

# 心律失常合并焦虑症研究进展

包丞, 梁翠翠, 陈铁龙

浙江中医药大学附属广兴医院, 浙江 杭州 310007

**[摘要]** 笔者阅读分析了近20年来关于心律失常和焦虑的高质量文献, 以探讨心律失常与焦虑症的相关性, 论述心律失常合并焦虑症的相关病因病机及临床研究现状。重点讨论心律失常合并焦虑症的治疗方式, 包括中西药治疗、针灸、心理干预、生物反馈等。发现给予心律失常病人抗焦虑药物, 可改善其心理情绪, 有助于心律失常的诊疗。

**[关键词]** 心律失常; 焦虑症; 心悸; 综述

**[中图分类号]** R541.7 **[文献标志码]** A **[文章编号]** 0256-7415 (2019) 06-0044-03

**DOI:** 10.13457/j.cnki.jncm.2019.06.013

## Research Progress on Arrhythmia Complicated with Anxiety

BAO Cheng, LIANG Cuicui, CHEN Tielong

**Abstract:** By reading and analyzing high-quality literature on arrhythmia and anxiety in recent twenty years, the authors elaborated on the relevant etiology, pathogenesis and clinical research status of arrhythmia complicated with anxiety so as to explore the correlation between arrhythmia and anxiety. Emphasis was placed on discussing such treatment methods for arrhythmia complicated with anxiety as Chinese and western medicine treatment, acupuncture and moxibustion, psychological intervention and biofeedback. It has been found that the application of anti-anxiety medicine for patients with arrhythmia can improve their mental state and emotions, which helps the diagnosis and treatment of arrhythmia.

**Keywords:** Arrhythmia; Anxiety; Palpitation; Review

心律失常是指心脏电活动的起源部位、频率、节律及激动次序等发生异常, 以心悸、停跳感、胸闷、头晕, 甚至昏厥为主的临床症状。近几年来, 心律失常的发病率逐年提高, 已成为现代人最常见的心血管疾病之一。焦虑症又称为焦虑性神经症, 以慢性焦虑居多, 主要特征为焦虑紧张情绪。表现为无明显客观对象的紧张、担心及植物神经功能失调症状, 如心悸、出汗、尿频等。在以生物-社会-心理医学模式为主的今天, 心理因素在各种疾病中的影响越来越受到重视, 其不仅成为疾病发生的诱因, 也影响疾病的转归。大量文献证明焦虑症和心律失常的发生发展关系密切<sup>[1-5]</sup>。

### 1 病因病机

心律失常为现代医学病名, 根据症状属中医学“心悸”“怔忡”“不寐”等范畴, 《素问·至真要大论》有“心澹澹然大动”, 《灵枢·本神》有“心慄惕”的记载。中医认为素体虚弱、五志过极、感受外邪、劳逸失调等导致气血阴阳亏虚, 心络瘀阻, 生痰化火而发此病。“焦虑症”之名非传统中医学之病名, 从临床症状来看, 属情志病范畴, 相关论述多分布在

“不寐”“惊悸”“脏燥”等病证中, 通常认为焦虑症的发病原因与情志不舒、思虑过度、心脾血虚、肝气郁结等相关, 久则耗伤心神致病。朱晨军等<sup>[6]</sup>认为焦虑症的临床表现与中医学“惊悸”症状有许多相同之处, 均为受到外界刺激, 表现出忧虑、不安等情绪, 并常伴有心动过速等心律失常症状。从中医学理论角度分析, 心律失常和焦虑症有相似的病因病机, 病位主要在心, 责之肝脾肾, 病性属虚实夹杂, 虚为气、血、阴、阳中一种或多种因素的不足, 实为气、瘀、痰、火等因素致病。

### 2 临床研究

研究结果显示持续严重的焦虑抑郁情绪是引发心血管事件的一个独立危险因素<sup>[7]</sup>, 随着社会压力增大, 各个年龄段, 不同性别人群均可能发生心律失常与焦虑症共病。相关研究认为, 焦虑抑郁症能引发体内自主神经紊乱、交感神经活动增强, 进而引发一系列生理病理改变, 并增加儿茶酚系统活性, 诱发冠脉痉挛, 加重心肌缺血, 使原有无自律性的心肌细胞形成异常自律性, 加之促凝血物质和血管紧张素Ⅱ的释放, 促进

**[收稿日期]** 2018-11-12

**[基金项目]** 杭州市科技局医院重点专科专病项目(20160533B63; 20150733Q57); 杭州市卫生科技计划重点项目(2017Z10); 浙江省中医药科技计划项目(2008-CB054)

**[作者简介]** 包丞 (1993-), 男, 住院医师, 研究方向: 中西医结合治疗心脑血管病。

**[通信作者]** 陈铁龙, E-mail: ctppp@163.com。

交感神经兴奋,引起知觉域降低,心率变异性(Heart rate variability, HRV)减低,QT离散度增加,进一步增加心脏负荷,降低心室异位活动阈值,引发恶性室性心律失常。李乔等<sup>[16]</sup>通过对131名中青年焦虑抑郁患者研究发现,焦虑抑郁患者HRV明显低于非焦虑抑郁患者,室性心律失常高于非焦虑抑郁患者,且中青年女性患者更明显。房爱萍等<sup>[17]</sup>研究发现伴焦虑症或抑郁症心血管疾病患者HRV时域指标显著下降,并易于发生室性和室上性心律失常。杨正贵<sup>[18]</sup>研究发现焦虑症患者临床上有一定的心电图改变。徐茂凤等<sup>[19]</sup>提出老年冠心病心律失常患者中普遍伴有焦虑和抑郁症状。究其原因考虑为大部分心律失常患者症状已经得到控制,但由于病因和病理改变持续存在,疾病难以彻底治愈或是再复发,导致患者产生担忧、恐惧情绪,进而出现焦虑抑郁症状。同时,心理障碍往往导致症状的进一步加重。刘桂梅等<sup>[20]</sup>对360名老年心血管病合并焦虑抑郁患者进行动态心电图监测,发现心律失常检出率明显较高。心律失常患者合并焦虑抑郁起病隐匿,临床表现复杂,心律失常的发生会进一步加重焦虑、抑郁情绪的程度,两者成为相互作用的影响因素。

### 3 治疗方法

临床以心悸、胸闷、失眠等症状就诊的患者基本可分为两类,一类仅有症状而无器质性病变,且常规心电图、动态心电图无明显异常,主要由焦虑、紧张等心理因素所致,短期内症状可缓解。另一类经检查后确诊为心律失常,究其病因可分为病理因素和情志因素。精神因素以焦虑状态最为常见。且有部分患者在得知自己患病后,产生忧虑不安情绪,进而加重焦虑,形成恶性循环。大量临床试验研究表明在心律失常患者单纯抗心律失常治疗疗效不佳的情况下,联合抗焦虑抑郁药物及心理干预等治疗方法,不但能控制心律失常的发生,还能明显缓解患者躯体症状及焦虑症状,提高治疗效果,改善生活质量<sup>[12-27]</sup>。

**3.1 药物治疗** ①中药治疗:陈志斌等<sup>[12]</sup>提出疏肝解郁胶囊在减轻老年心律失常患者焦虑抑郁症状上有与西药相等的疗效,且不良反应轻。吴波等<sup>[13]</sup>在对72例早搏伴焦虑症状患者的临床研究中提出以疏肝泻火为法的中药合剂,在改善焦虑方面明显优于西药,且能减少早搏的发生。胡佩银<sup>[14]</sup>研究发现疏肝清心汤具有疏肝理气,宁心安神的功效,能有效减少伴焦虑状态心律失常患者的室性早搏发作次数,改善焦虑症状,提高生活质量。②西药治疗:毛家亮等<sup>[15]</sup>对117例房早、室早伴焦虑抑郁患者的研究发现,服用抗焦虑药物氟西汀能明显减少房性心律失常,使室早患者心血管症状明显改善,提出单纯性房性早搏、室性早搏患者,其心血管症状更多由焦虑抑郁引起,对这些患者使用抗焦虑抑郁药物应成为基本诊治措施。郑卫峰等<sup>[16]</sup>研究发现在常规治疗基础上,加用艾司西酞普兰和坦度螺酮,对伴有心理障碍的老年女性心律失常患者,能明显降低汉密尔顿焦虑量表(Hamilton anxiety scale, HAMA)和汉密顿抑郁

量表(Hamilton depression scale, HAMD)评分,并能降低心律失常等不良事件的发生率。任涛等<sup>[17]</sup>提出加用抗焦虑治疗室性心律失常伴发焦虑抑郁症状的患者,能增强抗心律失常药物的疗效,并提高HRV。③中西药联合治疗:石昌花等<sup>[18]</sup>提出:对心脏神经官能症合并心律失常患者在常规疗法基础上,加用稳心颗粒进行治疗,患者焦虑抑郁评分、QT离散度、早搏次数和HRV等指标均明显优于对照组。吴波等<sup>[19]</sup>采用香连合剂治疗早搏伴焦虑症患者,结果在改善早搏方面,香连合剂与服用佳乐定加心律平疗效相当,在改善中医症状及焦虑症状方面更有优势。张春艳<sup>[20]</sup>发现炙甘草汤联合美托洛尔能有效控制心律失常,并能明显改善心悸、胸闷、心烦失眠等临床症状,效果优于单用美托洛尔,总疗效为95.24%。

**3.2 针灸治疗** 马润兴<sup>[21]</sup>通过针灸辅助平心定悸汤治疗快速型心律失常,发现针灸灵台、神道、大陵及内关等穴位,能够通经活络,调理气血,有效降低心律失常次数,减轻胸闷、心悸、乏力、寐差等症状。崔竞宇<sup>[22]</sup>提出针刺通过刺激神经系统,可调节神经系统活动,改变心脏电活动,调节垂体-肾上腺皮质系统,改善心脏功能,增加冠状动脉血流,共同对抗心律失常。

**3.3 生物反馈** 杨菊贤等<sup>[23]</sup>通过临床试验发现,应用肌电生物反馈治疗情绪性心律失常患者临床疗效明显,室性早搏有效率79.4%,室上性早搏有效率65.5%。王晓丝<sup>[24]</sup>提出呼吸生物反馈疗法可以显著改善冠心病患者的焦虑、抑郁(以焦虑症状为主)、提升患者的主观睡眠质量及入睡时间,提升冠心病患者的HRV指数,减少住院期间发生心血管事件。

**3.4 心理干预** 徐茂凤等<sup>[25]</sup>提出通过心理干预如认知疗法、松静疗法等可有效减轻心律失常患者心理障碍发生率,同时积极的心理治疗可有效缩短焦虑抑郁患者的异常心理状态持续时间,防止发展为心理疾病,提高患者的健康程度。赵小丽等<sup>[26]</sup>对3660例心血管疾病住院患者进行研究分析,发现56%的患者并发焦虑抑郁症状,相较于单用心血管药物治疗,经有效心理干预后能减少心律失常发生,改善患者症状,益于预后转归。

### 4 小结

目前在临床上心律失常合并焦虑、抑郁的“双心疾病”呈逐年上升趋势,焦虑对心律失常的发生、发展、治疗和预后等方面均有重要影响。根据最新研究资料,门诊心律失常患者中抑郁焦虑情绪的发生率为20%~30%,在住院病人中发生率达到40%~60%<sup>[27]</sup>。焦虑情绪可引起心动过速、期前收缩等,产生心悸、胸闷等症状,而诊断为心律失常的患者也会因此产生忧虑、不安等心理障碍,进一步加重疾病的症状,甚至导致恶性心血管事件的发生。双心疾病互为因果、互相影响,应引起广大医疗人员的重视。在临床诊治中,对经治疗后疗效不佳的长期心律失常患者,联合抗焦虑药物,以及中药口服、心理干预、针灸等治疗,可取得较好的疗效。

## [参考文献]

- [1] 龙作湘. 焦虑症患者 136 例动态心电图心律失常分析[J]. 实用医技杂志, 2012, 19(6): 656.
- [2] 席晓萍, 李莉, 闫玮, 等. 老年心血管病合并焦虑抑郁症患者心律失常的动态心电图分析[J]. 武警医学, 2013, 24(12): 1063-1065.
- [3] 刘桂梅, 陈向梅. 老年心血管病合并焦虑抑郁症患者心律失常的动态心电图分析[J]. 中国现代药物应用, 2018, 12(8): 11-12.
- [4] 张志刚. 分析老年心血管病合并焦虑抑郁症患者心律失常的动态心电图[J]. 世界最新医学信息文摘, 2016, 16(82): 264, 266.
- [5] 冯文化. 焦虑、抑郁情绪与心律失常的关系 167 例分析[J]. 中国误诊学杂志, 2008, 8(3): 635-636.
- [6] 朱晨军, 包祖晓, 唐启盛. 试论中医学中的“惊悸”与焦虑症的关系[J]. 吉林中医药, 2009, 29(12): 1018-1019.
- [7] 王福军, 慈书平. 焦虑情绪对冠心病心律失常的影响[J]. 中国行为医学科学, 2004, 13(5): 535.
- [8] 李乔, 曾欣. 中青年焦虑抑郁患者心律失常及性别差异[J]. 广东医学, 2010, 31(5): 611-612.
- [9] 房爱萍, 王昕. 伴抑郁症或焦虑症心血管疾病者心率变异性及心律失常分析[J]. 实用心电学杂志, 2005, 14(3): 182-183.
- [10] 杨正贵. 焦虑患者的心电图特点探讨[J]. 心血管病防治知识(学术版), 2018(10): 72-73.
- [11] 徐茂凤, 李永杰, 马莹, 等. 老年冠心病心律失常患者合并焦虑或抑郁症状的评定及其心理治疗[J]. 中国老年学杂志, 2009, 29(24): 3295-3296.
- [12] 陈志斌, 叶庆红, 唐锴, 等. 舒肝解郁胶囊治疗老年冠心病心律失常患者焦虑、抑郁疗效分析[J]. 中国健康心理学杂志, 2012, 20(11): 1643-1644.
- [13] 吴波, 高洪春. 舒肝泻火法治疗早搏伴焦虑症状临床研究[J]. 实用中医药杂志, 2009, 25(12): 799-800.
- [14] 胡佩银. 疏肝清心汤治疗伴焦虑状态的频发室性早搏的临床观察[D]. 济南: 山东中医药大学, 2014.
- [15] 毛家亮, 鲍正宇, 李春波, 等. 心律失常患者伴发焦虑抑郁症状的鉴别及治疗研究[J]. 中华心律失常学杂志, 2006, 10(6): 457.
- [16] 郑卫峰, 赵洛沙, 魏经汉, 等. 艾司西泰普兰联合坦度螺酮对老年女性冠心病合并焦虑抑郁障碍共病患者的疗效[J]. 中国动脉硬化杂志, 2013, 21(4): 345-348.
- [17] 任涛, 李瑞瑞. 抗焦虑抑郁对室性心律失常患者的治疗意义[J]. 农垦医学, 2015, 37(1): 9-12.
- [18] 石昌花, 陈文海. 稳心颗粒对心脏神经官能症伴心律失常患者预后的影响[J]. 现代诊断与治疗, 2016, 27(16): 2979-2980.
- [19] 吴波, 李静. 香连合剂治疗早搏伴焦虑症状患者 50 例临床观察[J]. 中医杂志, 2009, 50(12): 1087-1089.
- [20] 张春艳. 炙甘草汤联合美托洛尔治疗老年冠心病心律失常的临床研究[J]. 内蒙古中医药, 2018, 37(6): 56-57.
- [21] 马润兴. 针灸辅助平心定悸汤治疗气阴两虚型快速性心律失常疗效研究[J]. 陕西中医, 2018, 39(7): 962-964.
- [22] 崔竞宇. 针灸治疗心律失常的研究进展[J]. 生物技术世界, 2016(2): 208.
- [23] 杨菊贤, 杜勤. 生物反馈治疗在心身疾病的应用[J]. 中国行为医学科学, 2004, 13(1): 122-124.
- [24] 王晓丝. 呼吸生物反馈疗法对冠心病患者负性情绪及睡眠质量影响的临床研究[D]. 芜湖: 皖南医学院, 2017.
- [25] 徐茂凤, 李永杰, 马莹, 等. 老年冠心病心律失常患者合并焦虑或抑郁症状的评定及其心理治疗[J]. 中国老年学杂志, 2009, 29(24): 3295-3296.
- [26] 赵小丽, 刘全胜, 程曼丽, 等. 心血管疾病并发焦虑抑郁症状 2050 例心理干预治疗分析[J]. 陕西医学杂志, 2005, 34(8): 958-960.
- [27] 郭继鸿. 心律失常新进展[M]. 北京: 中华医学电子音像出版社, 2010: 376-380.

(责任编辑: 冯天保, 钟志敏)