

# 胸闷胸痛都是“坏胆固醇”惹的祸



**崔翰斌**,医学博士,主任医师,教授。现任宁波市第一医院心脏中心副主任,心血管内科主任。浙江大学及宁波大学医学院硕士生导师。浙江省医学会心血管病分会青年委员,浙江省心脏起搏与电生理学会委员。浙江省“新世纪151人才工程”第二层次培养人才。曾先后赴日本群马、德国卡尔斯鲁厄及美国犹他大学、哈佛大学医学院研修临床及介入心脏病学。

擅长心血管疾病常见病及疑难病的临床诊治,并在冠心病的介入治疗、心脏起搏器植入与心律失常的射频消融治疗方面具有丰富的临床经验。

■记者王艳

近年来,60多岁的陈先生时常感觉胸口疼痛,每次疼的时候持续几分钟,休息一会就能缓解,所以一直没当回事。前几天,他胸痛再次发作,就像是针扎一样,疼得喘不过气,还伴有心慌、乏力并且大汗淋漓。家人赶紧将他送到医院急诊。经过检查,陈先生被诊断为患上了冠心病。

**胸闷胸痛当心冠心病,严重者可猝死**

宁波市第一医院心脏中心副主任、心血管内科主任崔翰斌主任医师介绍,冠心病全称是冠状动脉粥样硬化性心脏病,是冠状动脉发生粥样硬化引起管腔变窄或闭塞,导致心肌缺血缺氧或坏死而引起的一种最常见的心脏病,致死率极高。冠心病多发于40岁以后,男性多于女性。

据世界卫生组织的统计,目前冠心病是全球最常见的死亡原因,其致死的人数超过所有的肿瘤死亡人数的总和,已成为威胁人类健康的主要疾病之一,是人类健康的“头号杀手”。随着生活方式的改变,近年来我国冠心病患病年龄呈年轻化趋势,发

病率也在不断增加。

大约有60%的患者症状比较典型,表现为典型胸部疼痛。患者通常因体力活动、剧烈运动、情绪激动等诱发,突感心前区疼痛,特别是胸骨中上段后方出现疼痛。疼痛的时间通常不超过30分钟,休息后可自行缓解。

有部分患者症状不典型,表现为上腹痛、恶心、呕吐、打嗝或烧心等容易和胃肠道疾病混淆的症状,或熟睡中突然惊醒,感到胸闷、心慌、呼吸困难,伴大汗淋漓。症状不典型,相对更容易误诊或漏诊。

崔翰斌表示,不同类型的冠心病的危害是不同的,病情严重时,由于心肌供血不足,严重限制患者的体力活动和生活质量,导致患者可能连一些轻体力活都干不了,生活上也离不开家人的照顾。而体力活动的降低加剧了全身失健和脂质代谢异常,使冠状动脉粥样硬化发展加快,病情恶化,形成恶性循环。更可怕的是,不少患者因为已经发生心肌梗死或猝死,才知道患有冠心病。

**怀疑有冠心病要做哪些检查**

崔翰斌介绍,有些老年患者像陈先生一样总存在侥幸心理,

认为“小疼小痛不会有事”,而事实并非如此,一旦在运动、劳累或情绪紧张后出现心前区疼痛、胸闷、紧缩感、晕厥,莫名原因的牙痛和颈肩痛等情况应高度警惕,及时到正规医院检查。

目前冠心病的诊断主要还是依赖典型的临床症状,再结合辅助检查发现心肌缺血或冠状动脉堵塞的证据,以及心电图损伤标志物判定是否有心肌梗死。冠状动脉造影是冠心病诊断的“金标准”,可以明确冠状动脉有无狭窄、狭窄的部位、程度、范围等,并可据此指导进一步治疗。

**“坏胆固醇”是心血管疾病**

数据显示,在众多危险因素当中,胆固醇指标异常是导致冠心病、心肌梗死、心脏性猝死和缺血性脑卒的独立而重要的危险因素。它通过加速全身动脉粥样硬化,对身体造成隐匿性、进行性、全身性和器质性的损害。

崔翰斌介绍,胆固醇也分“好坏”。胆固醇主要分为高密度脂蛋白胆固醇(HDL-c)和低密度脂蛋白胆固醇(LDL-c)两种,前者对心血管有保护作用,

是“好胆固醇”;后者升高会使血管壁上形成脂质斑块(即动脉粥样硬化);斑块如果逐渐增大就会导致血管狭窄,从而引发冠心病和脑卒中等心脑血管疾病,因而被称为“坏胆固醇”。更危险的是,有些斑块就像不定时的炸弹,不稳定的斑块破裂引起血栓堵塞,会在短时间内堵塞血管,导致急性心肌梗死或脑梗死,短时间内就可夺去生命。

“坏胆固醇”是心血管疾病的罪魁祸首。“坏胆固醇”在一般人群应该低于3.4 mmol/L,如果是心血管病患者则要控制在2.6mmol/L以下,甚至1.8 mmol/L以下。需要注意的事,若血脂固脂指标异常,一定要遵医嘱进行降脂达标。

**控制六大危险因素,预防冠心病**

崔翰斌表示,冠心病患者应该进行积极预防与合理治疗,同时自己要控制可以控制的危险因素。冠心病的发生及其诱因有迹可循,高血压、高血脂、吸烟、糖尿病、肥胖以及不健康的生活方式是目前国际公认导致冠心病的六大危险因素。所以在日常生活中,要时刻绷紧预防冠心病这根弦,控制各种危险因素才能防病于未然。

麻就不全麻更好呢?

对此,张为民表示,从生理上来说,全麻风险确实会略大于局麻,然而全麻也有局麻不具备的优势。年幼的儿童在接受手术时,如果只是局部麻醉,不仅不会配合手术,亲眼目睹手术过程还会带来恐惧情绪,形成可怕的记忆,对于那些需要反复接受检查或手术治疗的儿童尤甚。全麻可保护孩子免于形成精神创伤,这种受益是要远大于风险的。因此,除了考虑手术对孩子生理上的影响,还要想到心理、精神上的影响。不能说局麻就比全麻更好,更不能认为能选局麻就不全麻。

医生提醒麻醉不会对孩子的大脑功能造成影响,即不会让孩子“变傻”。当孩子的病情确实需要手术时,全麻的受益远大于风险。

## “全麻”不会影响孩子智力

■记者王艳 通讯员程丹丹

5岁的小宝最近生病了,要进行手术治疗。医生告诉家长,手术需要进行全身麻醉(简称全麻)。家长听了十分恐慌,孩子才5岁,正是智力发育的关键时期,麻醉会影响孩子的智力吗?

浙江绿城心血管病医院麻醉科张为民副主任医师介绍,麻醉是一种医学技术,旨在用药物或其他方法,使患者整个机体或机体的某一部分暂时失去痛觉或痛觉减轻,达到手术刺激时的适应状态。

刚从全麻中醒来的患儿(也包括成年患者)通常都有一个短暂的头脑不清甚至说胡话的阶段,好像是“人变傻了”,这可能是“全麻让孩子变傻”这一误解的来源。

张为民表示,实际上,这是

由于麻药劲儿还没有完全散去,并不是人真傻了,过一会儿就会恢复正常的。全身麻醉是通过呼吸道、血管给药,使手术患者痛觉消失,全身放松、反射减弱,以便于安全、无痛地渡过手术。这种状态可以被人为控制,也是可逆的。

另外,3岁以后,孩子的大脑已基本发育完善,即使接受全麻也可保证相对安全。就目前的研究结果而言,没有确切的证据表明婴幼儿期间接受全麻会损伤儿童的大脑功能。有些孩子在全麻手术后重返学校,成绩成绩退步了,或者体育课上表现欠佳了,这也不能说是因为麻醉伤害了大脑,而是由于经历了手术的创伤,孩子需要一定时间康复。

还有人说,全麻毕竟会影响到全身,有一定风险,局麻对身体影响更小,是不是能用局

牙痕,或有2列对称的细小牙痕。

兰频强调,对于被蛇咬伤重要的不是鉴别该蛇有无毒性,而是在应急处理时务必以毒蛇咬伤的方式进行处理,然后以最快的方式到专业的医院进行处理、诊治。

处理毒蛇咬伤五步骤:

**捆扎:**停止伤肢活动,将伤肢置于最低位置,在最短时间用身边可利用的橡皮筋、绳、布条、草藤等在伤口上近心端约10厘米部位进行捆扎。而捆扎伤口也很有讲究,捆扎的力度要能阻止静脉血和淋巴回流,而不妨碍动脉血流动,还要每隔半小时放松几分钟,以防止血液循环受阻而加速组织坏死。

**冲洗:**用净水反复冲洗,如果周围实在没有水,可用人尿代替。

**观察:**尽量记住蛇的外貌特征,方便医生对症下药。

**排毒:**边冲洗边从伤肢的近心端向伤口方向及周围反复

## 拍卖公告

本公司受委托,定于2017年5月24日上午10时,在本公司拍卖厅对如下废旧物资依法向社会进行公开拍卖。本次采用密封(投标)式拍卖,竞买人须具备处理废旧物资资质。

标的物:1ST 规格废皮带;2EP 规格废皮带。具体数量以过磅为准。展示时间、地点:即日起至5月23日16时止,标的现场。咨询报名时间、地点:即日起至5月23日16时止,本公司(温州市鹿城区杏花路200号侨房大厦二楼)。有意竞买者,凭营业执照副本、法人证明及公章,带竞买保证金5万元前来办理报名手续,领取号牌和资料,并将竞标书于5月23日16时前投至本公司标箱。拍卖成交者,保证金转为履约押金;拍卖不成者,保证金三天后无息退还。

本公司网址http://www.hfauction.cn/咨询电话:88529132工商监督电话:89661259

温州汇丰拍卖行有限公司

2017年5月16日



王来法与职工对话健康

## 慢阻肺是如何形成的

**问:**我是一家耐火材料公司的职工,近几年来,经常出现咳嗽、咳痰、呼吸困难的情况,去医院检查诊断是慢性阻塞性肺病。我平时不抽烟不喝酒,生活习惯都很好,为什么会患慢性阻塞性肺病,是什么原因形成的?

**答:**慢性阻塞性肺疾病是一种破坏性的肺部疾病,是以不完全可逆的气流受限为特征的疾病,气流受限通常呈进行性发展与肺对有害颗粒或气体的异常炎症反应有关。而且对全身的系统影响也不容忽视。

据世界卫生组织统计,慢性阻塞性肺疾病居世界上死亡原因第四位。慢性阻塞性肺疾病确切的病因不清楚,与下列导致慢性支气管炎的因素有关:

吸烟为重要的发病因素,烟龄越长,吸烟量越大,患病率越高;

职业性粉尘和化学物质。如烟雾,过敏原,工业废气及室内空气污染等,浓度过大或接触时间过长,均可能导致慢性阻塞性肺疾病;

空气污染。大气中的有害气体如二氧化硫、二氧化氮、氯气等损伤气道黏膜和其细胞毒作用,使纤毛清除功能下降,粘液分泌增加,为细菌感染增加条件;

感染。感染是慢性阻塞性肺疾病发生发展的重要因素之一;蛋白酶-抗蛋白酶失衡;

机体的内在因素,自主神经功能失调,营养,气温的突变等都有可能参与COPD的发生、发展。

临床表现为咳嗽、咳痰、呼吸困难,在其病程中常出现急性加重,急性加重是促进疾病持续进展的主要因素。

慢性阻塞性肺疾病的发病初期患者常无明显不适,许多患者常常等到呼吸困难严重时才求医,而这时病情已经进展到中度以上。

所以,世界卫生组织提出预防控制COPD重在一级预防(病因预防)和二级预防(早发现、早诊断、早治疗)。

**王来法**,杭州江南胃病病研究所所长,杭州市中医协会中医民间特色专业委员会主任委员,中华中医药学会传统诊疗技术与验方整理研究分会常委。擅长用中医药治疗疑难胃病、胆病、结石病、肿瘤等,尤其对慢性萎缩性胃炎、胃恶变

针对目前COPD的主要危险因素,一级预防具体的措施包括:不吸烟;湿式作业、密封尘源、加强通风和个人防护,以减少职业暴露;加强环境保护,改善空气质量,改变炊炊方式,减少室内油烟污染;预防呼吸道疾病,抗感染,早期治疗慢性支气管炎,防治演变为呼吸吸道阻塞性病变;进行健康宣教,提高人们对慢性阻塞性肺疾病等慢性病的认识,加强体育锻炼,增强免疫力。

二级预防采用患者自测:是否经常每天咳嗽数次?是否经常有痰?是否比同龄人更容易感觉气短?年纪是否超过40岁?现在是否吸烟,或者曾经吸烟?

如果有三个以上问题回答“是”,即应向医生咨询,并进行肺功能检查,肺功能检查是慢性阻塞性肺疾病诊断的重要手段,有助于早期诊断并得到早期治疗。

早发现,及时治疗,完全可以得到有效的预防和控制,控制或者减轻病人的症状,延缓或者防止疾病的加重,延缓疾病的发展。

中药汤剂辨证论治:通过合理组方,改善咳、痰、喘症状,改善肺、脾、肾的脏腑虚损。适合与急性发作期症状的控制,缓解稳定期的体质改善。

中医药食疗有三个方子,亦有一些益处。

第一方:取家养母鸡一只去其内脏,加黄芪,冬虫夏草,党参,砂仁各30克,文火煮烂,食鸡喝汤,冬至之后每九天一只。再如痰不易咳出者,清晨一个新鲜鸡蛋,核桃仁粉,香油、蜂蜜各一小勺冲服。

第二方:百合粉20克,与糯米50克加水煮至米化汤稠,加冰糖适量,早晚2次温热服用,20日为1疗程。能补肺滋阴、止咳化痰。

第三方:白果仁、甜杏仁各100克,胡桃仁、花生仁各200克,共捣烂和匀。每日服用20克,加水1小碗,煮沸,打入鸡蛋1个,加冰糖适量顿服,连用半年。

等治疗领域有深入研究和独到见解。著有《慢性萎缩性胃炎》和《胃病康复之路》、《胃肠病调摄》、《标本兼治看胃病》等专著和医学论文40多篇。其中《标本兼治看胃病》等两本书籍已经被美国哈佛大学和耶鲁大学图书馆收藏。

特别提醒

## 调好座椅再骑共享单车

■记者王艳 通讯员王婷

对于很多健身爱好者而言,共享单车出行不仅低碳环保,更重要的是可以锻炼形体,使身材匀称,同时有强化心脏功能、控制高血压等功效。因此,共享单车这便便宜又健康环保的代步工具一经推出,就大受市民们的青睐。

浙江医院康复医学科主任林坚主任医师表示,骑共享单车是一个非常方便且绿色的出行方式,但是从骑行的角度来说,共享单车也确实存在着一定的问题。最明显的一个问题就是,共享单车不是为某一个人定制,它有一个统一的尺寸,所以,对不同的人来说,共享单车可能过高或过低。在骑行时,膝关节、膝关节的运动很有可能处于角度过大的一个状况。如果长时间使用错误的骑行姿势,非但不能给我们带来健康,还会对膝关节或者髌关节产生一定的损害。

单车座椅过高或过低都是不合适的,如果座椅过低,在长时间骑行后,肌肉处在过度负担状态,对脊柱和膝盖都有一定的影响。而大部分共享单车的使用者,只是简单的进行扫码开锁后就骑行上路,并没有对自行车进行必要的调整。

那么,究竟怎样的座椅高度才合适呢?林坚表示,人们在使用共享单车之前,应事先把座椅调整到最适合个人骑行时的最佳高度。也就是座椅的最高点与髌关节齐平的位置,这样才能避免在骑行过程中身体过度前驱或过度后伸,以此减轻对盆底的压迫。

林坚同时提醒,长时间骑行会让驱干、手腕以及膝盖处于被屈曲的状态,都会对我们的身体造成一定的损害。而座椅对人的盆底也有一定的压迫作用,所以,骑车锻炼固然好,但连续时间也不宜过长。建议一次单车骑行时间最好不要超过半小时,如果超过半小时,就要休息一下。

健康资讯

每天一点碘 健康多一点

## 我省将重点关注孕妇用盐

**本报讯 记者王艳报道** 昨天是我国第24个“防治碘缺乏病日”,主题是“每天一点碘,健康多一点”。记者从省卫生计生委、省食品药品监督管理局、省疾控中心等部门承办的2017年防治碘缺乏病日宣传活动现场获悉,1995年起我省实行普遍食盐加碘策略,取得了显著成效,但我省孕妇依然面临碘营养水平不足的风险,下一步将重点对孕期妇女进行碘缺乏病的针对性宣传,并着手研究制定实施孕妇专供盐标准。

省疾控中心专家介绍,碘是人体必不可少的一种营养素,必须通过每日少量从外界摄取才能满足人体需求。生活在碘缺乏地区的居民如果长期食用含碘量不足的食物,且如果不通过从外界获取足量碘满足机体日常需求的话,即可出现碘缺乏病。成人缺碘可能会导致甲状腺功能低下,容易疲劳、精神不集中、工作效率低下;孕妇缺碘则会对子代的智商得分、语言发育和动作发育等方面有着负面影响。

1995年起我省实行普遍食盐加碘策略,取得了显著成效,至2016年,全省碘盐覆盖率已从1995年的50%上升到90%,8~10岁儿童尿碘中位数为178微克每升,处于世界卫生组织建议的碘适宜水平区间(100~199微克



每升)。

但是,我省外环境平均水碘含量为4.3微克/升(水碘在10微克/升以下为碘缺乏地区),属于自然环境缺碘地区。全省孕妇尿碘中位数仅为127.2微克每升,低于世界卫生组织建议的推荐适宜量(150~249微克每升)的下限,提示孕妇作为碘缺乏病防治的重点人群,依然面临碘营养水平不足的风险。

专家表示,病区外环境缺碘是人群碘摄入不足致病的主要原因,普遍食盐加碘是我国防治碘缺乏病的根本措施。下一步,疾控中心将继续开展监测工作,重点对孕期妇女进行碘缺乏病的针对性宣传,引导其科学补碘。同时在盐务等部门的配合下,着手研究制定实施我省孕妇专供盐标准。

## 日本1岁女童接受双肺移植

■华义

日本冈山大学医院11日为一名1岁女童实施了双肺移植手术,这是日本年龄最小的接受肺移植的患者。

当天手术供体来源于一名不到6岁的脑死亡男童。这名先天患有肺高血压的男童的需求于今年2月在负责协调肺移植的

日本脏器移植网络登记。这名男童10日被判定脑死亡后,其亲属同意捐出脏器。

据医院介绍,手术后女童状态稳定,预计一两月后可出院。这名女童是日本年龄最小的肺移植患者。

日本脏器移植网络表示,这名男童的心脏当天也移植给了另外一名10岁男童。

## 恒丰银行股份有限公司温州分行挂牌公告

根据相关法律规定,恒丰银行股份有限公司温州分行将下列借款人及其担保人项下享有的全部权利(包括但不限于主债权、担保债权、违约金债权、损失赔偿权、利息债权)于2017年5月19日在重庆金融资产交易所有限责任公司进行挂牌转让,有意向者可直接摘牌或直接联系我行,特此公告。

序号	借款人名称	本息(截至2017年5月12日)	借款期限	担保人及担保方式
1	大丰市花都美食新天地市场管理有限公司	38135791.59元	2015年6月29日至2016年6月26日	由江苏聚诚置业有限公司名下的房地产抵押,追加江苏聚诚置业有限公司保证,追加雷宗森、郑婧婧、彭成演、彭祥清、张德军、郑世军个人连带责任保证

恒丰银行股份有限公司温州分行联系电话:18358753057

恒丰银行股份有限公司温州分行

遗失声明:

遗失浙江省三门建安工程有限公司杭州市三张企业IC卡: EJJ206174、EJJ206175、EJJ206176,现声明作废。

杭州斯坦达皮件服装有限公司,注册号为330100400018866不慎遗失由杭州市市场监督管理局2008年4月8日核发的营业执照副本,同时遗失组织机构代码证副本,代码:60912936-5,税务登记证正副本,号码:330124609129365,声明作废。