

# 心血管疾病运动康复发展及太极拳的临床应用

姜红岩

北京市第一中西医结合医院 心脏康复中心，北京 100026

**摘要：**科学的运动康复是心血管疾病预防、治疗、康复及管理的重要组成部分，循证医学证据显示运动康复可改善心血管疾病的预后以及患者的生活质量。中医传统运动具有动静结合、形神共养的特点，对于改善患者心肺功能，控制疾病高危因素有一定作用，可在心脏康复的不同时期进行适宜的中西医结合运动康复处方进行治疗。太极拳是常用的传统运动方法，目前有更多的研究支持太极拳应用于心血管疾病的康复及预防。如何应用于不同人群、不同的心脏康复阶段，使患者获益最大化仍需进一步研究及探索。