

与同事大吵一架后胸痛不止 夏季心梗 迎来小高峰 医生：学会这些能有效预防

在许多人的印象中，冬季是急性心肌梗死的高发季节，到了炎热的夏季可以松一口气。奉化区中医医院心病科楼善杰主任医师说，事实上，夏季心肌梗死并不少见，高危人群同样应敲响警钟。这一个月，该院接连接诊了近十名心梗患者。“年纪最轻的才28岁，最大的66岁。有几例甚至出现了冠状动脉的完全闭塞，随时可能危及生命。”



楼善杰正在为患者做手术。

1 吵架后觉得胸口像裂开了一样

“持续胸痛，胸骨后疼痛明显，闷塞感，伴大汗淋漓，常规心电图显示急性下壁心肌梗死……”事发当天中午11时，58岁的乐师傅（化姓）被送到该院急诊室时，一只脚已经迈进了“鬼门关”。

被送到急诊前1小时，乐师傅在工地与工友因为琐事大吵了一架，吵完后内心久久不能平静。突然，他觉得胸口像裂开了一样。蹲下休息，没有缓解，胸口越来越闷，越来越痛。等工友发现时，他已面色发白，全身衣物被汗水打湿。工友马上将他送往附近的奉化区中医医

院急诊。在采取一系列急救措施后，乐师傅被送进导管室，接受急诊经皮冠状动脉介入治疗。

“当时，乐师傅的病情很严重，血管状况也很糟糕。”楼善杰介绍，乐师傅的左冠开口于右冠窦，回旋支散在斑块浸润，中段管腔60%狭窄，右冠近段以下全闭。这也是导致其疼痛剧烈、病情严重的主要原因。手术中，医生为其完成溶栓治疗，并在他体内植入冠脉支架一枚。他闭塞和狭窄的血管很快被打通，随后成功脱离了生命危险。

2 夏季也是急性心梗高发期

楼善杰从事心内科临床工作二十余年，常年与心血管疾病患者打交道。他说，心肌梗死的抢救是一场与时间赛跑的生死营救。想要跑赢死神，一靠患者就诊及时，二靠医护团队救治及时。

“最近一个月，我们接诊了近十例急性心梗患者。其实，夏季心梗并不少见，但临床上我们发现很多患者就诊意识不强。事后，楼善杰也了解过乐师傅的生活习惯。得知他有将近40年的抽烟史，他认为隐患早已存在，情绪激动等仅是诱因。

他分析，心梗发生是气候、行为、生理等多因素共同作用的结果。夏季心梗的发生与以下因素有关：夏日人体出汗多，水分通过汗液大量蒸发，造成血液黏稠度增高，易出现血小板聚集和血栓形成，如在此时迅速进食冷饮冰饮料、冲冷水澡等，会刺激血管收缩诱发心梗；同时，夏季人们喜欢吹空调，反复的冷热刺激会使冠状动脉加剧收缩，致使其中已

形成的斑块被牵拉破裂，形成血栓，引发心梗。另外，夏季天气燥热，人容易烦躁情绪波动，导致体内交感神经兴奋，心跳加快，也容易诱发心梗。

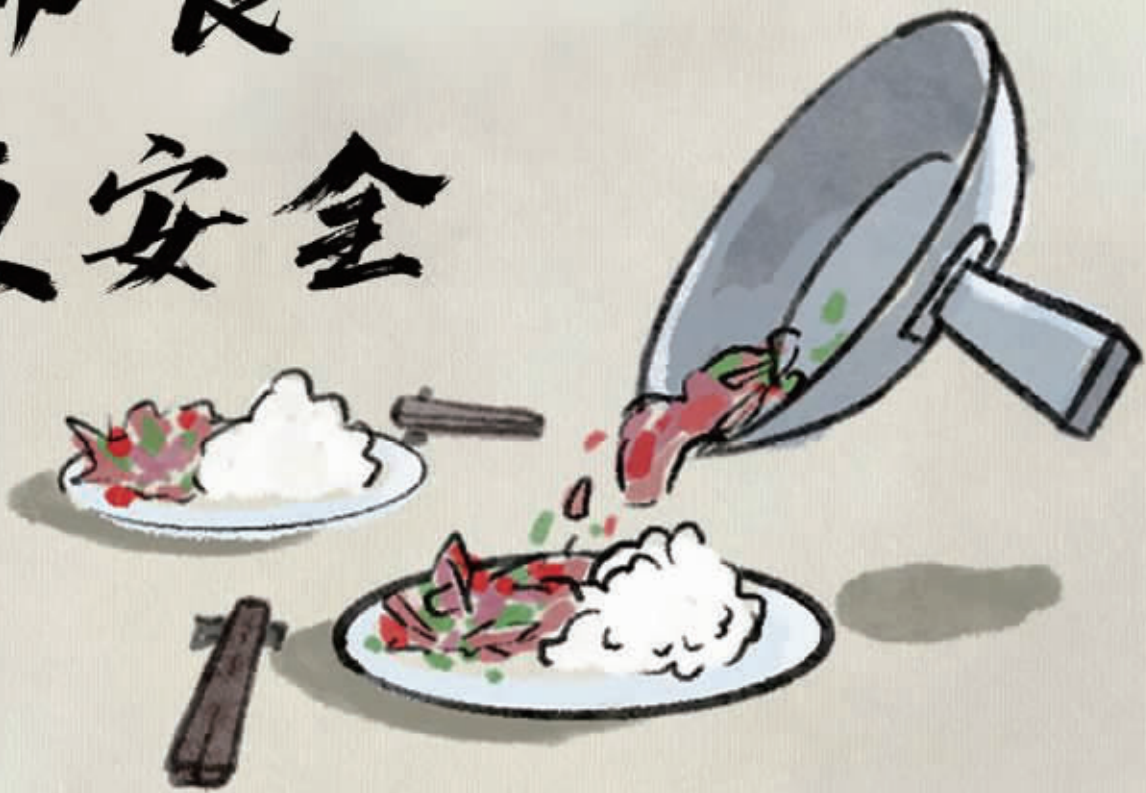
楼善杰提醒，防范心肌梗死的发生，要从日常做起。比如，夏季出汗多，一定要及时补充水分，尽量少喝凉水或冰镇饮料；规律作息，不熬夜；适量运动；不在饱餐或饥饿的状态下洗澡；保持好心情，良好的情绪对血压的控制及心血管急症的预防都有好处。

楼善杰提醒，关于心肌梗死，还有一个知识点需要格外警惕——胸闷胸痛是心梗的典型症状，但有些人会表现为胃肠道不适、身体乏力等情况。夏天出现头痛、头晕、面色苍白、四肢无力、大汗淋漓、胸口憋闷等症状时，千万不要想当然地以为只是“中暑”，“忍一忍就过去了”，一定要及时就医，避免延误治疗。

记者 庞锦燕 通讯员 陈怡

“文明健康 有你有我”公益广告

分餐而食 更安全



浙江省委宣传部 浙江省文明办