



科普进行时

在药物治疗过程中,经常有患者表示:“这个药确实有效,但吃了后会心悸,怎么办?”“这个药吃完我每分钟心跳只有五十几次,很难受。”那么,影响心率的药物都有哪些? 让我们一起去认识一下。

影响心率的药物有哪些?

加快心率的药物有哪些?

交感神经兴奋剂。代表药物包括肾上腺素、去甲肾上腺素和多巴胺等。它主要刺激肾上腺素 β 1受体和 α 受体,促进血管收缩并增强心肌收缩力。由于这类药物以注射剂型为主,常用于血压、心率过低等情况的抢救药。

甲状腺素。主要药物为左甲状腺素

钠,既为人体产生的激素,又可被制成药物作为机体缺乏时的补充。甲状腺素在加快人体新陈代谢、促进生长发育、维持体温等方面发挥着重要作用,但它也能够促进心脏收缩、加快心率、维持心脏的正常功能。

二氢吡啶类钙通道拮抗剂。代表药物包括硝苯地平、氨氯地平、非洛地平等。这类药物可减少钙离子通过慢钙通道进入心肌细胞、冠状动脉以及外周阻

力血管的平滑肌细胞,减少动脉平滑肌的张力,降低外周血管阻力和血压。在治疗初期,它们可能会出现短时间的反射性心率加快。

氨茶碱。代表药物包括口服剂型氨茶碱片和注射剂型二羟丙茶碱、多索茶碱等。氨茶碱能够通过包括抑制磷酸二酯酶Ⅲ和Ⅳ在内的多种作用扩张血管平滑肌,当血药浓度超过一定水平时,易导致心跳过速等不良反应。

阿托品。阿托品是胆碱能M受体阻滞剂,具有解除平滑肌痉挛、抑制腺体分泌、扩大瞳孔、升高眼压等作用,同时还能加快心率、扩张血管。在临床上,全身给药用于缓解内脏绞痛、诱导麻醉、迷走神经过度兴奋导致的缓慢型心律失常、休克、磷酸酯类中毒等。

硝酸酯类药物。代表药物包括硝酸甘油和硝酸异山梨酯;通过松弛血管平滑肌、扩张血管起到缓解心绞痛的作

用。然而,它们也可能出现心悸、头晕、体位性低血压等副作用。

减慢心率的药物有哪些?

β -受体阻滞剂。代表药物包括普萘洛尔、美托洛尔、比索洛尔等。 β -受体阻滞剂选择性作用于心脏肾上腺素 β 1受体,降低起搏细胞自律性、延长室上性传导时间来降低心率、心排出量及血压。此外,肾上腺素 α 和 β -受体阻滞剂阿罗洛尔、卡维地洛同样也具有减慢心率的作用。

非二氢吡啶类钙通道拮抗剂。代表药物包括地尔硫卓、维拉帕米。这类药物具有扩张冠脉和末梢血管,改善心肥大及延长房室传导时间等作用,也可能导致传导阻滞、心动过缓等不良反应。

洋地黄类药物。代表药物包括地高辛和去乙酰毛花苷。洋地黄类药物通过直接作用于心肌和血管平滑肌,以及间接作用于迷走神经,增加心肌收缩力,降低心率和房室传导率。

伊伐布雷定。是一种单纯降低心率的药物,只特异性对窦房结起作用,通过选择性和特异性,抑制心脏窦房结起搏电流来发挥降低心率的作用。

心率飘忽不定怎么办?

- 1.在使用药物治疗原发病时,一旦出现心率过快或过慢的副作用,切忌突然停药,以免出现反跳现象,加重原发疾病。
- 2.当发生心率过快或过慢难以耐受的情况,应及时向专业医师和临床药师求助,判断心率改变是否与所用药物存在关联,明确药物治疗的种类或剂量,以缓解副作用。如果专业人士判断治疗药物与心率变化无明显相关性,应戒烟限酒、适量运动,并保持轻松愉悦的心态,有助于维持适当的心率水平。
- 3.在无法通过调整治疗药物种类或剂量以改善心率异常时,临床医生或药师可能会建议患者加用一种能够提供拮抗心率异常作用的药物,与原药物协同,确保心率维持在合适的水平。

(王晨飞)

生活提示



春天是耳石症高发期

从临床就诊人数来看,耳石症在每年3月份前后会出现发病高峰。入春以来,许多人出现头晕的情况,经检查发现,大部分是由耳石症所致。这种现象通常与日照时间、激素波动等因素密切相关。经过漫长的冬天,人们日晒时间偏短,体内维生素D含量不足,从而增加耳石症的发生风险。

从理论上而言,任何可能导致耳石脱落的因素,都有可能诱发耳石症,如激素水平变化、血压、血脂波动等,这些因素可能导致内耳供血不足,引发耳石症。

出现这些症状需高度警惕

耳石症,又称“良性阵发性位置性眩晕”,是一种常见的引起眩晕的内耳疾病。耳石的本质是无机碳酸钙结晶,这些小结晶原本紧紧黏附在内耳中。然而,一些诱发因素如疲劳、外伤、内耳缺血、年龄较大、骨质疏松等,会让这些小结晶脱落,掉到旁边的半规管里。当头位改变时,耳石就会因重力作用在半规管里滚动,产生加速度,出现眩晕。当保持头部静止时,耳石随重力掉到最低处时,便不再滑动,眩晕就会消失。由该病症引发的头晕可以从这几个方面鉴别:

古语云:“春气者,诸病在头”。有一种晕就容易在春天发生,一旦发作便感觉天旋地转,让人恶心想吐,甚至走不成路……这便是“耳石症”。有研究显示,春天,尤其是3月份左右,是耳石症的高发期。

春季高发,小心耳石症

- 良性。**即有自限性,大约1周左右可自行缓解,尽管这期间可能会经历极度头晕和恶心,外出时还可能存在跌倒的风险。
- 阵发性。**即每次发作持续几秒或数十秒,很少超过1分钟。
- 位置性。**即头一动就晕,如早晨起床、半夜翻身时,躺下的一瞬间,抬头、低头时出现晕感,而头部静止时晕感消失。
- 眩晕。**即晕的感觉是天旋地转,可能会出现恶心想吐,甚至无法正常行走。

发作后,首选手法复位

耳石症是一种良性疾病,一般可自愈,多数患者在发病后一周到一个月内,眩晕感会自动消失。然而,在疾病发作期间,患者会较为痛苦,此时应首选眩晕门诊就医,若医院无眩晕门诊,可选耳鼻喉科或神经内科就诊。在治疗方面,首选耳石手法复位,必要时还可适当给予药物治疗,如前庭抑制剂及改善循环类药物。

通过手法复位,大部分人的眩晕症状会得到缓解;但也有患者复位后仍觉眩晕,这是前庭功能尚未完全康复所致。此时耳石已回归原位,无需过分担忧,适当活动有助于加快康复。

这几件事可预防耳石症

耳石症的发作诱因比较明确,如过度劳累、缺少睡眠、高血压、高血脂等导致内



耳供血不足,均可诱发耳石症。控好以下因素有助于预防耳石脱落。

避免过度劳累。长时间疲劳可能会造成内耳小动脉发生痉挛、缺血,从而诱发耳石症,尤其是年轻人。

合理晒太阳与补钙。由于耳石内含碳酸钙结晶,如果发生骨质疏松,局部结构的变化会增加耳石脱落风险。通常,每天在阳光下晒20分钟,即可满足机体所需;儿童和老人的日晒时间可适当调整,但一般不超过30分钟。建议成年人每天喝300克纯牛奶、酸奶,或食用30克奶酪;每天吃300~500克蔬菜,其中深绿色蔬菜占一半;50~100克豆制品,如豆腐、豆干等。

保持充足睡眠。压力大、睡眠不好等情况,可能会造成内耳小动脉缺血。因此,尽量保证每晚有7~8小时的睡眠,减少熬夜。

积极控制相关疾病。如梅尼埃病、中耳炎等,可能会导致半规管缺血损伤,诱发耳石脱落。高血压、高血糖、心血管疾病等,也可导致内耳血液循环不良,引起耳石脱落。

前庭康复训练。耳石症患者痊愈后,可在医生指导下加强前庭康复训练,对降低复发有一定帮助。
(综合自新华社、《生命时报》)

我的健康我做主

晚上舍不得睡,熬夜追剧看手机,白天提不起神,靠咖啡浓茶续命?殊不知,长期睡眠不足或失眠,不仅会导致工作、学习状态低迷,还会增加心脑血管疾病的发生风险。

好好睡觉 别让心血管闹情绪

睡眠质量差 连累心血管

有研究发现,睡眠障碍会增加心血管疾病的风险。《中国心血管健康与疾病报告(2019)》中明确,睡眠障碍已成为心血管疾病的独立危险因素。2022年,美国心脏协会在心血管健康评估体系中也新增了睡眠健康这一重要指标。

如何界定睡眠不好?睡眠质量差常表现为入睡时间长,清醒次数增加,睡眠效率降低等。与睡眠质量良好者相比,睡眠质量差的女性和男性患心血管疾病的风险分别增加13%和17%。此外,入睡困难或维持睡眠困难还与急性心肌梗死发生密切相关。

这个时间睡觉 心血管病风险低

在日常生活中,保持规律的生物钟,使机体适应昼夜周期变化,有益于心血管健康。而熬夜、倒班等行为会使睡眠时间延后,导致昼夜节律紊乱,从而增加心血管疾病的发生风险。成年人晚上10~11点入睡是心血管疾病风险较低的区间,而11~12点入睡

者心血管疾病风险增加12%,12点以后入睡者的风险增加25%。值得注意的是,过早睡也不利于健康,10点前入睡的成年人,患心血管疾病风险也会增加24%。

睡不够7小时 身体会怎样

对于成年人而言,睡眠时长7~8小时是心血管疾病风险较低的区间。换言之,睡眠过短或过长均不益于心血管健康。有研究发现,与睡眠7~8小时相比,睡眠时长在5小时及以下时,脑卒中和严重冠脉事件的发生风险分别增加10%和3%;而睡眠时长在10小时及以上时,上述风险分别增加12%和22%。

这种打呼噜 未必是好事

打鼾被分为三个类型,由轻到重分别是:轻度打鼾声音很小、频率低,不影响自己,对伴侣没有影响或影响很小;原发性打鼾声音较大、频率高,对伴侣影响大;阻塞性睡眠呼吸暂停相关的打鼾不仅声音大、频率高,对伴侣和自己都有影响。阻塞性睡眠呼吸暂停是一种常见的睡眠呼吸障碍性疾病,表现为睡眠过程中呼吸道反复狭窄或塌陷,导致短暂觉醒和

间歇性低氧血症。其与心血管疾病密切相关,不仅增加心血管疾病的发生风险和严重程度,还影响疾病预后。

患心血管病 会降低睡眠质量

睡眠障碍和心血管疾病存在双向关系,心血管疾病患者出现睡眠障碍的风险也会增加。

心血管疾病患者常有高血压、糖尿病、吸烟、肥胖等危险因素,它们都可能导致睡眠障碍的风险增高。睡眠障碍在顽固性高血压的成年患者中非常普遍,而2型糖尿病患者的失眠患病率为39%,是一般人群的4倍。

用对方法 一夜好眠

良好的睡眠,与规律运动、合理膳食一样重要,都是健康生活方式的重要组成部分。规律作息、适量运动、健康饮食都有助于良好睡眠习惯的养成。

睡前抛开电子产品。为保持良好睡眠,卧室需保持理想的温度、声音和光线。睡觉前,身体和心情应保持平静,不再思考工作内容或使用电子

产品。

运动累倒未必助眠。白天可以进行适量的运动,但晚上8点后应避免过量运动,以免大脑过于兴奋而无法入睡。睡前应避免饮食过饱,以及饮用茶、酒和咖啡。

早上起床不要太猛。要有相对固定的睡觉和起床时间,尽可能避免不必要的熬夜行为。

公告
2025年2月25日,我局稽查大队机动中队在崇州市大划街道创新路延伸段停放的白色大众牌小型轿车(车牌:川AKK46L)内查获卷烟双喜(软)300条、黄金叶(天叶)20条共2个品种320条,并依法予以先行登记保存。

请物主于本公告发布之日起60日内到崇州市烟草专卖局(地址:崇州市崇阳街道蜀州中路341号,联系人:李洋,联系电话:028-82270190)接受调查处理。若逾期不来接受处理,我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条及有关法律法规的规定,依法对涉案烟草专卖品作出处理。
特此公告。
崇州市烟草专卖局
2025年3月7日

科学辟谣

肺结节等于肺癌?

真相:不准确

肺结节在影像学上表现为直径<3cm的肺部阴影,既可能是良性病变(如炎症、感染、钙化灶等),也可能是恶性肿瘤。有调查显示,在高危人群筛查中,有四分之一可以发现肺结节,但其中90%以上都是良性的,真正发展为肺癌的比例较低。

对于肺结节的性质,需要结合影像学特征(如大小、形态、边界、密度等)综合判断。例如:钙化结节、边界清晰的结节通常为良性,而生长速度快、形态不规则的结节则需警惕。医生会根据风险评估,决定是定期复查还是进一步检查。

综上所述,肺结节并不等于肺癌。因此,在发现肺结节时,不必过度恐慌,在医生指导下定期随访,保持健康生活方式,有助于降低肺部疾病风险。

作者:潘战和 厦门大学附属中山医院肿瘤内科主任医师

科学辟谣平台(本报合作平台)

本版图片来自网络,请图片作者与本报联系,以付稿酬。