

慢性心力衰竭患者 警惕地高辛中毒

地高辛是慢性心力衰竭患者的“老朋友”，它能增强心脏收缩力，减轻气短、水肿等症状。然而，地高辛的“治疗窗”非常狭窄，有效剂量和中毒剂量仅一线之隔。长期服药的患者容易引发中毒。

地高辛是“救心药”，也可能成“隐形杀手”。

本文将从地高辛“中毒原因、典型症状、急救措施、预防策略”四方面展开，教会患者和家属识别风险，科学应对。目标：提升患者对地高辛中毒的识别能力，降低用药风险。

为什么长期服用地高辛容易中毒

1. 药物的“双刃剑”特性

地高辛通过抑制心肌细胞内的钠钾泵，增加细胞内钙离子浓度能增强心肌收力。但这一机制也容易导致细胞内钾离子流失，引发心律失常。

2. 三大中毒高危因素

肾功能下降：地高辛80%通过肾脏排泄。老年患者、糖尿病或高血压导致的肾损伤人群，药物易蓄积中毒。

电解质紊乱：低血钾、低血镁、高血钙会显著增加中毒风险。

药物相互作用：

抗生素：如红霉素、克拉霉素会升高血药浓度；

利尿剂：(如呋塞米)导致低钾，加重毒性；

钙剂或抗心律失常药(如胺碘酮)：可能诱发恶性心律失常。

3. 用药依从性差

患者因症状缓解自行停药，导致血药浓度剧烈波动，极易中毒。

地高辛中毒的“十大信号”

中毒症状可能缓慢出现，也可能突然发作，表现判断：

1. 胃肠道：最早拉响警报

食欲减退、恶心呕吐、腹痛、腹泻：若排除了感染性胃肠炎，需高度警惕。

2. 视觉异常：典型中毒标志

眼前物体呈现黄色或绿色(医学称“黄视症”或“绿视症”)。视力模糊、复视：把一个物体看成两个。

3. 心脏症状：心率过慢；静息心率<50次/分，伴头晕、眼前发黑。心律失常：早搏、房颤、室性心动过速(可能猝死)。心衰加重：突发呼吸困难、下肢水肿突然恶化。

4. 神经系统：乏力、嗜睡：总感觉“累得不想动”。头痛、头晕：站立时加重，甚至晕厥。

精神错乱：胡言乱语、记忆力下降。

出现这些情况立即拨打120

严重心律失常：心跳极快(>120次/分)或极慢(<40次/分)，伴胸痛、大汗。

频繁呕吐、腹泻：导致脱水、电解质紊乱，可能诱发休克。

突发意识丧失：提示恶性心律失常或脑供血不足。

急救小贴士：

1. 立即停用地高辛。

2. 到最近医院做心电图。

3. 保留近期用药清单，供医生参考。

防患于治：三招远离中毒风险

1. 规律用药，严守剂量，每日固定时间服用，避免漏服或重复用药。禁止自行调药：症状改善，需医生确定是否减量。特殊人群注意：老年、肾功能不全者通常需更低剂量。

2. 定期监测“三大指标”

地高辛血药浓度：抽血前需

空腹8小时，且服药后6小时检测。安全范围：0.5~2.0ng/mL；>2.5ng/mL中毒风险剧增。

3. 避免“危险组合”

慎用药物：

抗生素：红霉素、四环素会升高地高辛浓度

利尿剂：呋塞米、氢氯噻嗪会导致低钾、低镁

钙剂/抗酸药：碳酸钙、铝碳酸镁会影响地高辛吸收，需间隔2小时

医生忠告：科学用药，地高辛并不可怕

规范使用下，地高辛仍是心衰治疗的“基石”。

地高辛中毒虽危险，但通过规律监测、科学用药和及时识别信号，绝大多数悲剧可被避免。慢性心衰患者需与医生建立长期信任，切不可因噎废食。记住：你的细心，是守护心脏的第一道防线！

〔作者：谢芳彬 三明市宁化县总医院 急诊科(心血管专业)、心血管内科 副主任医师〕

结节病 少见但易误诊

在南方湿润的气候里，很多人容易忽略一种“少见病”——结节病。结节病是一种病因未明的多系统累及的肉芽肿性疾病，以非干酪样上皮细胞肉芽肿为特征，可累及多个器官，最常见于肺部、淋巴结、皮肤和眼睛。这种病的病因还不清楚，但它会引发全身多个器官的肉芽肿结节，尤其爱攻击肺部和淋巴系统。因为症状五花八门，很多人会误以为是普通感冒或者内分泌问题，导致延误诊断。今天我们就通过一个真实病例，揭开结节病的神秘面纱。

26岁姑娘的奇怪症状

小芳(化名)今年26岁，两年来一直被口干、多饮、多尿折磨，连月经都停了。在当地医院查出血糖高达49.57mmol/L(正常值4~7mmol/L)，胰岛素治疗后血糖依然居高不下。医生进一步检查发现：胸部CT显示双肺门淋巴结肿大，垂体MRI提示垂体有结节、腹部MRI发现肝脏和脾脏多发结节，经过支气管镜淋巴结活检和肝脏穿刺，病

理报告显示典型的“非干酪样肉芽肿”——这是结节病的特征性表现。原来，小芳的糖尿病和闭经，都是结节病在作祟！

结节病的“狡猾”之处

结节病最让人头疼的就是症状太隐匿：肺部表现：咳嗽、气短，像普通呼吸道感染；淋巴系统：颈部或锁骨淋巴结肿大，摸起来硬邦邦的；皮肤信号：红色丘疹、结节，可能被误认为过敏；眼部表现：眼睛红肿、视力模糊，像结膜炎；全身症状：低热、乏力、体重下降。

南方湿润气候可能让免疫系统更敏感，结节病更容易被误诊为糖尿病、甲状腺疾病或普通炎症。小芳的病例就说明：内分泌紊乱、高血糖这些表面现象，其实是结节病在背后搞鬼！

结节病的治疗关键

小芳的垂体结节导致激素紊乱，肝脏脾脏结节影响代谢功能，这才出现糖尿病和闭经。经过糖皮质激素(泼尼松)规范治疗3个月后，她的血糖逐渐恢复

正常，月经也重新规律起来。

结节病的治疗以糖皮质激素为主，需要注意的是，糖皮质激素可能带来一些副作用，比如骨质疏松、体重增加、血压升高等。因此，医生会根据患者的具体情况调整剂量，并辅以钙剂和维生素D预防骨质疏松。对于累及重要器官(如心脏、神经系统、眼睛)的患者，除了糖皮质激素，还可以联合使用免疫抑制剂(如甲氨蝶呤、硫唑嘌呤)，以减少激素用量和副作用。

南北差异背后的秘密

北方风险高：干燥寒冷气候刺激呼吸道，工业粉尘多，结节病发病率是南方的1.5倍。

南方易误诊：湿润气候让症状更隐匿，医生警惕性低，平均诊断延迟比北方多6个月。

如何应对和预防结节病

远离刺激物：减少接触粉尘、化学气体，雾霾天出门戴N95口罩；规律作息：每天睡眠7~8小时，避免熬夜削弱免疫系统；均衡饮食：多吃富含维生素D的食物(鱼类、蛋黄)，

南方人尤其要注意补充；适度运动：每周150分钟中等强度运动，增强肺功能；医生特别提醒，南方地区的高湿度容易滋生霉菌和尘螨，这些过敏原可能诱发结节病。建议定期开窗通风，保持室内干燥，必要时使用除湿机。

结节病虽然少见，但并非不可战胜。南方朋友如果出现长期低热、淋巴结肿大或不明原因的内分泌紊乱，一定要想到这个“隐藏敌人”。早期诊断、规范治疗，大多数患者都能像小芳一样恢复正常生活。记住：当症状表现和检查结果不匹配时，可能是结节病在背后搞鬼！健康无小事，定期体检、关注身体变化，才能真正做到早发现、早治疗。

〔作者：许巧珍 福建医科大学附属漳州市医院 呼吸科主治医师〕