

被催婚催到胸闷 “坚信”自己心脏有问题

医生：不要凡事都“憋”在心里

胸闷，像有东西压在胸口……很多患者会和宁波市第二医院心血管内科曾伟芳副主任医师描述类似症状。曾伟芳说，胸闷、胸痛是心血管疾病的典型症状，有的患者最终被诊断为心梗、冠心病，而有的可能只是由情绪问题导致。

41岁的薛女士就是其中一例，说到胸闷的原因时，她忍不住在诊室放声痛哭。



曾伟芳在诊治患者。

1 “医生，我心脏出问题了！”

“医生，我心脏出问题了，可能是大问题。”一在诊室坐下，薛女士就斩钉截铁地说。

她的主诉症状是胸闷。曾伟芳问起胸闷的具体部位、性质、持续时间和发作情况等。薛女士逐一清楚回答。她说，整个胸前区都很闷，不是压榨类型的疼痛，就像有东西憋着，气也透不上来的感觉。胸闷情况从3个月前开始，每天起床后，就觉得胸口闷，一天下来，也没有觉得得到改善，一直持续到入睡。

问询和体格检查下来，曾伟芳向薛女士说，基本可以判断她的心脏并没有什么大问题。如果是心血管疾病导致的胸闷，3个月来病情会有加重，而且一般不会一整天都症状相似，而是一阵一阵的，尤其在爬楼梯、运动后会加重。如果想要更放心，也可以做个心电图检查。

薛女士毫不犹豫地决定做心电图检查来明确，她“坚信”自己心脏有问题。检查结果证实了曾伟芳的推测。

2 “被疯狂催婚，整个人都崩溃了！”

于是，曾伟芳对薛女士说：“可以确定，你的心脏确实没有问题。会不会是和家里人比如丈夫有点小矛盾？是不是工作上不太开心？”

令曾伟芳意外的是，听到这里，薛女士突然号啕大哭，眼泪止不住地往下掉。这样的情况，他还是第一次碰到。

薛女士边哭边说出了原委。她是北方人，大学毕业后就留在宁波工作，一直没有谈恋爱。自毕业起，每年春节回老家，相亲成了她最头疼的“必修课”。随着年龄增大，父母加密了相亲频次安排，但始终没有碰到有缘人。今年夏天，

她又被要求回老家相亲，再次失败。

这次，父亲撂下狠话：“再不回老家结婚，就断绝父女关系。”几个月来，父亲再不肯和自己通电话。母亲每次电话来，也只是反复催婚。“疯狂催婚，我整个人都崩溃了，睡不好，白天精神也不好，胸闷，很难受。”薛女士痛苦地说。

门诊时间有限，曾伟芳只能宽慰她：现在至少可以确定心脏没有问题，也是好事；催婚、相亲这些事和家人想办法再沟通；长期失眠、情绪低落不但会导致胸闷，还会对身体造成负面影响。

3 陪作业陪到胸闷的家长有不少

曾伟芳表示，除了心源性等身体原因外，生活中还有多种因素可能导致胸闷。比如，门诊中，经常有家长因为陪孩子作业陪到胸闷而来医院就诊。

采访当天，34岁的汪女士由丈夫陪同来门诊。她怀疑自己心脏有问题。原来，汪女士这段时间以来总是胸口发闷，像气堵在那里，不出来也下不去，连呼吸都费力。来医院前，她在网上搜索了一下，对照自己的症状后，更觉得“大事不妙”。

她“直言不讳”：“我心脏的这个毛病是陪孩子写作业气出来的。每天陪作

业都闹得鸡飞狗跳，太来气了。有时忍不住凶了孩子，事后又很自责，怕影响孩子心理健康。大多数时候，只能把自己憋出内伤。”

结合病史、体格检查和心电图等检查，曾伟芳排除了其器质性病变导致胸闷的可能，认为原因是陪作业引发的负面情绪。

曾伟芳说，这类患者以小学低年级段家长为主，绝大多数是妈妈。他建议家长以自己和孩子身心健康为第一要务，不要因为学习而影响身心健康。

4 持续性胸闷要及时就医

曾伟芳介绍，胸闷是一种主观感觉，即呼吸费力或气不够用。患者会觉得不适、难受，有的似乎觉得被石头压住胸膛，甚至发生呼吸困难，可伴随其他症状。

胸闷的原因有很多，可能是身体器官的功能性原因，如心血管问题、呼吸系统问题，也可能是情绪、压力等原因

导致。一般人很难区分胸闷的性质和原因。因此，有持续性胸闷症状的话，要及时就医，以免贻误病情。

另外，他建议在日常生活中，要保持积极乐观心态，学会自我减压，不要凡事都“憋”在心里，导致负面情绪酝酿、发酵，影响身心健康。

记者 王颖 通讯员 郑轲 文/摄

夏天要用热水袋捂脚

病根不是“老寒腿” 而是植物神经紊乱

自从得了“老寒腿”，65岁的老伯（化名）一年四季双腿始终冰凉冰凉的，哪怕气温在30℃以上也是如此。辗转就医后，他的疾病终于得到确诊——不是“老寒腿”，而是植物神经紊乱引起的全身冰冷。最近，在宁波市医疗中心李惠利医院疼痛科，仅通过两个0.8毫米的针孔就彻底解决了老王的问题。

捂不热的腿是神经出现了障碍

几年来，王老伯往返在多家医院。他的脖子、肩颈、双腿经常有各种不适，时而疼痛，时而乏力。他看了不少医生，各种药物治疗结合理疗，始终没有完全缓解。

大概在2年前的冬天，王老伯的双下肢出现了发冷的症状，不管穿的鞋袜有多厚，双脚始终捂不热。在大夏天双腿仍然冷冰冰的，大家都吹着冷空调睡觉，他还在用热水袋捂脚，白天甚至还要穿羽绒裤保暖。为此，当地医生一直根据“老寒腿”的症状进行治疗。直到不久前，他在一次义诊现场得到了完全不同的诊断——植物神经紊乱。

植物神经功能紊乱属于一种神经系统疾病，可能是长期精神过度紧张或受到家族遗传的影响引起，通常

会引起血压异常、出汗、失眠健忘等症状，还会导致体温调节中枢功能发生异常，从而引起身体发冷的情況。

在医生的建议下，他找到市李惠利医院疼痛科副主任医师应永干。采用CT引导下腰交感神经阻滞治疗，通过阻滞或调制双侧腰交感神经节，使交感神经兴奋性降低，使其支配的下肢血管扩张，侧支循环建立，使下肢整体的血液循环得到改善。

“真的很神奇，做完手术没几分钟，我的双脚就有了暖暖的感觉。”王老伯从治疗室站起来的那一刻，摸着自己的双腿说。更让他满意的是，这个治疗只留下两个注射针大小的伤口，贴上创可贴就行。目前，他已经不用再遭受“老寒腿”的折磨。

湿漉漉的双手也是神经惹的祸

和王老伯同天治疗的还有21岁的小伙小轩，他俩的问题大相径庭。小轩一年四季的双手都是湿漉漉的，不仅影响日常生活和学习，也影响了社会交往，让他感到心理压力很大。两人的症状虽然全然不同，但根源却都是一样。

应永干解释，小轩的情况可不是简单的出汗，在医学上，这种症状被称为手汗症。手汗症是一种青少年较为常见的功能性局部异常多汗，主要发生在手掌。全球约有10%的人会受到手汗症的困扰。

手汗症的主要症状是不分季节性的手掌出汗过多，情绪波动时症状更为明显。日常生活中，大部分患者即使没有明显的情绪波动和改变，手掌面依然是湿冷多汗，严重时甚至会出现滴水的情况。这些症状的出现

不仅会引发患者手掌面皮肤感染、汗疱疹、湿疹等，还给患者造成了严重的心理负担。

手汗症与交感神经之间也有着密切的关系。应永干通过CT引导将射频针穿刺至双侧胸交感神经节所在部位，利用射频热凝方法，调控紊乱或过度兴奋的神经，从而减少区域汗腺分泌。这种方式避免了传统全麻下的胸腔镜胸交感神经切断术，有创口小、恢复快的优势。

据应永干介绍，神经阻滞治疗可以改善颈肩腰腿痛、神经痛等多种问题，是一种建立在对病变神经精确定位，通过穿刺性操作进行的一种神经消炎松解技术，可以高效、精准地治疗患者的疼痛及不适症状，让患者恢复功能，回归正常的社会生活。

记者 陆麒雯