

心房颤动（简称房颤或AF）

心房颤动，简称房颤，是最常见的持续性心律失常。

在美国，房颤累及大约270万人。心脏有一个电系统，为心腔提供信号，指示它们何时应该收缩（紧缩）或放松。房颤的病因是电信号紊乱，导致心脏上部的心腔（心房）发生颤动，从而失去了正常的收缩功能。房颤患者的心房跳动频率可高达每分钟300次，比正常人快大约4倍。发生房颤时，血液会滞留于心房，从而形成血凝块。如果血凝块从心房壁脱离，就可能引起中风。

除了导致中风，房颤还可能引起心力衰竭和其他症状，如疲劳、头晕和呼吸短促。房颤是一种进行性疾病，不及时治疗，可能会恶化，一旦恶化，房颤的发作会更频繁，每次房颤的持续时间也会更持久。房颤一旦引起症状，及时去就医十分重要，因为当房颤发展为持续性时，治疗会更加困难。

房颤的危险因素

即使坚持健康的生活方式且无其他疾病的人也可发生房颤。最常见的危险因素包括：

- 年龄大于60岁
- 高血压
- 冠心病
- 心力衰竭
- 心脏瓣膜病
- 未经治疗的心房扑动（另一种心律异常）
- 曾做过心脏直视手术
- 睡眠呼吸暂停

- 甲状腺疾病
- 糖尿病
- 慢性肺病
- 过量饮酒或使用兴奋剂
- 严重疾病或感染

房颤的症状

许多房颤患者根本感觉不到症状，而有些患者在一发生房颤时就会感觉到症状。房颤的症状因人而异，取决于年龄、房颤病因（例如心源性或其他疾病引发）以及房颤影响心脏泵血功能的程度。症状包括：

- 感觉过度疲劳或无力（最常见）
- 脉搏比正常值明显增快或不规律（忽快忽慢）

你知
道吗？

相比于无房颤患者，房颤会使中风的风险增加4-5倍。

在美国，房颤累及大约
270 万人。

- 呼吸短促
- 心悸（感觉心跳频率很快、力度很强或幅度很大）
- 日常锻炼或活动有困难
- 胸部感到疼痛、压迫、紧缩或不适
- 头晕、晕眩或晕厥
- 排尿增加（更频繁地如厕）

房颤的诊断和治疗

就诊时医生凭心电图（EKG）来诊断房颤。此外移动心电监测设备也可以诊断房颤，患者将移动心电监测仪佩戴在身上，可以更长时间地监测心电图。这些设备包括动态心电图监测仪（Holter）和事件记录仪。Holter监测仪可以佩戴1-7天，事件记录仪可佩戴几周。这些设备可以昼夜不间断地记录心电图，准确反映患者从事不同活动和休息时心脏是如何跳动的。一旦医生做出了房颤的诊断，就可以开始适当的治疗。

有多种药物可治疗房颤。对有些患者，可以进行心脏电复律，即对心脏进行治疗性电击以恢复正常（窦性）节律。对于药物治疗无效或对不愿使用药物

的患者，导管消融术是治疗房颤的另一种选择。导管消融术中释放的一种能量可以使一小部分引起房颤的心脏组织失活。

房颤会引起心脏血凝块形成而导致中风，所以医生通常会建议房颤患者服用血液稀释剂（抗凝药）来预防血凝块的形成。医生可以根据患者年龄和其他并存疾病（例如心力衰竭、高血压、糖尿病）来估计患者的中风风险，并权衡服用抗凝药的风险和益处。