

### 附件 3：心血管、代谢和肾脏疾病的主要症状和体征

#### 心血管、代谢和肾脏疾病的主要症状和体征

症状或体征	解释/意义
疼痛，由缺血引起的胸部、颈部、颌部、上肢或其他部位不适（或类似心绞痛感觉）	<p>心脏疾病，尤其是冠状动脉疾病主要表现出的局部缺血的主要特点包括：</p> <p>性质：收缩感、压榨感、烧灼感、“沉重感”</p> <p>位置：胸骨下、胸部正中前面、单侧或双侧臂部、肩部、颈部、面颊、牙齿、前臂、手指、肩胛间</p> <p>诱发因素：运动或竭力、兴奋、应激、冷环境、餐后发生</p> <p>非局部缺血的主要特点包括：</p> <p>性质：钝痛、“刀割样”、锐痛、刺痛、呼吸时刺痛加重</p> <p>定位：左侧乳腺部位、左半胸</p> <p>诱发因素：运动后、某一特定的身体动作</p>
休息或适度运动时气短	<p>呼吸困难（反常不适的呼吸感觉）是心脏病或肺部疾病的一个主要症状。</p> <p>通常发生在健康而训练有素的个体进行较大强度运动时和健康未经训练的个体进行中等强度运动时。</p> <p>如果某人在做原本不该引起呼吸困难的体力活动时发生这种情况，则为异常现象。异常的劳力性呼吸困难表明心肺功能失调，特别是左心室功能紊乱或慢性阻塞性肺部疾病。</p>
头晕眼花或晕厥	晕厥（定义为意识丧失）通常由脑部血

	<p>流减少引起。</p> <p>头晕眼花，特别是运动过程中晕厥，可能是由于心脏功能失调障碍了心输出量的正常上升引起。这种心脏功能失调有潜在的致命危险，包括严重的冠状动脉疾病、肥厚型心肌病、主动脉狭窄和严重的室性心律失常。</p> <p>不应该忽视运动后即刻发生的头晕眼花或晕厥，但是也应知道，这些症状会在静脉回流减少的健康人中发生。</p>
端坐呼吸或夜间阵发性呼吸困难	<p>端坐呼吸是发生在卧位休息时的呼吸困难，坐起或站立后能得到缓解。</p> <p>夜间阵发性呼吸困难通常在睡眠 2~5 h 后开始发生。能通过坐在床边或下床得到缓解。两者都是左心室功能紊乱的症状。</p> <p>虽然夜间呼吸困难也可以发生在 COPD 患者中，但是与前者是有区别的。COPD 的呼吸困难通常在排出痰液后得到缓解，而不是通过坐起来缓解。</p>
脚踝水肿	<p>夜间明显的双侧脚踝水肿是心力衰竭或双侧慢性静脉功能不全的典型体征。</p> <p>单侧下肢水肿通常是由该肢体的静脉血栓或淋巴回流障碍引起的。</p> <p>无显著特点的水肿（全身水肿）通常发生在有肾病综合症、严重的心力衰竭或肝硬化的患者中。</p>
心悸或心动过速	<p>心悸（定义为心脏快速或强有力地跳动产生的不舒适感觉）可以由各种心律失</p>

	<p>常引起。</p> <p>心律失常包括心动过速、突然发作的心动徐缓、异位节律、代偿间歇和瓣膜反流引起的每搏输出量增加。</p> <p>心悸通常是由于焦虑或高心输出量（或功能亢进）引起的，如贫血、感冒、甲状腺功能亢进、动静脉瘘和先天性心脏病功能亢进综合征。</p>
间歇性跛行	<p>间歇性跛行是外周动脉供血不足（通常是动脉粥样硬化的结果）引起的肌肉疼痛，运动后加重。在站位或坐位时疼痛不发生，每天重复发生，上楼梯或爬山时加重，常被描述为“抽筋”，停止运动后 1~2min 内症状消失。</p> <p>冠状动脉疾病在有间歇性跛行的人中更常见。糖尿病增加了间歇性跛行的风险。</p>
明确的心脏杂音	<p>心脏杂音可能意味着有瓣膜疾病或其他心血管疾病。</p> <p>从运动的安全角度出发，要特别注意排除由肥厚型心肌病和主动脉狭窄引起的心脏杂音，因为它们是大强度运动相关猝死比较常见的原因。</p>
日常活动时异常疲劳或呼吸困难	<p>虽然这些症状可以由正常原因引起，但是它们也可以标志着心血管，肺脏疾病或代谢性疾病的发生或这些疾病状态的变化。</p>

【来源：Gordon NF,Kohl HW III, Pollock MI,et al. Cardiovascular safety of maximal strength testing in healthy adults. Am J Cardiol. 1995； 76(11): 851-3.】