

我们的生命如此脆弱 专家告诉你,猝死离我们有多远



■记者谢邦翔

近日,浙江大学附属邵逸夫医院一名年轻的麻醉科医生夜班后发生猝死的事件让大家深感惋惜。据了解,这些年有关猝死的消息频出,且不胜枚举的猝死事件呈现出年轻化的趋势。那么,到底什么是猝死,是什么导致了猝死,到底哪些人容易猝死?在危险来临前,有没有征兆呢?浙江省人民医院心内科主任、主任医师、硕士生导师屈百鸣逐一为我们解答。

什么是“猝死”?

“猝死”,从字面意思上讲就是突然死亡。屈百鸣告诉记者,世界卫生组织(WHO)的定义是发病后6小时内死亡者为猝死。但是从表现上来看,大多数猝死都是一种“瞬间死亡”,因为有些导致猝死的疾病,在初期往往隐匿、患者在出现病症后一小时内死亡,不易发现,而另一些疾病,则是来势凶险,在几分钟内夺去了患者的生命。

导致猝死的原因有心脏原因

和非心脏原因,其中心脏性猝死(SCD)最为常见,约占80%以上。冠心病、主动脉夹层、严重的心力衰竭、梗阻型肥厚性心肌病、暴发性心肌炎、遗传性心律失常和电解质紊乱等都会发生猝死,其中冠心病和急性心肌梗死最为常见,约占心脏性猝死的60%。非心脏原因猝死的,一般为家族遗传所致。

猝死有预警信号吗?

很多有心脏疾病的病患都想知道猝死有没有预警信号,屈百鸣进一步介绍,既然是出人意料死亡,猝死确实没有明确的预警信号,但大多数猝死还是有迹可循的,只是因为先兆不特异而被漠视错过。

如果出现胸闷胸痛、憋气乏力、心慌心悸,以及左肩背部疼痛,上腹部胀痛不适,恶心呕吐,咽喉紧缩疼痛,牙疼下颌部疼痛不适等不典型症状时,便是身体发出预警信号,一定要及时到医院就诊检查排除。很多病患就是在猝死前就有后背疼痛症状,但却未引起重视,最终饮恨而终。



地促进腿部血液流动,避免肺栓塞。工作越是紧张就越应该注意劳逸结合。其实,散步、慢跑或者打球、爬山都是不错的选择。

心脏病的发病总是从稳定的心绞痛,发展到不稳定心绞痛,最终导致心肌梗死。日常生活中遇到运动后心前区疼痛的情况,或是发现自己的活动耐量明显下降,一定要到医院就诊。现在,冠心病的发病年龄已经越来越年轻化,20多岁的年轻人猝死频率也趋上升。

另外,要做到合理膳食,按时进餐,保持健康的饮食方式。选择清淡饮食,增加粗纤维和水果蔬菜的摄入量,多食蛋白质、维生素、矿物质,避免多油、多糖、多盐的饮食和过饱,坚持坚果限酒,保持合理体重,保护心血管健康。

每年进行一次体检,可以早期发现高血压、高血脂和隐性冠心病。如果被查出冠心病,应按医嘱服药,身上应常备硝酸甘油等急救药物,并定期门诊随访。当出现胸痛、心慌、呼吸困难、脉搏增快等症状时应及时就诊。

身边发生猝死事件该如何处理?

屈百鸣告诉记者,猝死防不胜防,如果一个猝死的病人,心跳停止的时间超过4~6分钟,脑组织则发生永久性损害,超过10分钟会脑死亡,所以学习一点急救常识还是非常有必要的。发生猝死后前4分钟是抢救的黄金时间,抢救开始越早成功率越高、后遗症和并发症越少。

若遇到有人突然倒地,意识丧失、呼吸停止或喘息样呼吸时,先拨打急救电话120,让病人平躺仰卧,下颌抬起,头部后仰;懂得急救程序的应立即施行胸外心脏按压,未经心肺复苏培训者,可以只按压,不必吹气,一直坚持到专业急救机构到来;如果配以体外自动除颤器(AED)的场所,胸外心脏按压之后,立即配合使用AED,按照语音提示操作,可以大大提高抢救的成功率。

屈百鸣建议,有心脏病的家庭,在条件允许的情况下,最好配置一台体外自动除颤器(AED),在紧急时刻能最及时地发挥抢救功效。

屈百鸣 浙江省人民医院心内科主任、主任医师、硕士生导师

浙江省生物医学工程学会心律与循环分会主任委员、中国老年学学会心脑血管病专业委员会常委、中国生物医学工程学会心律分会委员、中华医学会心电生理与起搏分会房颤工作组成员、中国医师协会心血管病分会委员结构性心脏病学组成员,国内多家心血管病杂志编委。

健康资讯

交通废气污染可能减缓儿童认知发育



■林小春

西班牙一项新研究3日说,与交通相关的空气污染可能会减缓儿童的认知发育。这项研究发表在新一期《美国科学公共图书馆医学卷》杂志上。

研究人员对西班牙巴塞罗那39所学校的2715名小学生进行了调查。学生年龄介于7岁至10岁之间,在为期一年的研究中,他们每3个月接受一次认知测试,包括工作记忆和注意力等。工作记忆是指对信息进行暂时加工和贮存的记忆系统,过去也称短时

记忆。

研究人员还测量了学校室内外由交通工具排放的二氧化氮等空气污染物水平,并进行对比。结果显示,那些空气质量水平较高学校的学生,认知发育程度慢于空气质量水平较低学校的学生。

低污染学校的学生在研究期间工作记忆能力提高11.5%,而高污染学校的学生同期仅提高7.4%。西班牙环境流行病学研究中心的霍尔迪·苏涅尔等人在其论文中写道,由交通工具排放导致的空气污染与小学生

认知发育之间存在较强的相关。有些学校空气污染水平较高是由于距公路较近,而且学校上课期间又正值交通废气污染的高峰。

此前曾有研究显示,孕妇接触交通废气污染会影响胎儿的认知发育。动物试验也表明,交通废气污染会影响大脑发育。研究人员说,这些研究说明,直到童年中期,发育中的大脑可能都会受到交通废气污染的影响。

这一结论对出台空气污染管理规定以及新学校选址具有重要意义。

孕妇吸烟 其所生女儿患癌风险增大

■徐海静

澳大利亚国立大学公布的一项新研究结果显示,怀孕期间吸烟的妇女,其所生女儿长大后患卵巢癌和乳腺癌的风险会增大。

研究人员报告说,他们从澳大利亚政府相关部门的调查

中获取了1500名女性的数据。经研究发现,当她们还是胎儿时,假如其母亲不间断地吸烟,其所生女儿长大后患卵巢癌和乳腺癌的风险会增大。

主导这项研究的澳大利亚国立大学研究人员艾莉森·贝伊说:“我们越来越多地发现,人类生理的很多方面,甚至我们的行为,很大程度上在出生前就已确定。”该专家认为,孕妇吸烟等不良习惯给其自身带来的影响,会对孩子的长期健

康产生影响。

此前已有研究显示孕期吸烟与一系列儿童健康风险高度相关,例如出生体重过轻、肺活量过小、哮喘、肥胖等。此次发现则揭示了孕妇吸烟的新危害,为研究相关课题提供了依据。

医院特色

杭州市第一人民医院S一神经外科

打造最值得信赖的神经外科



■记者谢邦翔

杭州市第一人民医院S一神经外科是杭州市一类重点学科。本学科由我省著名神经外科专家朱济平教授、李云漳教授等创建于20世纪60年代初期,是我省最早建立的神经外科之一。

S一神经外科由神经外科门诊、病房、重症监护室、专用手术室组成,拥有国际先进的神经外科手术导航系统、头颅MRI、CT、DSA、脑皮层电极监测、脑立体定向仪、手术显微镜、神经

内窥镜、超声吸引器、无创颅内压监护等先进的高精尖设备,现为浙江省浙北区域(杭州、嘉兴、湖州地区)神经外科中心建设单位,是南京医科大学、杭州师范大学、浙江中医药大学、温州医学院临床教学基地。

学科现有专科医师11名,其中主任医师5人,副主任医师3人,其中博士2人,硕士7人,杭州市新世纪第二层次及省“151”第三层次人才培养对象1人,杭州市新世纪人才培养对象第二层次1人,第三层次2人,拥南京医科大学博士研究生导师1名,硕士研究生导师3人;浙江中医药大学硕士研究生导师2名。专科门诊周一至周六,24小时急诊应诊。

从60年代仅能开展简单的

颅脑损伤治疗,发展到今天已能全面开展重型颅脑损伤综合救治、脑肿瘤、颅内动脉瘤、脑血管畸形、脊髓髓内肿瘤、椎管内肿瘤、癫痫及颅底高难度肿瘤的显微手术。尤其是采用经皮穿刺球囊压迫、三叉神经及面部神经微血管减压、三叉神经半月节阻滞及三叉神经半月节射频等多种手段微创治疗三叉神经痛,开颅微血管减压治疗面部痉挛,经鼻腔蝶窦行垂体腺瘤切除术、颅脑肿瘤显微手术、糖尿病周围神经疾病松解术治疗周围神经痛、高压脑溢血微创手术、癫痫外科治疗等在省内外有较高的知名度。

除此之外,市一S一神经外科还有以下特色诊疗推荐:

1. 面肌痉挛:面神经微血管

减压(MVD)微创根治手术;

2. 颅脑肿瘤治疗:显微手术、神经内窥镜及立体定向辅助精确定位病灶,优化手术入路微创手术切除颅内病变;

3. 垂体腺瘤治疗:经鼻腔蝶窦行垂体腺瘤微创显微切除术(不开颅);

4. 椎管内、脊髓髓内肿瘤治疗:椎管内、脊髓髓内肿瘤显微切除术,颅颈交界畸形手术;

5. 糖尿病周围神经疾病(DPN)神经松解术治疗周围神经痛;

6. 脑血管病介入治疗:颅内动脉瘤、脑动静脉畸形、硬脑膜动静脉瘘、颈内动脉海绵窦瘘的血管内介入治疗。

杭州享甜餐饮管理有限公司注销清算公告

杭州享甜餐饮管理有限公司注销清算公告:本公司股东已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视其为没有提出要求。

临安市天宇线缆有限公司注销清算公告

临安市天宇线缆有限公司注销清算公告:本公司股东已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视其为没有提出要求。

通优教育咨询有限公司注销清算公告

通优教育咨询有限公司注销清算公告:本公司股东会已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视其为没有提出要求。

杭州弘瑞语贸易有限公司清算组清算公告

本公司董事会已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视其为没有提出要求。

到是否患上阑尾炎。

如刚

开始

为上腹

部疼痛,

数小时

后转

为右下腹痛,

伴有一

恶

心、呕

吐等,

多为急

性阑

尾炎。

女性

还应考

虑是否

和左

输

管

有关

问题。

肚

脐

周

围

痛:

主要

应考

虑小

肠

和胰

腺

的问

题。

腹

腔

广

泛

性

痛:

可能

由多

种原

因引

起

的问

题。

腹

部

的

痛:

不可

大

意。

对剧

烈的

绞

痛:

或不

明

原

因:

的

痛:

不

明

原

因:

的

痛:

不

明

原</