

心脏永久起搏器安置术后的注意事项

兰 敏 喻 欢

泸州市人民医院心血管内科

【摘要】心脏永久起搏器安置术是心内科临床上最常见的促进心脏起搏的介入手术，它能够有效地改善患者慢性心律失常的相关症状，从而起到改善患者病死率和致残率，提高患者生活质量的目的。但是，心脏永久起搏器安置之后，患者将长期携带起搏器进行生活，有许多日常生活以及辅助检查所需要的注意事项，很多患者却对相关知识的知之甚少。本文旨在为心脏永久起搏器安置后患者提供相关注意事项，让患者尽量避免一些潜在危险因素，提高患者生活质量。

【中图分类号】 R473.6

【文献标识码】 A

【文章编号】 1005-4596 (2019) 08-067-01

一、心脏永久起搏器的概述

心脏永久起搏器是一种医用电子仪器，它主要是通过发送脉冲以及电流的方式，促进心脏的搏动，达到维持患者正常生活所必需的起搏器的效果。心脏永久起搏器是临床上病态窦房结综合征、慢性心律失常最常见的使用仪器，它能够有效地治疗心脏传导功能受损所引起的心率失常、心力衰竭等疾病。随着心脏介入手术的进步以及心脏起搏器相关仪器的更新与完善，目前，全世界已经有上千万的患者接受了心脏永久性起搏器的治疗，心脏起搏器能够维持患者的生命，提高患者的生活质量以及患者的预期寿命，减少患者的病死率。

二、心脏永久起搏器安置后的注意事项

(一) 生活注意事项

起搏器安置术后，患者需卧床休息 72 小时，尽量避免劳累，术 72 小时后慢慢活动肩关节，逐步进行手指爬墙活动，术后一月能越过头摸到对侧耳垂。患者在日常生活中应该尽量保持心态的平稳，避免情绪波动。同时，此类患者如无禁忌，在饮食上可进高蛋白、高热量、高维生素、有利于患者消化的食物，例如：鸡蛋、豆类、牛奶、青菜、西兰花等，也可以食用乌鱼等来促进患者伤口修复，从而促进患者的康复。在日常活动中，正确使用微波炉、烤箱、电吹风等家用电器不会使植入式起搏器受损，如果患者在接触某项电器之后出现头晕或者其他的不适症状，在此之后，应避免类似电器的再次接触。患者行走在大街上时，应避免接触高压电缆或者变压器等，以免辐射引起起搏器工作障碍，引起患者不适甚至导致患者的突然晕厥。同时，患者安置起搏器之后，起搏器的囊袋位置会突出于体表，尤其是体质较瘦的患者，尤为突出，故患者在洗澡或者更换衣物的过程中，要做到对囊袋位置的保护，切忌揉搓或者发生撞击，以免引起囊袋内出血，从而影响患者起搏器的正常工作。同时，在车站或者其他需要进行安检的场所，也应告知安检人员自己的起搏器安置史，

尽量避免安检仪器干扰到起搏器的正常工作。同时，患者在使用手机的时候，手机尽量不要放在上衣的口袋内，接听电话时，也要做到对侧拨打，对侧接听，减少手机对患者起搏器的干扰。

(二) 就医注意事项

患者在今后的就医过程之中，如需要进行各类医疗器械的检查，在检查前，一定要告知医生安置有心脏起搏器，携带起搏器置入识别卡，包括安置的起搏器型号、置入时间、起搏器的起搏模式以及工作参数等重要信息，同时，还应告知医生患者在安置起搏器之前的基础心率以及患者在安置起搏器之后的心率次数。非核磁兼容起搏器植入患者要避免进行磁共振的检查，同时避免靠近磁共振或者其他类似仪器的安置场地，以免磁场的压力骤变导致起搏器移位，引起患者的不适。同时，此类患者在进行理疗推拿时，也要禁止对患者患侧的按摩或者刺激，以及对患者的患侧肩关节进行过度上举或者外展等拉伸。患者安置起搏器之后，患者应该定期随访，进行起搏器的功能检测，监测起搏器的工作状态以及预估起搏器的使用寿命。

(三) 运动注意事项

安置永久性起搏器后，为了尽量延长起搏器电池的使用寿命，患者应该尽量避免剧烈运动。现目前市面上的起搏器工作大都依靠起搏器的电池进行工作，当心脏未正常起搏时，起搏器便会代替窦房结工作一次，起搏器工作的次数越多，电池的消耗越快，起搏器的工作寿命也就越短。近年来，随着电池储电技术的进步，当患者在日常静息状态下时，起搏器的使用时间大约为 10 年，但是，随着患者剧烈运动的增加，患者心跳加速，便会增加起搏器的工作量，从而缩短其使用寿命。患者可以进行日常的有氧运动例如：慢走、慢跑等。起搏器常规安置在胸壁前，患者在进行运动时，要避免大幅度外展肩关节的运动，例如：打羽毛球、打排球等，此类运动容易导致起搏器电极脱位，从而影响起搏器的正常工作。

(上接第 66 页)

是需要尽快安排手术的。术后患者应保持良好心态，积极参加运动，增强体力，这有助于机体恢复。

四、宫颈癌的预防措施

宫颈是一个哑巴器官，体会不到任何的疼痛感，所以好多女性都会忽略宫颈的健康，这是导致近年来我国宫颈癌发病率居高不下的主要原因。为此，广大女性朋友一定要关注宫颈健康，做好宫颈癌的预防工作。宫颈癌是可以被尽早发现的，没有 HPV 高危型感染就没有宫颈癌，因此预防 HPV 感染就是预防宫颈癌。首先，广大女性朋友在生活中必须注意个人卫生，做好外阴清洁，勤换内衣；要保持健康的性生活习惯，做好避

孕措施，避免人工流产。其次，要尽量戒除吸烟、酗酒等生活恶习，坚持适当参与体育锻炼，保持健康的生活方式。第三，定期体检，21 至 29 岁的女性应每年检测一次宫颈 TCT，如果宫颈 TCT 检测结果异常则需要进行 HPV 检测；30 至 65 岁的女性应每 3 年同时检测一次宫颈 TCT 和 HPV。

五、结束语

“宫颈癌是危害妇女健康和生命的主要问题”“任何女性都不应该死于这种可以预防的疾病”，把这两句医学“大拿”的话送给广大女性朋友，希望大家认真感悟，提高重视，关爱自己，对待宫颈癌做到早发现、早诊断、早治疗、早治愈。