



禅医官方微信号
Offical Wechat

地址：广东省佛山市石湾三友南路3号

官方网站：www.fscyy.com

参考资料：内科护理学第四版

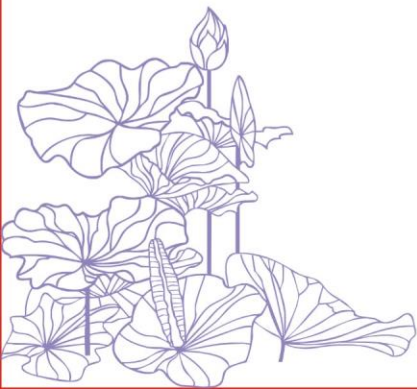
尤黎明 吴瑛（144-149）

心脏病病人生活宜忌与饮食调治

张黎明 赵虹（14、98页）

常见心血管疾病的防治与食疗

魏文康 周伯康（70页）

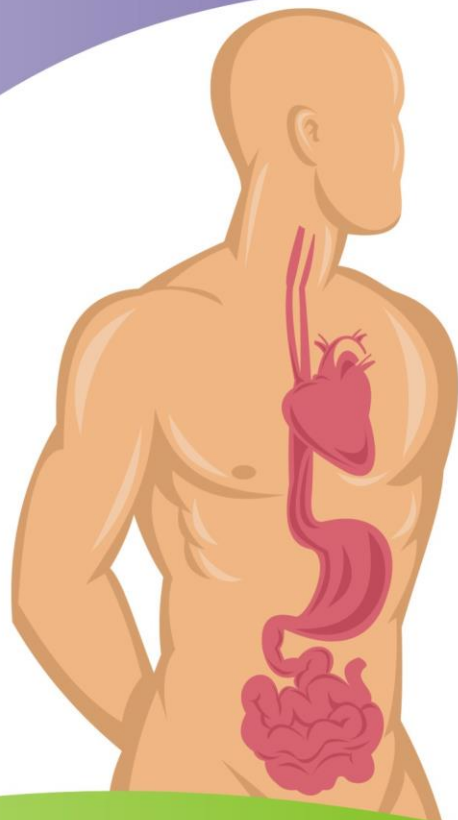


制作日期：2017年5月

编码：XZZX-折页-中文-015-01

心脏中心制作

认识风湿性心脏病



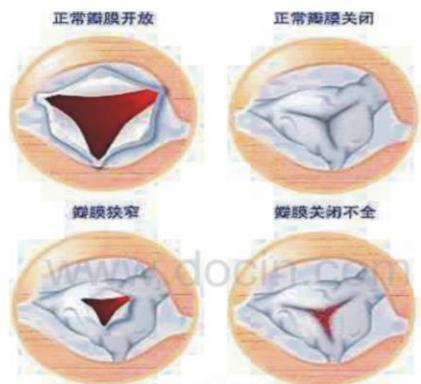
咨询热线：0757-82263333



佛山市禅城中心医院
Foshan Chancheng Central Hospital

什么是风湿性心脏病 >>

风湿性心脏瓣膜病简称风心病，是风湿性炎症过程中所致的瓣膜损害，主要累及40岁以下人群，女性多于男性。



风湿性心脏病有什么症状 >>

呼吸困难，最常见的早期症状；咳嗽，冬季明显，表现为卧床干咳；咯血，表现为血性痰或血丝痰，伴有夜间阵发性呼吸困难；声音嘶哑（较少见）；心绞痛；晕厥。急性心肌炎时，可出现发热、胸闷、心悸、气急、心动过速等症状，心率可达每分钟100~140次，与体温升高不成比例（一般体温每升高1℃，每分钟心率增加10次左右）。退热后或睡眠时，心跳仍较快，且脉搏细速。急性心包炎时，可出现剧烈胸痛，不能平卧。医生检查时可在心前区听到心包摩擦音。

饮食注意事项 >>

饮食以清淡为主，应高热量、高蛋白、高维生素易消化饮食，以促进机体恢复。避免进食燥热食物，较合适的食

物如新鲜蔬菜、水果、豆浆、白粥、清汤。少食多餐，避免进食过饱和进食油腻食物。

患者也应该做一些适当的体育锻炼，如：

散步 游泳 跳舞 太极拳

运动量应控制在最高心率100~120次/分钟

有以下情况时不适宜进行体育锻炼：

- (1) 心绞痛频繁发作，或休息时亦有疼痛；
- (2) 难以控制的明显的心律失常；
- (3) 失代偿的充血性心力衰竭（静息时气短，心慌，浮肿）；
- (4) 合并有严重的高血压病。

注意

如何预防病情加重 >>

- 1、注意休息，劳逸结合。避免重体力劳动、剧烈运动或情绪激动。
- 2、预防感染，预防感冒、扁桃体炎、牙龈炎等。保持室内空气流通，温暖、干燥，阳光充足。日常生活中适当锻炼，加强营养，提高机体免疫力，注意防寒保暖，避免感冒，避免与上呼吸道感染、咽炎的病人接触。在拔牙、内镜检查、导尿、分娩、人工流产等手术操作前告知医生有风心病病史，如须拔牙或做其他小手术，术前应用抗生素预防感染。
- 3、心功能不全者应控制水分的摄入，饮食中适量限制钠盐，以每日6克以下为宜，切忌食用盐腌制品。
- 4、服用利尿剂者应吃些水果，如香蕉，橘子等。
- 5、戒烟酒、浓茶和咖啡。
- 6、房颤的患者不宜进行剧烈活动，应定期到门诊进行检查。