第一图书网, tushu007.com

<<心心相印>>

图书基本信息

书名：<<心心相印>>

13位ISBN编号：9787117156790

10位ISBN编号：7117156791

出版时间：2012-3

出版时间：人民卫生出版社

作者：陈沂

页数：172

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

前言

自古以来，心脏一直是诗人和哲学家的话题。
但是这个神奇的器官，虽然在大多数人的身上能够无误地收缩上亿万次，有时却能成为人类的背叛者，瞬间结束人的生命，或者让主人的健康严重受损。
一旦心脏病发作，每个个体的反应都是不一样的。
由于各种原因，一半突发心脏病的患者无法逃离死亡的魔掌；而那些有幸活下来的人，他们的生活因此会永远改变。
许多幸存的患者积极应对生活方式、健康风险、饮食习惯等各方面的变化，并遵循药物治疗。
如果无法应对这些变化，他们就会被心脏病击败。
帮助患者以积极的心态应对这些改变是我们所有医务工作者的神圣职责。
我们要让那些依从性好的患者变得更加健康，并成为其他患者的榜样，以帮助他们度过生活中这段艰难的改变时期。
资深新闻记者布鲁斯·强生是一名心脏病突发的幸存者，他想说出自己在遭受了这闪电般打击后如何夺回生命的经历。
在《心心相印》一书中，他不仅讲述了自己十六年来与病魔抗争的经历，而且记录了其他11位勇者的故事，这11位勇者有男有女，年龄有大有小，但都曾直接面对死亡并活了下来，他们向大家讲述了自己的故事。
20世纪60年代早期，突发心脏病时的应对方案通常包括收住医院专门病区、注射吗啡缓解疼痛、鼻子插管提供氧气等，之后，病人需卧床几周甚至几个月，使用让血液变得不黏稠的药，用来预防因无法行动而可能形成的下肢血栓。
入院的患者存活率仅为25%。
此后十年，医生们发现患者死亡是因为心律不齐造成的，而心律不齐是可纠正的。
专门的心脏病监护病房收治了这些患者，患者接上不间断的心电监护仪，护士们被授权用电除颤来纠正可能致命的心律失常。
这些通用的做法非常有效，把入院患者的死亡率降低了一半。
又过了十年，医生们已经很明确，突发心脏病（后来被称为急性心肌梗死），是由于血块在冠状动脉形成（即动脉血栓）而造成的。
人们发现可以通过静脉药物治疗来消除这些血栓，也就是常说的溶栓治疗，或称“血栓克星”，其临床试验效果是积极的，患者死亡率同时下降。
经皮冠状动脉介入，大多数人称之为动脉形成术，即用一个气囊疏通阻塞的冠状动脉，现已发展为对病情稳定的冠脉阻塞患者非常有用的技术，对于治疗血栓性冠状动脉阻塞非常有效。
在大约二十多年后的今天，关键不在于是否要进行动脉形成术，而是我们能多快地完成它，其标；隹是确诊后90分钟之内完成动脉形成术。
在正常的工作日，所有人员配备齐全的情况下，90分钟之内完成动脉形成术对于急诊来说是一个挑战。
大部分心脏病多突发于凌晨，此时心导管室的工作人员通常不在院内，这使得实现这一目标更加困难。
然而，成百上千的医院都在应对这一挑战，并投入大量的资源去实现这一目标。
心脏病的治疗进展很快，并取得了理想的结果：突发心脏病患者的死亡率大大降低。
布鲁斯·强生接受过药物溶栓治疗，后来又做了一次动脉形成术。
二十年后的今天，由于医院投入了更多的资源，医生们更注重这些需求，大多数患者堵塞的冠状动脉能更早地被预测到，并在不到两个小时之内安装上支架，使之得以疏通。
一年365天，一天24小时都能全天候提供手术服务。
这些技术及辅助的药物治疗使突发心脏病的患者住院死亡率从20世纪60年代的25%降低到今天的5%。
在美国，每年超过一百万的人突发心脏病，这意味着更多的生命将得救。
获悉这些令人鼓舞的信息，医疗健康服务的提供者在与他们的患者讨论改变影响健康的风险因素时会

更有说服力，在开出那些被证实有助于控制血压、心率、血脂的处方时也更有说服力。
但是这个好消息也有令人沮丧的一面，那就是在美国这一疾病的高风险人群中，他们的体重无可否认地增长。
而可以预见的是，这会直接导致糖尿病患者的增多以及对血管疾病的糟糕影响。
此外抽烟依然盛行，这也是很难控制的风险因素之一。
尽管困难、挑战仍然存在，尽管它仍是我们最常见的“生命杀手”，但我们已经在心脏病治疗领域取得了巨大的进展。
　　布鲁斯·强生初次突发心脏病后幸存了下来，后来他在生活方式上做、出了重大的改变，同时与大家分享了自己的宝贵经历，也将其他人的故事与大家分享。
　　突发心脏病之后，所有的患者及其家属都需要指导。
《心心相印》一书中的故事强调保持积极乐观心态的重要性。
让他们的故事和经历激励你康复，帮助你重新掌握自己的命运，同时也成为四十多年来科技发展的受益者！
　　医学博士：肯尼斯·肯特　　华盛顿医学中心

内容概要

《心心相印——12位冠心病患者康复的心路历程》作者布鲁斯·强生是一名心脏病患者，他想把自己的经历说出来。
关于这一疾病的医学知识，已有很多的论述，但是在心脏病发作、心血管疾病与人类情感的关系这一方面，却很少有人关注。
是什么诱发了急性心肌梗死（心脏病突发的医学术语）并不是真正重要的。
它是一个“杀手”，对于人类来说机会均等。
它袭击的对象不论男女老少，不论贫富还是名望高低。
逝者已斯，据大多数的记录，迈克·杰克逊和其他死于突发心脏病的人如果在生活方式上做出一些重要的改变，本可以得救的。
这正是如今全国心脏科医生们所呼吁的。
《心心相印——12位冠心病患者康复的心路历程》的作者采访了几十个患者，他希望能找到代表美国不同群体的心脏病幸存者。
他找到了这样的人，有些则是听说了作者的这个项目后主动找来的。
这些都是他们在突发心脏病后死里逃生的故事！

作者简介

布鲁斯·强生（美）19项艾美奖获得者，2003年人选美国新闻记者协会杰出人物，在华盛顿地区收视率最高的哥伦比亚广播公司（CBS）第九频道WUSA电视台工作了30年，担任新闻记者与电视台主播。
他是美国最好的都市新闻调查记者。

书籍目录

致谢
本书介绍
本书作者布鲁斯致中国读者
第一章 “ 心脏病发作后数年来，我的心脏依然跳动 ” ——作者布鲁斯的故事
第二章 “ 杯子里还有半杯水 ” ——乐天派心理学家斯蒂夫的故事
第三章 “ 心脏病也是女性的1号杀手 ” ——职业女性伊尔琳的故事
第四章 “ 他真的是一个奇迹 ” ——水手赫斯特的故事
第五章 “ 给他人的生活带来不同是对她最好的回报 ” ——胖妞安妮塔的故事
第六章 “ 为何是我 ” ——青年律师伊万的故事
第七章 “ 健康的人会为上帝做得更多 ” ——牧师詹姆士的故事
第八章 “ 心脏疾病是可以逆转的 ” ——家庭主妇玛丽的故事
第九章 “ 重要的不是寿命，而是生活质量 ” ——期权交易者莫里斯的故事
第十章 “ 关键在于心态的调整 ” ——创业者尼尔的故事
第十一章 “ 它会随时随地袭击你 ” ——行政助理芭芭拉的故事
第十二章 “ 锻炼就像是药物治疗 ” ——马拉松运动员拉里的故事
结语

章节摘录

剧痛持续无情地袭来，我以为自己被枪击中了。
我用手按住胸口，这个事实上不存在的出血点，没有血！
笔挺雪白的西装衬衫上并无枪眼。
我解开了第一颗纽扣，并松开脖子上的领带，以呼吸更多的空气。
疼痛似乎来自我触摸不到的胸腔深处。
开车的是我的好朋友，摄影师麦克·福克斯。
“该死的，关掉空调！
”我起先以为是车内的空调和华盛顿夏日的温湿度反差引发了我的不适。
或许是午餐时，狼吞虎咽的油腻汉堡引起的消化不良吧。
疼痛还在加剧，就像一把老虎钳在拧紧我的胸腔似的。
“停车！
也许我走走就没事了。
”新闻采访车停在了东南区的斯坦顿路旁。
我很熟悉这个地区——我曾采访过这个街区中心的小学。
辞掉辛辛那提的第一份电视台工作，转到华盛顿特区后不久，我和另一名摄影师朋友麦克·墨菲主动讨了份苦差事——采访斯坦顿的居民公共住宅项目。
在那里我们记录了斯坦顿居民芭芭拉·普莱斯和她的孩子们日常生活中的曲折和辛酸。
走走路并不能缓解胸痛，这种疼痛并未延伸到手臂或身体的其他部位。
我有点担心，但并不恐慌。
毕竟我才42岁，身体状态良好，作为一名坚强的一线街头记者，坚持工作在素来被批评家们称为本国“谋杀之都”的城市。
我曾多次带着摄像组深入到一些街区去采访，那是些连警察都不敢孤身前往的地方。
“麦克，送我去医院！
”我喘着气，“我要去乔治·华盛顿医院。
”1981年，罗纳德·里根总统被约翰·辛克利枪击后，也是被送往乔治·华盛顿大学医院的，这所医院恰好在回第九频道（隶属哥伦比亚广播公司）的路上。
当时我想：救得了总统的乔治·华盛顿医院，一样能救得了我。
他们可以给我做个检查，然后我还来得及赶回台里编辑晚间六点的新闻。
事实上，我是不想去附近的医疗机构——大东南社区医院。
因为我曾曝光过那里的糟糕条件：病人没有医疗保险，医护人员严重不足。
这是一所赤字高达数百万美元、病人无法信赖的医院。
我觉得这么说他们挺不好的，但坦诚地说，万一我的情况很严重，我真不希望在大东南医院动手术。
疼痛并未减轻。
恐慌一阵阵袭来，我开始担心自己可能无法挺到乔治·华盛顿医院，因为途中必须跨过安那考斯迪亚河，并穿过市中心。
麦克已经觉察到那一整天我都不对劲。
他说我一直在抱怨，一直在“咒骂”，说我似乎心事重重。
车子奔向休特兰大道，朝着乔治·华盛顿医院方向驶去。
考虑到傍晚的交通情况，我们还要15～20分钟才能赶到。
路过一个消防站时，我们一致认为若不在此停下，我将无法挺到医院。
车子骤然驶入艾文街的快车道。
我后来记得我的头被猛地往后甩。
麦克把变速挡换成停车挡，飞奔出去，中向那栋红砖砌成的屋子，车门都来不及关，引擎还在发动。
我听到他朝着两个穿蓝色制服的人喊道：“救命！
救命！

布鲁斯·强生在外面，他心脏病发作了！
”但他们似乎已见惯了这种生死攸关的场面，因为在这片地区，除了被袭击与谋杀，突发心脏病可算得上是第三大死因了。
事实上，极少非裔美国人突发心脏病后能挺过那段送往医院的路。
那个时候，无论任何人种，对于一个年仅42岁的男性来说，心脏病发作都是极其罕见的。
医务人员似乎还在消化所听到的话。
他们带着担架大踏步奔向车子，朝车内看了一眼，一见到是我，神情马上转变。
他们仿佛在想：“该死的，果真是电视上经常见到的那个记者。
”之后，他们大步走了上来。
必须指出的是，此次心脏病发作若发生在几年之后，我肯定没有这种好运气——由于市政预算削减，那家消防站被关闭了。
医务人员并不问我想去哪家医院，也没问我是否有医疗保险——他们转运的病人大多没有保险。
我想，当我躺在那里时，那些问题是否很重要。
伴随着救护车的呼啸声和闪烁的警灯，他们把我迅速送往何处？
还能是哪里？
当然是离那儿只有几分钟路程的大东南社区医院！
疼痛有所缓解。
也许是急救人员给我服用了能缓解疼痛的硝酸甘油。
当时的情况我真的记不清了。
只听到她用对讲机汇报了我的情况：“42岁，男性，黑人，可能是突发心脏病。
”救护车沿着我和麦克刚才来的方向往回赶：斯坦顿路、阿拉巴马大道、南大道……麦克开着新闻采访车紧随其后，不知怎么的，他还保留着足够的镇静去做平时训练有素的事情：报道正在发生的事。
他右手握住方向盘，左手拿着重达35磅（约15．88公斤）的录像机，拍下了转运的场景。
他后来完全不记得自己所做的一切。
作为新闻人——我们真的独特！
1976年，我受聘于当时的WTOP电视台（即现在WUSA第九频道的前身，隶属于哥伦比亚广播公司），是电视台聘用的最年轻记者。
当时，我才25岁，家有良妻及一个蹒跚学步的女儿。
我没有健康方面的问题，就为一份工作而操心：力争成为最优秀的新闻记者。
对于我来说，工作不仅是我追求的事业，也是一个谋生的职业。
刚到这个大城市时，我几乎一文不名，年薪仅有15 000美元，只比我在辛辛那提WCPO电台的第一份工作高一点点，但这并未吓到我。
我来时，预想过可能比这更低的薪水。
到首都华盛顿特区工作的机会，就像我的家人回肯塔基州的路易斯维尔老家一样，并不常有。
事实上，我首次来到首都，因此，我的母亲和七个兄弟姐妹既骄傲又为我担心。
华盛顿特区距离我们一家人刚开始居住的佃农住宅区很远。
在辛辛那提州，我完成了本科和研究生课程，这些为我创造了到华盛顿特区工作的机会。
但到达那之后，真正帮助我留在了华盛顿的是在职训练。
许多聪明的人在这一行中都不成功，甚至被解雇。
因为他们学的不快，无法应对激烈的竞争和截稿期限带来的压力。
我必须快速地学习，否则就得卷铺盖走人。
我加入时，WLJSA已是城里第一大电视台，甚至有时它的新闻收视率是离它最近的竞争者的两倍。
当时，WUSA由具有传奇色彩的新闻总监吉姆·斯奈德领导。
他雇用我更多是出于直觉，而不是我的拍摄履历。
我甚至不确定他们为何录用我。
当时的团队已经包括了知名的新闻主持人马克斯·罗宾森、乔登·彼得森、莫琳·班扬、法学家海沃德，还有体育节目主持人格伦·布伦那。

……

编辑推荐

《心心相印：12位冠心病患者康复的心路历程》作者布鲁斯·强生讲述12位主人公与读者分享了自己心脏病发作前后的故事与经历。
其中一些人过去实际上是在毫不知情的情况下，被自己的生活方式慢1曼“杀死”；但是一旦进了医院，并被迫去反思之前的生活时，大家发誓如果获得重生的机会，将会好好听取医生的建议，并做出改变，不管是在身体上、精神上，还是在心灵上。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com