

平安度酷暑,盛夏需当“心”

大暑将至,随着“高温蒸煮”模式不断升级,一些疾病纷纷进入高发期,其中就有十分凶险的急性心肌梗死。近日,武进人民医院心血管内科接连抢救了多名因长期暴露在高温环境下导致急性心梗的患者。天气持续高温闷热,广大市民需时刻提防,不可掉以轻“心”。

通过胸痛中心绿色通道,张大爷在第一时间被推进导管室,冠状动脉造影显示,患者右冠状动脉已经完全闭塞。心血管内科副主任兼南院60病区主任李勇主任团队迅速为患者行急诊介入治疗,从闭塞的冠状动脉内抽吸出大量血栓,使其血管血流恢复,心率和血压也恢复正常,患者获救。

无独有偶,7月5日,一名61岁的女性患者在高温下进行户外劳动时突发胸闷胸痛,被120救护车送到武进人民医院南院急诊。急诊冠状动脉造影显示患者一支血管被完全堵住,医护团队将血栓全部抽吸出来恢复血流后,为患者植入支架,目前患者已康复出院。

专家提醒

武进人民医院心血管内科副主任兼南院60病区主任、主任医师李勇表示,冬季是心梗发病的高峰期,但事实上,夏季也是心脑血管疾病高发的季节,尤其是气温达到35℃以上时,心脑血管疾病的死亡率会明显上升,需要引起大家的重视。

夏天发生心梗的机理和冬天有所不同,夏季人体出汗较多,处于一种相对脱水的状态,血液会浓缩,如果不及时补充水分,血管里的血流发生淤滞,血流速度减慢,容易引

发血栓。有些急性心梗患者在发病前几天内会出现短暂的憋闷、胸痛、乏力等先兆症状,如果有上述情况发生,一定要高度警惕,尤其是老年人群,应及时到医院就诊,明确病因、及早干预,把握最佳治疗时机。

李勇提醒,合并有高血压、糖尿病、高血脂的人群,肥胖、吸烟、高龄、早发猝死家族史等的人群,特别是既往明确诊断为冠心病,甚至有植入支架的患者,都是心梗的高危人群,应特别注意高温避暑,避免在烈日下暴晒,及时补充水分,稀释血液,降低血栓形成的风险。此外,平时工作压力大、生活作息不规律的青年群体应当注意保持平和的心态,养成科学健康的生活方式,清淡饮食,适当运动,有心血管疾病的人群应特别注意按时按量服药。

科室介绍

武进人民医院心血管内科是常州市临床重点专科、常州市临床重点学科共建单位,2017年8月,以心血管内科为核心科室成立了武进人民医院胸痛中心,与常州市医疗急救中心及17家基层医院签订了急性胸痛联合救治协议,建立了急性胸痛会诊、转诊信息平台,将急性胸痛患者的救治阵地前移至院前。2020年9月,医院胸痛中心通过国家



级标准版胸痛中心认证,每年为1000余例急性胸痛患者提供高效规范的诊治服务,为近300例急性冠脉综合征患者进行急诊冠脉介入手术,急性心梗抢救成功率在97%以上,初步建立了急性胸痛区域化协同救治网络。

科室常规独立开展介入手术20余项,包括经皮冠状动脉介入手术、各型心律失常的射频导管消融术、各种埋藏式起搏器安置术、各类心脏瓣膜病和外周动脉介入手术、下腔静脉滤器安置术、主动脉内气囊反搏术以及动脉导管未闭、左心耳封堵术等;其中房间隔和室间隔起搏术、经皮室间隔化学消融术填补常州市空白。科室年门诊接诊30000余人次、出院患者5000余人次、开展介入手术2800余台次。

专家名片

李勇 武进人民医院心血管内科副主任兼南院60病区主任、主任医师、医学博士、留美博士后、江苏大学副教授、硕士研究生导师。常州市医学会心血管病分会委员,武进区十佳青年。擅长冠心病、高血压、心力衰竭、心律失常等疾病的诊治,特长为冠心病介入和心脏起搏器植入治疗。先后被公派至美国罗德岛医院、美国梅奥医学中心、德国罗斯托克大学附属医院进修学习。

专家门诊时间:周一上午(南院)

武医专家 说健康

典型病例

高温劳动突发急性心梗 高危人群天热要当“心”

76岁的张大爷平素身体状况良好,7月4日上午,室外艳阳高照,气温较高,他在户外打扫一个半小时回到休息室时,突然失去知觉,晕倒在地。被送至当地医院后,心电图显示急性心肌梗死,立即转诊至武进人民医院南院急诊。当时患者心跳每分钟仅38次,情况十分危急。

胃肠型感冒夏季多发

医生:对症治疗为主,不建议用抗生素



发烧、鼻塞、呕吐、腹泻……每到夏天,一个不小心,胃肠型感冒就来了。

“胃肠型感冒不是医学上的诊断名称,而是民间一种俗成的说法。胃肠型感冒又可以叫做呕吐型上感,特指除新冠、流感外,普通感冒引起的胃肠功能紊乱。”北京中医药大学东直门医院通州院区急诊科主治医师于潇杰介绍,胃肠型感冒患者一般表现为发热、恶心、呕吐、腹泻、腹痛、鼻塞、流涕等症状,多由病毒引起。感冒时,人们的唾液分泌物增多,不少人习惯将唾液、鼻涕咽下,这也是导致胃肠功能紊乱的一大原因。

夏季出现胃肠型感冒的年轻人居多。“人体肠道是有屏障的,夏季不少年轻人喜欢熬夜,吃一些生冷、辛辣的食物。熬夜会导致人体免疫功能低下,降低肠道屏障的保护作



用,食用生冷、辛辣的食物对肠道黏膜长期刺激,造成肠道黏膜的机械屏障损伤。此外,饮食不卫生也可能使胃肠道生物屏障紊乱,出现腹泻、呕吐等症状。”于潇杰解释道。

在治疗方面,于潇杰提醒,单纯的胃肠型感冒不建议随意服用抗生素,因为病毒性感冒为自限性疾病,以对症治疗为主,如果腹泻严重,可以服用蒙脱石散,同时服用双歧杆菌等益生菌,适当饮用淡盐水,避免出现脱水。“中医治疗胃肠型感冒效果更好。”于潇杰表示,成年患者也可以服

用藿香正气水、藿香正气软胶囊等解表散寒、化湿和中的药物。

老年人和儿童等先天脾胃功能不足或后天脾胃功能虚弱或湿气较重的人群,可适当吃一些健脾化湿的食疗方,如茯苓膏等。此外,夏季更要保证充足的睡眠;适当运动,增加抵抗力,提高免疫力;注意饮食卫生,清淡饮食,不贪凉、不贪辣;勤洗手、科学佩戴口罩等。于潇杰提醒,中医讲究辨证,服用中成药也需要专业人士进行指导。

(新京报)

注意五种情况 洗澡或有风险

夏季天气炎热,大部分人每天都会洗澡,但要注意以下5种澡,可能越洗越伤身。

脑力劳动后洗澡。大脑高速运转,对血液需求量非常大,如果立刻洗澡,血液会向体表皮肤转移。洗澡时,体表对血液需求量大,可能造成大脑供血量迅速降低,引起供血量不足,导致晕厥。脑力劳动后,应该休息片刻再洗。

饮酒后洗澡。酒和热水刺激会导致体表血管扩张,大量血液从内脏转移到体表,脑、心、肾等重要脏器因此出现缺血缺氧,易诱发心绞痛和心肌梗塞。

运动后立即洗澡。机体受到热水刺激后,会导致肌肉和皮肤的血液进一步增加,导致其他器官供血量不足,尤其心脏和脑部。特别是对患有高血压或冠心病的人来说,一旦引起心脏和脑部严重供血不足,可能导致心脑血管系统疾病的急性发作。

感冒体虚时洗澡。老年人感冒体虚时,洗澡容易出现意外,一定要等身体好了之后再洗澡。如果一定要洗澡,务必在家人照料下进行。

饭后立刻洗澡。饭后1小时,血液集中在胃肠道,此时洗澡会加剧心脏缺血。

(人民网)

