

## 大医生开讲

## 警惕“无声杀手”房颤



□本报记者 林颖

心脏如同人体内永不停歇的发动机,日复一日地维持着生命的运转。然而,当这个精密的“发动机”突然“打错节拍”,就可能引发一场健康危机——心房颤动(简称“房颤”)。

这个隐匿的“心脏杀手”,正悄然威胁着越来越多人的健康。更令人担忧的是,若不及时干预,房颤患者发生中风的风险高达30%,且后果往往十分严重。

6月18日,福建卫生报《大医生开讲》直播间特邀福州大学附属省



更棘手的是,并非所有房颤患者都有明显症状。林亚洲强调:“临床上有1/3至1/4的患者症状轻微甚至毫无感觉,他们往往因为不了解病情,又担心治疗风险,而错失最佳干预时机。”

“很多所谓的‘无症状’患者并非真的没有不适。”林亚洲解释道,“有些患者在经过房颤治疗后才发现,原来长期疲劳、爬楼气喘,甚至夜间频



林亚洲

繁起夜等问题,都是房颤在作祟。”

立医院心内二科主任、主任医师林亚洲,福州市第二总医院心内科主任医师马国斌,以及福清市医院心内科主任、主任医师陈平三位心内科权威专家,共同为观众揭开房颤的神秘面纱,并详细解读其危害、早期识别及科学防治策略。

截至目前,本场直播多平台观看总量超35万人次。

### 01 “沉默的杀手”危害大: 中风、心衰风险倍增

“房颤发作时,心脏内脱落的血栓体积较大,极易堵塞脑部大血管,引发的往往是致残率极高的‘大中风’。”林亚洲指出,房颤导致的中风比普通中风更凶险,许多患者因此瘫痪在床,完全丧失生活自理能力,更有约10%的患者会直接因此丧命。

除了中风,心衰也是房颤的常见并发症。陈平援引数据指出:“房颤十年患者的心衰发生率可达30%。这是因为长期房颤会损害心肌结构,导致心肌纤维化,同时使心脏泵血效率下降约25%。”

“房颤十年患者的心衰发生率可达30%。这是因为长期房颤会损害心肌结构,导致心肌纤维化,同时使心脏泵血效率下降约25%。”

### 02 智能设备助力早发现: 如何揪出“隐形杀手”

既然房颤危害如此之大,如何才能尽早发现它呢?

马国斌介绍,常规心电图可以诊断持续性房颤,但对于阵发性房

颤(即间歇性发作),可能需要24小时甚至72小时的动态心电图监测才能捕捉到异常信号。

“如今,智能设备的普及让居家监测成为可能。”马国斌建议,“如果发现自己的心率忽快忽慢、毫无规律,就要警惕房颤发作。”马国斌特别提醒,虽然智能手环、电子血压计等设备能提供参考数据,但它们有时会把早搏误判为房颤,因此监测结果仍需由专业医生来解读。

### 03 抗凝治疗是把“双刃剑”: 如何平衡中风与出血风险



陈平

直播中,陈平分享了一个令人惋惜的真实案例:一位高血压合并房颤患者,因嫌定期抽血监测麻烦,没有坚持服用抗凝药华法林,结果确诊房颤后没多久就突发中风导致偏瘫。“患者现在后悔不已,但为时已晚。”陈平惋惜地说。

马国斌强调,抗凝治疗是预防房颤患者中风的关键措施,但用药

必须严格遵医嘱,不能随意调整剂量或停药。

“对于服药后出现轻微出血症状的患者,可以先观察并咨询医生;但若发生消化道出血、脑出血等严重情况,则需立即就医。”马国斌说。

“对于无法耐受长期抗凝治疗的患者,左心耳封堵术是一个可行的替代方案,它既能降低中风风险,又能避免抗凝药物带来的出血问题。”陈平补充道。

### 04 微创手术迎来“第三次革命”: 射频、冷冻、脉冲消融如何选择

随着医学技术进步,房颤治疗已进入微创时代。林亚洲详细介绍了目前主流的微创手术方案:

射频消融术:通过导管释放射频能量,精准破坏心脏内异常电信号的组织,从而恢复正常心律。

冷冻消融术:利用超低温冷冻技术实现肺静脉电隔离,相较于射频消融,其操作更简单,安全性更高。

最令人振奋的是,被誉为“房颤治疗第三次革命”的脉冲消融术(PFA)已在国内多家医院成功开展。这种新技术手术时间更短,且仅针对心肌细胞,对周围组织(如食道、膈神经)的损伤极小,大大降低了并发症风险。

目前脉冲消融术仍处于第一代产品阶段,在适应症范围和长期疗效方面还需更多临床数据支持。“预计未来三到五年,随着技术迭代,会有更成熟、更经济的治疗方案问世。”林亚洲说。

#### 活动组织

主办单位:

福建卫生报、福建日报·新福建客户端

# 福建卫生报

倡导全民健康生活方式

公益广告

## 中国公民健康素养一起来学习吧

关注血压变化,  
控制高血压危险因素,  
高血压患者要做好自我健康管理。

