

CT 钙评分扫描用于早期冠心病检测



作者: Dr Chrystal Fong Chern Ying 卞珍莹博士 (MBBS Melb (Aus) , FRACGP)

家庭医生

发布日期: 24 年 7 月 31 日

卞珍莹博士的愿景是教育和激励个人和群体, 以获得更好的健康结果。

她的使命是通过她的文章帮助理解对日常生活健康很重要的丰富的科学文章, 并突出影响您的关键健康问题。

什么是冠心病, 它在新加坡有多常见?

冠状动脉疾病 (CAD), 也称为缺血性心脏病 (IHD), 当向心肌供血的动脉 (冠状动脉) 变硬和变窄时就会发生。动脉由于内壁上称为斑块的脂肪沉积物的积聚而变硬和变窄。动脉壁的硬化被称为动脉硬化, 而斑块的堆积被称为动脉粥样硬化。¹

根据卫生部 (MOH) 登记处的卫生统计数据, IHD 是新加坡第三大死因, 占有死亡人数的 19.7%。²

平均每天有 34 人心脏病发作, 23 人死于心脏病, 预计随着人口迅速老龄化, 这一数字还会上升。

¹ <https://www.singhealth.com.sg/patient-care/conditions-treatments/coronary-artery-disease>

² <https://www.moh.gov.sg/resources-statistics/singapore-health-facts/principal-causes-of-death>

据估计，三分之一的新加坡人可能患有潜在的早期心脏病，但尚未被发现。³

哪些人有患冠心病的风险，需要注意哪些症状？

冠心病的危险因素可分为不可改变的危险因素和可改变的危险因素。⁴

不可改变的风险因素 包括：

年龄- 一个人患心血管疾病的风险随着年龄的增长而增加。

性别 - 男性通常比女性面临更高的心脏病风险。他们也往往在生命的早期就心脏病发作。

有三类女性——即更年期妇女、服用口服避孕药的妇女和孕妇——特别容易患心血管疾病。

家族史 - 中风或心脏病的家族史，特别是如果受影响的家庭成员在很小的时候就发生过，是心血管疾病的重要危险因素。

可改变的风险因素 包括：

高脂血症（“高胆固醇”）

高血压 - 定义为两次或多次测量的大于或等于 140/90mmHg

糖尿病

超重/肥胖 - 当新加坡人的 BMI 值大于 23 kg/m² 时，他们患心脏病和糖尿病的风险更大。

吸烟

缺乏体力活动

不健康的饮食

强调

³ <https://www.straitstimes.com/singapore/health/launch-of-nationwide-preventive-heart-health-study-to-help-pick-up-hidden-diseases>

⁴ <https://www.myheart.org.sg/health/risk-factors/>

冠状动脉疾病-症状

根据心脏病的严重程度，您可能会或可能不会出现症状。

如果您确实出现症状，可能包括：

- 劳累时或躺下时呼吸急促或呼吸困难
- 努力耐受性降低
- 颈部、下巴、喉咙、上腹部或背部疼痛
- 劳累时胸痛（心绞痛），伴或不伴左臂辐射
- 持续超过 10 至 20 分钟的严重胸部不适

什么是 CT 钙化评分扫描，它作为冠心病筛查有多重要？

冠状动脉钙化扫描是一种低剂量的心脏 CT 扫描。它用于生成图像以测量人体动脉中含钙斑块的含量。这有助于评估一个人患冠心病的风险。

哪些人需要进行冠状动脉钙化扫描？

应进行此项检查的人包括具有以下风险因素的人：

- 心脏病家族史
- 肥胖
- 高胆固醇
- 高血压
- 吸烟
- 压力大

一个人在接受 CT 钙评分扫描时可以期待什么？是否有辐射暴露的危险？

扫描无需特殊准备。

CT 检查是无痛、快速和简单的。

不需要注射造影剂。

电极将放置在您的胸部以监测您的心电图（心电图仪）

扫描是使用计算机断层扫描（CT）扫描仪完成的。

您将仰卧在可移动的桌子上。桌子滑入一个形状像管子的大型机器中。您的头部一直都在扫描仪之外。

医生可能会给您开药以减慢您的心跳。这有助于创建更清晰的图像。如果您感到紧张或焦虑，您可能会服用药物来放松自己。

拍照时，您需要保持静止。您可能会被要求屏住呼吸几秒钟。进行测试的医疗保健专业人员可以全程看到您并与您交谈。测试大约需要 10 到 15 分钟。

术后

您通常可以在检查后自行开车回家并继续您的日常活动，除非您的医生告诉您不要这样做。

扫描会使您暴露于低剂量辐射，相当于与乳房 X 光检查相同的辐射暴露量。

CT 检查后，患者体内不会残留任何辐射。

如果患者担心心脏病，他们每年应该进行哪些其他检查？

建议每年进行一次健康检查。

推荐用于心脏病年度筛查的其他检查可能包括：

血液化验

血胆固醇、空腹血糖、Hba1c、脂蛋白 A、脂蛋白 B、全血细胞计数、同型半胱氨酸、CK（肌酐激酶）、肝功能检查、肾功能检查、甲状腺功能检查、hsCRP、尿白蛋白/肌酐比值、维生素 D

心电图

胸部 X 光片

运动负荷试验

超声心动图

核压力试验

血管造影

最后的想法:

下次您进行健康检查时，请抽出一点时间反思您的生活习惯，并与您的医生讨论如何改善上述情况，使您和我们的星球变得更好、更健康。

“追求更好的健康结果”

作者简介:

Dr Chrystal Fong Chern Ying 邝珍莹博士 (MBBS Melbourne, FRACGP) 目前在新加坡先进医学研究院 (SAM) 控股公司子公司 Asia HealthPartners 担任家庭医生，该子公司位于新加坡乌节路 Lucky Plaza。

邝珍莹博士在 Health365 (一家亚洲的医疗保健、保健和美容医学出版机构) 的健康检查提供者编辑名单上名列前茅。她对健康预防特别感兴趣，并将运动心理学和生活方式医学原则融入她的健康检查和健康促进的宣传中。

她将出现在《英国百科全书》即将出版的第六版“马来西亚和新加坡的成功人士”中。

她是一位活跃的运动人士，对生活方式医学、医疗技术和以长寿为主题的医疗保健有着浓厚的兴趣。她为自己践行生活方式、医学支柱并通过她的体育社区和社交媒体平台进行宣传而感到自豪。

她的个人口头禅是“世界的改变是由你的榜样，而不是你的观点。”

她获得了国际体育学院的健康和行为矫正认证，她的咨询采用了健康指导方法。

她是新加坡家庭医生学院、新加坡医学会、新加坡行为健康学会、新加坡生活方式医学学会、HIMSS (医疗保健信息与管理系统协会) 的成员。



<http://www.asiahealthpartners.com/>