法明确病因,怀疑由冠状动脉病变引起者。

健康贴士

循序渐进温柔“断奶”

□本报记者 梁蕾

母乳喂养可以帮助宝宝提升免疫力,促进婴儿的健康成长。不过,随着宝宝的成长、辅食的添加以及牙齿的发育等,宝宝总会面临“断奶”。在这一过程中,怎样做才能让宝宝顺利接受“断奶”,迈向成长的下一阶段呢?对此有关专家表示,“断奶”的过程应循序渐进,让宝宝逐渐适应。

“断奶即离乳,有意识地减少宝宝哺乳次数,逐步达到离乳,是最科学、最健康的离乳方式。”石家庄市妇幼保健院乳腺科主任康伟明表示,离乳可以说是宝宝人生中的第一场“分离”,因此在离乳时母亲应温柔以对,循序渐进,让孩子逐渐适应这一改变。当宝宝需要母乳时,妈妈就提供给宝宝;如果因其他的事情或食物让宝宝忘记了母乳这件事,那妈妈就悄悄地、不主动提醒宝宝,在这个过程中逐渐减低每天喂奶的次数。

另外,在离乳期,宝宝往往已经开始添加辅食了,乳汁不再是唯一的食物来源,对乳汁量的要求不如从前,因此在这一时期妈妈必须让乳房稍微松懈一些,没有特别涨奶就好,不需要刻意排空。根据乳汁的分泌原理,需要量越少,大脑指挥产奶量也会越少,这样慢慢的就可以达到完全离乳。另外,康伟明主任提醒:“在离乳期间,妈妈也要记得多给宝宝一些拥抱和肢体接触,用其他方式代替母乳伴随的亲密关系,从而满足宝宝的心理需求。”

“夏吃姜”该怎么吃

□本报记者 梁蕾

俗话说“冬吃萝卜夏吃姜,不用医生开药方”,夏季人们在避暑降温的过程中,难免因贪凉而出现受寒的情况,此时适当吃些生姜,就能够利用其温性而温中散寒、健脾开胃、发汗解表;同时还可以促进气血运行,改善因受寒或久坐空调房引起的四肢冰凉、肌肉关节酸痛等情况。具体来说,姜该怎么吃才能更好地发挥其保健作用呢?对此,石家庄市中医院中山院区脾胃科副主任张艳彬提醒,夏季吃姜要注意适量,并合理搭配,充分发挥其养生保健作用。

结合自身体质 适量食姜

虽然生姜的健康益处较多,但也不要一次吃得过多。过量食用生姜会刺激胃肠道,可能导致胃部灼热、胃酸过多、口干舌燥、便秘等不适,一般来说成年人作为日常保健,每天食用新鲜生姜的量建议控制在 10—20 克左右,大约相当于 2—4 薄片。“一些特殊体质人群需注意谨慎食姜,或避免食用。”张艳彬副主任提醒,根据中医辨证属于阴虚火旺体质或内热炽盛者应少吃或不吃姜,以免加重症状;严重胃病患者、特定服药期间人群以及孕妇等人群也应避免吃姜,或在咨询医生后根据具体病情、体质等决定是否可食用。

合理搭配 健康食姜

夏季食姜,可尽量选择新鲜嫩姜(仔姜)。嫩姜水分充足,纤维细软,其温性也相对和缓,不易引发口干、咽痛、便秘等“上火”症状,且口感脆嫩,非常适合切片凉拌、糖醋腌制(醋泡姜)、或作为爽口的佐餐小菜。

“此外,生姜与其他食材等进行搭配,也可以更好地发挥养生作用。”张艳彬副主任表示,生姜搭配补中益气养血的红枣、红糖制成姜枣茶,温而不燥,特别适合体质偏寒、气血不足、或经期怕冷的女性;紫苏解表散寒、行气宽中,陈皮理气健脾、燥湿化痰,与生姜搭配,可增强解表散寒、化湿行气的效果,尤其适合暑天贪凉受寒、感冒初起,或湿气困阻脾胃引起的腹胀、恶心、食欲差;醋味酸,能收敛姜的辛辣发散之性,因此可以吃醋泡姜,有助于开胃消食、温胃散寒,且不易“上火”;生姜配蜂蜜制成姜汁蜂蜜水,可润燥生津,适合咽喉稍有不适或怕辣的人群(注意水温不宜过高,以免破坏蜂蜜营养);体质偏热或需清热解暑时,可在绿茶中加 1—2 片生姜,能够起到清中有温、解暑不伤胃的作用(但不适宜体质虚寒者)。