

冬季冠心病患者更易心肌梗死

学会急救和预防能大大降低被猝然夺命的风险



■记者王艳

程震锋 湖州市中心医院大内科副主任，心内科主任，胸痛中心医疗总监，主任医师。中国老年学和老年医学学会老年病学分会心血管病精准医疗专家委员会委员，湖州市心血管病专业委员会主任委员，浙江省医学会血栓与止血分会首届常务委员，浙江省预防医学会心脑血管病预防与控制专业委员会委员。

2015年被评为浙江省住院医生心中的好老师，2017年5月创建公众号《震锋晨读》，在国内第一时间传递心血管病学的最新研究。

近日，湖州市中心医院胸痛中心接诊一位29岁年轻患者，自述2小时前无明显诱因下突发胸前区疼痛，难以忍受。进行心电图、心肌酶、B超等相关检查后，专家诊断患者是冠心病引起的急性心肌梗死。所幸送医及时，专家和家属进行充分沟通并取得同意后为其进行了冠脉支架植入治疗，患者转危为安。

心肌梗死患者日趋年轻化

该院大内科副主任、心内科主任、胸痛中心医疗总监、主任医师程震锋介绍，急性心肌梗死是冠状动脉急性、持续性缺血缺氧所引起的心肌坏死。临幊上多有剧烈而持久的胸骨后疼痛，休息及硝酸酯类药物不能完全缓解，伴有血清心肌酶活性增高及进行性心电图变化，可并发心律失常、休克或心力衰竭等。

急性心肌梗死是威胁大众的重要疾病之一，美国每年约有150万人发生心肌梗死，我国每年新发至少50万。近年来，发病率逐渐攀升，并且呈现出年轻化的趋势。

程震锋介绍，仅2017年度，该院就接诊并处理40岁以下急

性心肌梗死患者7例，其中最年轻仅26岁。

九成心肌梗死皆因冠心病

心肌梗死的易患人群包括：高血脂、高血压、糖尿病、高龄的人群、吸烟、过度饮酒、腹型肥胖、缺乏运动的人群、精神心理压力大、水果蔬菜摄入不足的人群。据统计，90%以上的心肌梗死是由于冠状动脉粥样硬化病变基础上血栓形成而引起的。那么，哪些习惯会导致冠心病患者急性心肌梗死？

程震锋介绍，冠心病患者的冠状动脉已发生硬化、狭窄，过重的体力劳动，尤其是负重登楼，过度体育活动，连续紧张劳累等，都可使心脏负担加重，造成心肌缺血。剧烈体力负荷也可诱发斑块破裂，导致急性心肌梗死。

另外，冠心病患者如果情绪过于激动、暴饮暴食、经常吸烟、大量饮酒或受寒冷刺激等都可能引发急性心肌梗死。

急性心肌梗死发病有先兆

急性心肌梗死诊断主要根据典型临床表现，如持续较长时间（常大于30分钟）的胸痛或不适；特征性的电图改变，如ST段呈弓背向上形抬高、出现宽而深的

Q波和T波倒置；实验室检查，如心肌酶及肌钙蛋白升高。

虽说急性心肌梗死发病突然，但有50%以上的病人在心梗发生前几周或前几天会出现一些先兆症状。及早识别这些症状，可有效地预防心肌梗死的发生和发展。

因此，当有下列情况出现时应高度怀疑急性心肌梗死可能：原来稳定型或初发型心绞痛患者其运动耐量突然下降；心绞痛发作的频度、严重程度及持续时间增加，或无明显的发作诱因，或以往有效的硝酸甘油剂量变为无效；心绞痛发作时出现新的表现，如恶心、呕吐、出汗，疼痛放射到新的部位，出现心功能不全或心律失常；心电图出现新的变化等。

学会急救和预防，别让它猝然夺命

我国每年有55万人死于心脏性猝死，其中90%发生在医院之外。及时采用正确的方法急救，院外心脏性猝死抢救成功率可由5%提高到49%。

程震锋提醒，患者一旦出现持续的胸痛可能提示突发急性心梗，家属以及周围的人应立即拨打120急救。在救援到来前，可以平卧不动，如果带有硝酸甘油

或麝香保心丸之类的药物可以含服，数分钟内不能缓解还可以再含服一次。如果患者突然出现意识丧失、心跳停止，这时应立即进行胸外按压，人工呼吸，一直坚持到医生到来。

近年来，急性心肌梗死发病率有升高趋势，这与现代人不健康的生活方式密切相关。因此，预防很有必要。建议患者及早改变不良的生活方式，戒烟限酒、调整饮食的结构，少盐低脂、减轻体重、进行适量的活动等。但不要搬抬过重的物品，也不要饱餐或饥饿的情况下洗澡。

血脂异常、糖尿病、高血压、腹型肥胖，是发生心肌梗死的主要因素，建议这些患者每年至少做一次预测性检查；对于已经发生过心肌梗死的患者来说，半年甚至更短的时间就要做一次检查，以将危险降到最低点。

另外，国内资料表明，持续低温、大风、阴雨是急性心肌梗死的诱因之一，寒冷季节急性心肌梗死发病率较高，因此天冷更需预防。冠心病患者冬季要注意保暖，或适当加服硝酸甘油类扩冠药物进行保护。一旦出现上腹部或胸部疼痛、闷气、心慌气短、头晕等症状时，一定要去医院进行检查。



王来法与职工对话健康

高血脂是健康杀手吗

问：我在入行建筑业之前做过一次体检，当时一切正常，两年后参加体检，我竟然查出血脂偏高，我的队友也有好几人查出高血脂。听说高血脂是健康杀手，王医生，针对这种情况，我们应该如何防范？

答：随着生活水平的提高，高血脂患者越来越多。高血脂早中期没有明显症状，因此患者往往掉以轻心，殊不知，它却是一个潜伏的“杀手”。它与动脉粥样硬化、糖尿病、脂肪肝、肾病等关系十分密切，可引起全身血管病变，有引起冠心病、脑梗塞的危险，也是高血压症的根本原因。当脑部血管先出现症状时，还会导致中风。

从日常生活看，高血脂和人的日常饮食、生活习惯关系极为密切，饮食失当或摄食过度，或恣食肥腻甘甜厚味，让过多膏脂随饮食进入人体，输布、转化不及，滞留血中，而造成血脂升高；抽烟多，或酗酒过度，损及脾胃，健运失司，致使饮食不归正化，不能化精微以营养全身，反而变生脂浊，混入血中，也会引起血脂升高。

“清从浊化，脂由痰生”。高血脂症相当于是中医“痰湿”、“浊阻”范畴，是在脏腑之气虚衰的基础上，饮食不节、好坐好静、嗜食肥甘、七情劳伤等形成正虚邪实所致。基本病机是脏腑功能失调，精微物质运化失常，酿

在临幊上的病人，有的因脾虚痰瘀阻络而肢麻；有的因肝肾不足聚痰生瘀而致头痛眩晕；有的因心脾不足痰瘀阻痹胸阳而致胸痛；有的因脚肾两虚痰瘀阻窍而成痴呆。这些病人通过化痰浊、行瘀瘀治疗均可取得一定疗效。

要防范高血脂症，在日常的饮食、生活中需要特别注意。应注意饮食调摄，慎食高脂、高糖、高胆固醇食品，加强运动也是预防高血脂的有效措施，建议大家每周至少进行两次有氧运动，已经患有高血脂的人，最好选择强度小时间长的锻炼方案，如慢跑、快走、游泳等。另外要戒烟戒酒，起居规律，控制高血脂来减少并发症。

王来法 杭州江南胃胆病研究所所长，杭州市中医药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。

健康警示

5年前被狗咬没重视 9岁男孩狂犬病发作

文明养宠物，被自家猫狗咬伤也应及时接种疫苗

■记者王艳 通讯员沈文礼

就诊的重要性，错过了狂犬疫苗注射的最佳时机，如今后悔莫及。

该院ICU张思泉主任介绍，狂犬病又名恐水病，是由狂犬病毒引起以侵犯中枢神经系统为主的人畜共患传染病，病死率几乎达100%。此病潜伏期长短不一，5天至19年或更长，一般为1~3个月，然而发病后进展迅速，病情重，主要传染源80%~90%是携带狂犬病毒的病犬，其次是猫、猪、牛及马等家畜和兽类。

可通过唾液等进入带伤口的皮肤黏膜，有人传人的可能性。临床表现为特有的恐水、恐风、恐惧不安、流涎和咽肌痉挛、进行性瘫痪等。

张思泉提醒市民，在日常生活中应严格犬类的管理，爱狗人士养狗时大意不得，应进行登记及预防接种，出门遛狗记得拴链子，进口动物必须检疫；存在高危接触狂犬病的工作人员、兽医、山洞探险者、动物管理员，在进行职业暴露前必须做疫苗接种。即使被自己饲养的犬、猫等动物咬伤或抓伤，也应及时处理伤口，并进行全程预防接种。

据了解，小童一直与狗接触较多，但没有自我保护的意识，平时被狗抓破皮肤时有发生。而家长也只是记得5年前，小童被狗咬伤过，但没有意识到及时就医，并进行全程预防接种。

特别提醒

高血压患者慎选感冒药

■记者王艳

麻黄和咖啡因。

各种感冒药除了效用有所不同外，也存在各自的副作用。其中，含有盐酸伪麻黄碱的药物包括康利诺、日夜百服宁、泰诺、新康泰克、银得菲、白加黑等，会升高血压，使心跳加快等。而另一个成分麻黄，它里面含有麻黄碱（不同于伪麻黄碱），其作用与肾上腺素类似，升高血压明显。咖啡因则会使神经细胞活动增高，从而分泌肾上腺素，导致心跳加快，血压增高。而含有甘草成分的中药，高血压患者也应慎服。

吕玲春提醒，高血压患者秋冬季节最好及时复诊，与医生商量是否需要加量、加药。如果不小心感冒了，选择感冒药一定要慎重，要看其所含的成分。另外，感冒期间，患者容易心情不佳，食欲下降，也会影响血压水平。因此，感冒期间要加强血压监测，特别是出现头昏、头痛、胸闷、头胀感等症时要及时测量血压，必要时及时就诊。

目前，患者在药店里买到的各种感冒药中，对血压影响比较大的主要是以下几种成分：伪麻黄碱、

健康资讯

射频消融术或助顽固性高血压患者降压

■记者王艳 通讯员郭俊

血压降下来。这种顽固性高血压介入治疗技术在医学上称为经导管射频消融去肾交感神经术，也称为去肾交感神经射频消融术。是一种非药物治疗顽固性高血压的新技术，可以帮助顽固性高血压患者在使用少量药物的情况下使血压得到有效降低。

浙江医院院长助理、心血管内科主任唐礼江介绍，大部分高血压患者可通过药物控制高血压达标，但还有10%的患者合理服用3种以上降压药、生活方式改善的情况下，血压仍在控制目标水平之上，称之为顽固性高血压。

过去，对于顽固性高血压，医生们几乎“束手无策”，只能通过增加降压药物的品种和剂量来控制血压。现在，患者或可尝试射频消融手术降压。2017年公布的研究数据表明，通过射频消融手术能使四分之三的患者血压得到有效降低。

唐礼江解释，交感神经过度兴奋是高血压发病的关键因素，通过射频消融术抑制交感神经便可让

健康常识

天冷脑梗多发

一旦出现头晕、口角歪斜、肢体无力麻木等症状
一定要争分夺秒送医院抢救

■记者王艳

家住富阳的胡先生，今年70多岁，前几天突然出现言语不清，右侧肢体活动不利。家人紧急联系120救护车，将他送到当地医院。经当地医生详细检查，怀疑胡先生急性脑梗死。紧急予以静脉溶栓治疗后患者仍无明显好转，又被送往杭州市第一人民医院。

该院神经内科专家采用目前国际上最新的机械取栓技术治疗，将一枚取栓支架通过股动脉，送至患者左侧大脑中动脉闭塞处，并将支架缓慢张开，随后将支架连同血栓一起取出。胡先生的病情很快恢复，言语含糊及肢体活动明显好转。

该院神经内科殷晓国副主任介绍，血管遇冷后收缩，血液黏稠度增高，极易诱发脑梗死。入冬以来，该院大概接诊了近20例急性大动脉闭塞

性脑梗死患者，主要以老年人为主。

人的大脑有100亿多个脑细胞，这些细胞对缺血缺氧非常敏感，只要缺血时间超过5分钟，就会以每分钟190万个的速度成批死亡，且不可再生，可导致后遗症。因此，脑梗死发生后，抢救必须争分夺秒，每抢先1分钟，就可能挽救数百万计的神经细胞。

根据国内外治疗指南，发病4.5小时内内的急性脑梗死可使用静脉溶栓药物溶解血栓治疗，颅内大血管闭塞性脑梗死，静脉溶栓治疗很难

溶通血管。根据最新治疗指

南，最好是在发病的6小时内，甚至有些患者根据到院评估情况在发病24小时内，可考虑动脉取栓开通闭塞脑血管。

越早开通血管，临床治疗效果相对越好。因此，一旦有脑血管病症状，一定要及时赶到能够静脉溶栓、动

脉取栓的医院就诊。

目前，该院神经内科团队建立了“杭州市一医院神经内科120卒中急救”微信群，实时掌握尚在转运途中的患者病情及到院时间，提前做好各项急救准备，最大限度缩短抢救时间，真正实现院前院内无缝衔接，最大程度缩短抢救时间。同时，优化脑血管病患者的急救流程，完善神经功能快速评估，缩短患者从跨进医院大门到溶栓药物开始使用的时间，大大提升了脑梗死的救治效率，降低了脑梗死的致残率。

殷晓国同时提醒市民，冬季要注意保暖，及时添加衣被；密切监测自己的血压变化，降温换季时应及时调整降压药物的用量；控制好情绪，避免情绪上的大波动；一旦出现头晕、言语不清，饮水呛咳，口角歪斜，肢体无力麻木等症状一定要第一时间到医院就诊。

腹痛20年原是小肠扭转

专家提醒饭后避免剧烈运动

■记者王艳 通讯员周群

邹女士近20年来，因反复肚子疼痛饱受折磨，一直辗转于多家大医院医治，但因始终未能找到病因，治疗效果不明显。最后疼得无法正常工作，她不得不提前办理了退休手续。

前些日子，邹女士来到诸暨市人民医院普外科主任医师周洪志处就诊。没想到，周洪志只采用了一个简单的外科手术就顺利地解决了缠绕她多年的病痛，前后治疗不到20天。

原来，1998年的一天晚饭后，邹女士弯腰洗衣，突然发

生小腹绞痛，去医院看后吃了

折磨她20年的腹痛症状消失了。

周洪志介绍，邹女士的病其实算不上疑难杂症，只是外科较为常见的急腹症——小肠扭转。小肠扭转是指小肠袢沿其肠系膜纵轴扭转超过180°，肠管发生完全的或部分的闭塞和血运障碍，从而形成肠梗阻。

这种病很常见，常因饱餐后体力劳动或剧烈运动诱发。因此，我们在餐后一定要进行适当休息，而不可随即开始剧烈运动。如果在吃饱后大量运动出现小腹疼痛等症状，应考虑可能出现肠扭转梗阻情况，需及时到医院诊治并向医生讲清起病经过。

最后，邹女士毅然决定回

去周洪志主刀手术。术后，

常山农信社上榜“全国农村金融十大新闻·机构”榜

为充分展示2017年农村金融这片希望田野的新成就、新变化，发现新趋势、新典型，推动中国农村金融改革发展，在国务院发展研究中心金融研究所、中央党校三农问题研究中心、中国农业大学经济与金融研究所等学术机构的指导下，中华合作时报社组织开展了“2017全国农村金融十大新闻”评选活动，分别设立了新闻事件、新闻评论、新闻人物和新闻机构（含省级联社、农商银行两个序列）等评选类别。经过专家评审会评审，结合公众投票结果，常山农信联社在新闻·机构（农商银行）系列的40家候选机构中脱颖而出，荣登“全国农村金融十大新闻·机构（农商银行）”榜，这也是该社首次登榜。

郑浩

拍卖公告

本公司受委托，定于2018年1月30日14:00在兰溪市国际大酒店会议室依法对以下资产进行公开拍卖，现公告如下：

一、拍卖标的物：
1. 位于兰溪市府前路菜场辅导仁路21号东起第二、三间的房产，一楼建筑面积约64.32 m²，二楼约123.08 m²，起拍价为218万元，交保证金10万元。

2. 位于宁波市镇海区城关三角地58号304室房地产，建筑面积约47.37 m²，土地使用权面积约11.84 m²，起拍价19.04万元，交保证金5万元。

3. 位于衢州市常山县天马镇外港的房产，建筑面积约902.43 m²，土地面积约470.8 m²，起拍价:276.633万元，保证金:20万元。

以上标的设有保留价，不到保留价不成交。

五、公司网址：<http://www.nbjpm.com> 微信公众号：zjwjjpm 六、工商监督电话：0579-88847494

浙江万江拍卖有限公司