

什么是房颤？ 做好这些，莫让中风盯着你

文 | 张元媛

脑卒中，俗称“中风”，而房颤最大的危害就是中风，与普通人相比房颤患者的中风发生率要增加近 5 倍。因此，房颤的危害不容小觑。

什么是房颤？

房颤是“心房颤动”的简称，是临床上最常见的心律失常之一，房颤的发病率与年龄密切相关，具有较高的致死率和致残率，属于心脏的传导系统出了故障的结果。

房颤按发作时间大致可分为首诊房颤、阵发性房颤（ $\leq 48\text{h}$ ）、持续性房颤（ >7 天）、长时间持续性房颤（持续 ≥ 1 年）、永久性房颤等 5 大类。

房颤有哪些症状？

发作时心室率快而不规则，多在 120–180 次 / 分，节律绝对不整齐，心音强弱不等；少数患者无明显症状，或仅有心悸、胸闷与心慌；个别严重者头晕、晕厥、心绞痛、急性心力衰竭，甚至急性肺水肿，部分患者可出现体循环动脉栓塞，以脑卒中最常见。

房颤为什么会致中风？

房颤发生时可使心脏内的血流速度减慢，甚至可能停止，血液易在左心房的左心耳部位滞留，从而形成血栓，血栓脱落后可随血流入脑动脉，最终造成脑血管阻塞而导致缺血性卒中。

房颤较其他原因导致中风的危害系数更大。数据统计，房颤 1 年致残率升高近 1 倍，1 年死亡率升高近 2 倍，1 年卒中复发率升高近 4 倍，直接医疗费用增加 50%。

如何远离房颤性中风？

得了房颤，并不等于一定会脑中风，通过积极的治疗是减少中风发生的关键，这些招儿请收好：

首先，如发现不适，请至正规医院找专业医生就诊，并进行卒中风险评测；其次，要正确用药，如果评分结果显示有中风风险，应在医生的指导下服用抗凝药；最后，坚持长期规律服用抗凝药，抗凝药要坚持长期规律服用，不能时断时续。