

胸痛的诊断和治疗



隋爱平医师
乔治城大学医学院
家庭医学科临床助理教授

胸痛经常会使患者担心发生了心肌梗塞或其它心脏问题。从某种程度上说这种担心是好的，因为心肌梗塞发现得越早越好。但是引起胸痛的原因很多，事实上绝大多数去就诊的胸痛并非由心肌梗塞引起，而且许多时候甚至与心脏病无关。因此，决定导致胸痛的原因就变得十分重要。在绝大多数情况下医师还是会首先详细寻找和排除与心脏病有关的胸痛原因。在排除心脏病原因后，医师会考虑其它的胸痛原因。

一、心肌缺血引起的胸痛：
心脏通过冠状动脉来保持其自身的血液供应。在冠心病的患者

中，冠状动脉被脂肪沉积和钙化斑所阻塞，从而引起心脏血供不足而导致心绞痛。如果某一脂肪斑发生破裂而形成血栓，则部分或全部的动脉供应因此阻断，此时由此动脉供应的心肌就会发生梗塞和坏死。

怎样区别心肌缺血引起的胸痛十分复杂，本文无法详述。总体说来，详尽的病史和体检是诊断的基础。首先医师要问清胸痛的性质、具体位置、是否放射到身体其它部位、发作时间，以及改善或加重胸痛的原因。此外与胸痛并发的其它症状也十分重要，如气短、恶心、呕吐、盗汗、皮肤湿冷、心悸、疲劳、头昏以

及腹痛和腹部不适等等。此外患者是否已有心脏病的危险因素会提供很多线索。这些危险因素包括过去曾发生心绞痛或心肌梗塞、高血压、糖尿病、吸烟和高血脂等等。在详细体检的基础上，医师经常会做心电图检查，某些患者还需要检查心肌酶的水平。最后医师会把所有资料综合考虑。患者发生胸痛时不可轻视，某些严重患者需要拨打911电话送到急诊室处理。

二、其它胸痛原因：
复杂多样，包括胸壁疼痛、胃食

道返流、食道痉挛、食道破裂、食道炎、其它胃肠道疾病、心包炎、肺栓塞、肺炎、胸膜炎、气胸等。在具体诊断和治疗时需要患者和医师之间的紧密配合。

您可以致电 240-643-4765 或 email:peterasui@yahoo.com 提出您感兴趣的问题。欢迎您全家把爱平诊所作为您的医疗保健中心。爱平诊所的地址：604 South Frederick Avenue, Suite 200, Gaithersburg, MD 20877。

《长今医话》547

严格控制血糖就能远离“并发症吗？”



谭成医师先学西医是麻醉学专家23年★后学中医是中医经络学专家14年。精通用神经-经络-穴位诊病-治病-根治疼痛。特长：治疗各种疾病引发的疼痛-骨关节疼痛-胃肠痛-头痛-神经痛和痛经等。

《健康最值钱》武汉冠状病毒感染让人心惊胆战，目前已经传播到世界许多国家。新的冠状病毒不仅能破坏人体的肺脏，能破坏肺脏细胞的正常功能，造成肺部细胞纤维化而失去正常的氧气交换能力，还能使全身多脏器因为缺氧而衰竭人死亡。所以让人们越来越多的认识到世界上最宝贵的就是

生命。洗手，消毒，防护，隔离，封城等一切措施都是为了保住健康的生命。明白钱财再多健康丢了再多的钱财也是“过眼云烟”不属于你了。。可见，只要保重健康的身体，你的家庭和财富才属于您。

中西医兼备的疼痛专家谭成医师能为您的延年益寿保驾护航。他有西医临床麻醉主治医师的功底，还有中医经络穴道诊病治病的绝招。他能利用中医中药指经络推拿疏通等方法治疗各种疾病引发的“疑难(痛)病症”，尤其对各种颈椎、腰椎、背部脊椎骨、髋关节缺血损伤、膝关节神经疼的穴位经络治疗有特别专长研究。擅长治疗各种顽固性头痛、耳鸣、颈椎病、腰腿疼、股骨头坏死(缺血)女性功能低下，前列腺肥大阳痿等病症

健康就是财富。你知道吗？年仅34岁的阿拉伯联合酋长国副总统，阿联酋迪拜第一王子谢赫·拉希德，因为突发心脏病而去世。他可以找人替他开车，替他赚钱替他花钱，但没有人替他生病！替他死

亡。人生永远找不回来的就是命啊，命丢了他生前再富有也都等于零了。

●糖尿病是高血糖引起的吗？故而很多糖友在治疗过程中就会陷入一个误区，血糖降得越低越好吗？糖尿病专家说，其实血糖并非越低越好，糖尿病患者常伴有自主神经功能障碍，影响机体低血糖的反馈调节能力，增加了发生严重低血糖的风险。同时，低血糖也可能诱发或加重患者自主神经功能障碍，形成恶性循环。严重时还可能引起脑中风，诱发心绞痛、心力衰竭及心肌梗死等，加剧原有的视网膜病变。最近有研究证明老年二型糖尿病患者，低血糖会增加患痴呆症风险。造成糖尿病低血糖的原因有以下几方面：胰岛素或促胰岛素分泌类药物用量过大；未按时进食或进食过少；运动量过大或是酒精摄入，尤其是空腹饮酒等。总之，血糖不是降得越低越好，而是应控制在合适范围内，并在降糖同时警惕低血糖的发生。

●血糖范围如何控制才合

理？她建议一般以空腹血糖4.4~7.0mmol/L，非空腹血糖<10.0mmol/L为宜。对非糖尿病患者来说，低血糖症的诊断标准为空腹血糖<2.8mmol/L。而接受药物治疗的糖尿病患者只要血糖水平<3.9mmol/L就属低血糖范畴。

●少量多餐有助保持血糖平稳。保持血糖平稳是糖尿病患者血糖控制的基本要求之一。然而，部分糖尿病患者常出现血糖忽高忽低，很难控制至平稳状态。其原因往往是多方面的，包括糖尿病患者血糖调节机制受损，加之饮食控制不当、降糖药物使用不合理以及治疗依从性差，还有饮食、运动和药物之间不协调等，就可能引起血糖出现大的波动。

●血糖忽高忽低会增加糖尿病肾病的风险。血糖如果长期处于忽高忽低的波动状态，容易导致出现低血糖反应，并增加出现视网膜病变及糖尿病肾病的风险。为避免血糖波动，糖尿病患者应在协调好饮食、运动和药物三者的关系基础上，应特别注意少量多餐和定时

定量进餐。在上午10点左右、下午3-4点及睡前1-2小时“三个时间段”应注意加餐。糖尿病患者可根据自身营养和血糖情况选择加餐的食物。在控制好总能量的情况下，可选择适量的燕麦片、苏打饼干和烤馒头片等；在血糖状况允许的情况下，可选择适量的低糖水果，如柚子、猕猴桃和草莓等；对血糖控制不良者，可考虑选择西红柿、黄瓜和生菜等。

●日常如何保持血糖平稳：1. 足够的睡眠时间：糖尿病患者要坚持每天晚上10点入睡，并保证八小时的充足睡眠。大量研究表明，睡眠不足所导致的血糖和胰岛素水平异常。2. 坚持运动：步行是最容易坚持的运动，不受场地限制。经络穴位疏通推拿也能控制血糖水平。3. 更好地控制保持好心情：日本的科学家研究发现，如果晚餐后看一场轻喜剧，笑一笑，放松紧张的神经，能降低血糖水平。诊所还有出诊服务为有突发情况的病人，请拨打《疑难病症康复中心》301-251-8777 谭成医师。他的网站 www.ctchina.us 办公室地址：18514 Office Park Dr Montgomery Village Ave MD 20886 (近270# 355#124#路，盖城图书馆)

中医西医疼痛学专家，免费看病诊断！
3-045
中医疼痛整骨推拿
《北方老乡诊所》

精通：
●整骨推拿、穴位诊病治病、根治疼痛
●免费车祸看病、关节疼痛、腰腿疼、坐骨神经痛、坐立难安、阳痿特效秘方
●意外滑倒受伤，有20年中美合作律师

家诊服务
★另设：抗老年痴呆调理 接受车祸
★监护：家庭巡诊治疗 藏药蒸熏
★足浴：治腿膝关节 腰腿关节疼

谭成 医师 全时电话：301-251-8777
诊所地址：微信：1906595510 网络预约：www.ctchina.us
18514 Office Park Dr Montgomery Village ave MD 20886(近Lakeforest Mail)

爱平诊所
Gaithersburg Family Medicine
美国家庭医师专科文凭、美国家庭医师协会会员

隋爱平 医师
Aiping Sui MD
积累多年丰富的临床经验 接受多种医疗保险及自费
预约电话：240-404-6423

徐唯 医师
Wei Xu MD
周一至周六全日门诊

各种内科、外科、妇科、儿科、皮肤科、神经科、常见疾病。成人及儿童常规体检、预防接种、各种外科门诊手术及外伤缝合、清创。

604South Frederick Ave, Suite 200, Gaithersburg, MD 20877 在355大道和West Deer Park Road 交口处 3-050

中华堂中医馆
●中医门诊 ●针灸 ●中药 ●推拿 ●刮痧 ●拔罐 ●中医养生

中医内科：心脑血管疾病、肠胃病、肝胆病、过敏、哮喘、妇女痛经、月经不调、不孕、乳腺病、更年期综合征、性功能障碍、慢性疲劳综合症、失眠、头痛、抑郁、等。

针灸推拿科：面瘫、偏瘫、四肢瘫、全瘫、小儿脑瘫、中风后遗症等；腰痛、背痛、坐骨神经痛、颈肩综合征、网球肘、膝痛、扭伤、运动伤害、车祸后康复治疗、养生穴位推拿等。

中医美容：雀斑、黄褐斑、粉刺、酒渣鼻、脱发、减肥、等。

中药：针对每一位病人的病情定制配方。

中医养生保健
受理多种保险，自费优惠 精治车祸伤害，为你争取权益。
预约电话：202-818-9161 www.AmericaTCM.com
诊所地址：8935 Shady Grove Ct, Gaithersburg MD 20877

United Primary Care, LLC.
张宇 内科医师
Michael Zhang, M.D.
24年在美执业经验
医术精湛 服务全面 耐心周到
3-120
主治：内科各种慢性疾病(糖尿病,高血压,高胆固醇,关节疼痛和病变).
专治:Lymes 病,吗啡类戒瘾治疗

提供：健康年检、学生体检、移民体检、肿瘤普查
全面接受新病人，接受各种医疗保险和自费
电话：703-775-1004 传真：703-775-1007
地址：1860 Town Center Drive, Ste 320, Reston, VA 20190

全生中医针灸 中医内科 中医妇科
3-002

北京中医药大学中医硕士
中国中医科学院中西医结合博士
美国乔治城大学医学院博士后
河南中医学院客座教授
3项国家专利，7部中医专著
25年行医经验

主治：
1. 各种关节疼痛，过敏，抑郁症
2. 心脑血管病：高血压，冠心病，高血脂，肥胖，中风偏瘫等
3. 肝炎肾炎，胃炎哮喘，癌症副作用
4. 不孕症，乳腺增生，月经不调，子宫肌瘤，卵巢囊肿等
5. 针灸美容，减肥

中西结合，标本兼治
天人合一，综合治疗
www.wholelifeherb.com

卢全生 博士
301-919-9898
301-526-9898
地址：416 Hungerford Dr, #300 Rockville, MD 20850
地址：5054 Dorsey Hall Dr, Suite 104 Ellicott City, MD 21042

首都中医针灸
Capital Acupuncture & Herbal Care
陈智松 博士
预约电话：301-820-2528

接受CareFirst, Aetna, Cigna, United Healthcare 以及车祸工伤等保险

资深教育，传承中医精华，主治内、外、妇、儿科各种常见病、多发病、疑难杂症，对各种痛症、过敏症、不孕不育、肿瘤放疗毒副作用等治疗有独到的见解。
www.chenmac.com

地址：波城/洛城 8818 Tuckerman Ln, Potomac, MD 20854
盖城/德国镇 4 Professional Dr. #110, Gaithersburg, MD20879
位于I-270, 355大道边上，大中华超市、Costco、大华超市(99 Ranch Market)之间，交通停车方便。 3-094