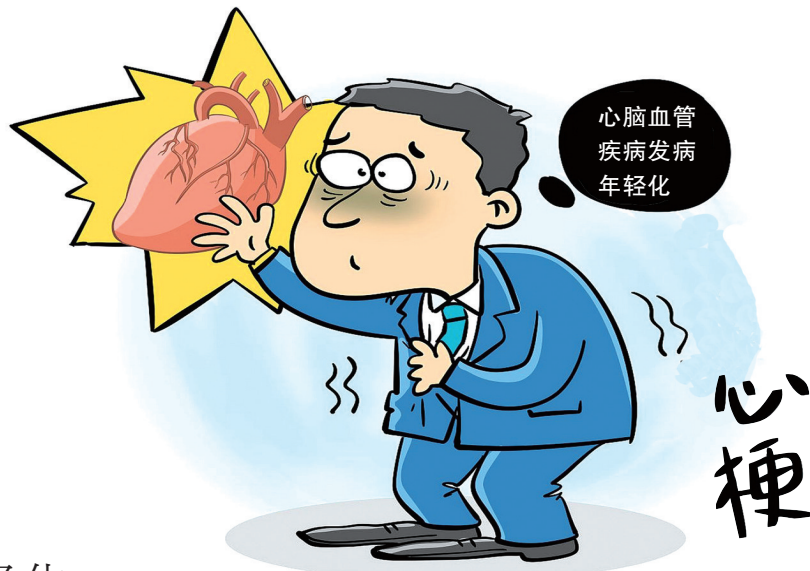


“昨日寒露,这是今年第一个带“寒”字的节气,也是凉爽走向寒冷的转折点。此时,尤其要警惕心血管疾病发作。

昨日,记者从城区几家医院获悉,连日来已接诊多例心梗病例,心血管疾病患者就诊量呈小幅上升趋势,同时呈现发病年轻化。医生提醒:近段时间气温波动较大,容易造成血压波动,诱发心血管疾病。不只老年人,中青年人也要保持良好的生活习惯,根据气候变化及时增减衣物,身边可备些硝酸甘油、保心丸等“救命药”。

■记者 张贞林



近期医院接诊多例心梗病例 发病呈年轻化

## 冷空气“吹倒”不少中青年人

### 医院一天一例心梗手术 年龄最小患者仅42岁

“这段时间,一天做一例心梗手术,除了患者自身原因外,与近期的气候变化大也有关系。”昨日,国药东风总医院胸痛中心CCU主任许浩告诉记者,“从就诊情况来看,50岁以下心梗患者人数增多,冷空气同样也会‘吹倒’中青年人,年龄最小的42岁。”

10月3日,竹山县一名44岁男子突然胸背部剧烈疼痛,被家属紧急送往当地医院。经主动脉CTA检查提示,他体内可能有“不定时炸弹”——I型主动脉夹层。

“动脉夹层死亡率高,病情危急,建议转诊到上级医院。”当地医院医生向患者家属详细介绍了病情,并迅速将患者转运至国药东风总医院。此时,国药东风总医院心胸·大血管外科主任刘伟带领团队对当地医院传来的检查结果进行综合研判,并通知ICU做好接诊准备。当晚7点,患者到达医院后被直接送往ICU。在心胸·大血管外科副主任陈浩的指挥下,迅速为患者完善了一系列术前准备工作。

“主动脉夹层随时可能破裂,每拖延一分钟,患者死亡的风险就会增加一分,立即通知‘救心战队’成员,随时准备手术。”陈浩团队稳定家属情绪,取得手术同意后,“救心战队”立刻对患者病情进行全面评估,制定周密的手术计划。当晚8点,为患者行“升主动脉置换+主动脉弓置换+降主动脉象鼻支架植入术”。

“患者本身有高血压,加上天气骤然变冷,患者的血管张力发生变化,血压突然增高,导致主动脉夹层的发生。”刘伟说,目前,该患者已经成功脱离呼吸机,肝肾功能、胃肠功能、心肺功能恢复良好,再经过一段时间康复治疗,就能顺利出院。

### 一旦出现先兆现象 应及时前往医院就诊

“一到换季,天气转凉或气温骤降,心梗发病率就会明显‘抬头’。”太和医院急诊科主任方志成告诉记者,这个长假期间,医院收治10多例心梗病例,其中有两名40多岁的男子发生猝死,因为送医不及时未能抢救过来。

方志成分析,近期心血管疾病迎来就诊小高峰,一部分受冷空气影响,容易诱发心绞痛甚至急性心梗;另一部分则属于节后综合征,如果假期生活缺乏规律,加之暴饮暴食、缺乏运动,容易导致节后心血管疾病患者就诊量增多。

研究显示,气温每降低1℃,死于心脑血管疾病的人数将增加0.49%;气温每降低

1℃,收缩压升高1.3毫米汞柱,舒张压升高0.6毫米汞柱,这也就是为什么高血压患者更容易因为寒冷刺激导致血压急剧上升而发生心梗等意外。

在采访中,不少医生提到,别小看气温波动,很容易导致血压波动,引发心血管疾病。“大家应该意识到,随着气温降低,心肌耗氧量增加,加之交感神经兴奋,容易导致血管中本就不稳定的斑块破裂。”方志成说。

如何防患于未然?医生提醒,日常生活中要关注心血管健康情况,定期监测自身血压、血脂、血糖等指标,控制好肥胖、吸烟、熬夜等危险因素,及时发现问题并加以处理,将气温对身体的影响降到最低。

### 哪些人是急性心梗高危人群

许浩介绍,胸痛、胸闷、晕厥是急性心梗常见的典型症状,可通过检查早期识别,及时积极进行急诊介入等治疗。急性心梗如果不及及时抢救,最终可导致猝死。如果患者在路边出现相关症状,由专业人士判断为疑似心梗后,可以给患者口服速效救心丸、硝酸甘油片等。

许浩说,主动脉夹层是指主动脉内膜破裂后,血液进入内膜中间,使内膜慢慢剥离,在动脉内形成假腔,极易造成主动脉破裂,一旦破裂就会大量失血,导致死亡。主动脉夹层分为

I型、II型、III型。III型患者的主动脉破裂位置位于胸部以下,可通过介入手术治疗,I型和II型的患者主动脉破裂的位置位于胸部以上,相对来说更凶险。

许浩提醒,结束长假重返学习、工作岗位后,有高血压、冠心病等心血管基础疾病的高危人群要及时“收心”,外出时做好保暖,平时注意预防保健,除了要戒烟限酒,还要管住嘴、迈开腿,适当运动,保证合理饮食结构。同时,注意劳逸结合,健康的生活方式能大大降低心血管疾病的发病率。

## 进入“多病之秋” 当心五种常见病

■据新华社

寒露节气过后,气温明显下降,早晚温差大。除了心血管疾病外,还有哪些常见的秋季疾病呢?秋天如何保持健康?中医养生专家一一进行介绍。

### 皮肤病

秋季易发皮肤红斑、丘疹、手足癣、带状疱疹,80%的银屑病也会在秋冬季复发,病情加重。

**预防及治疗:**秋季皮肤的养生原则是养阴清热、润燥止痒。多喝水,多吃果蔬,可进行中医食疗,尽量避免吃过敏或刺激性食物。秋季皮肤干燥,洗澡次数不宜过多,少用碱性清洁产品。

### 感冒

秋天,早晚温差增大,人们很容易因为衣服的

增减不及时而感冒。

**预防及治疗:**坚持冷水洗脸,增强鼻黏膜对空气的适应能力;勤开窗换气通风。“肺开窍于鼻”,此时也是鼻炎的好发季节,尤其是有慢性呼吸道病史和“上气道咳嗽综合征”的病人,需格外注意,避免慢性病症急性发作。

### 哮喘

秋天草枯叶落,空气中的过敏原增多,哮喘容易复发。哮喘是一种过敏性疾病,患者没有感冒的症状,但有严重的咳嗽,并伴有喉咙沙哑和胸闷。

**预防及治疗:**中医认为这是燥热引起的,要采取滋阴润肺、宣肺止咳的治疗方法。有哮喘病史的人应尽量远离过敏原,少吃辛辣食物,戒烟。同时,注意保暖防寒,锻炼身体,增强体质。

### 肠胃病

秋季天气干燥,寒冷刺激人体,人体会产生一系列生理变化,如甲状腺素、肾上腺皮质激素分泌增加,对胃病患者极为不利。此时昼夜温差大,容易腹部受凉,部分胃病患者容易旧病复发,或肠道蠕动增强引起腹泻。

**预防及治疗:**脾胃虚弱、患胃肠疾病的人注意保暖,进食热食、软食、清淡饮食,不要吃寒凉食物。

### 失眠

秋天,人的心情容易变得抑郁和悲伤,导致失眠者增加。

**预防及治疗:**尽量不要吃安眠药,可使用中医的方法调整气血。适当增加体育锻炼,让心情变得愉快。如病情持续恶化,应立即就医。