

“炸鸡+奶茶”当夜宵 95后小伙吃完后 胸闷10小时,确诊心梗! 医生:不良生活习惯是重要诱因

今年28岁的小王(化姓)是一位美食达人,顿顿烧烤配啤酒,下班后最爱躺沙发打游戏。近日,他像往常一样,晚上点了份炸鸡和奶茶当作宵夜犒劳自己。然而,熟悉的满足感没来,取而代之的是一种前所未有的、持续加重的胸闷、压榨感,仿佛一块巨石死死压在胸口,连呼吸都变得困难。他以为只是吃撑了或是胃病犯了,熬了10个小时才来到奉化区中医医院就诊,最终被确诊心梗。



楼善杰正在做手术。

“我这么年轻怎么会得心梗呢?”

医生接诊后,结合小王年轻却明显肥胖的体型,以及他自述“平时就爱吃重口味宵夜,体检一直有高血脂但没当回事”的情况,立刻高度警惕,紧急心电图、心肌酶谱检查结果印证了担忧:急性心梗!“突发胸闷,又是晚上!我想着先观察观察,刚开始就忍着……”小王不敢相信,“我这么年轻怎么会得心梗呢?”

很快,该院心内科团队迅速到位。楼善杰主任医师通过冠脉造影检查发现小王右冠状动脉近端被大量血栓完

全闭塞。这条负责心脏重要区域供血的主要血管血流中断,心肌面临持续损伤风险,救治刻不容缓。

急诊经皮冠状动脉介入治疗(PCI)随即在导管室展开。在血管造影设备的实时引导下,楼善杰精准操作,将指引导管成功送达右冠脉闭塞部位,通过血栓抽吸导管对目标部位进行反复抽吸。操作完成后,堵塞血管的血流成功恢复,手术关键步骤顺利完成。目前,小王已顺利出院。

年轻人心梗比老年人更为凶险

“过去,心梗被认为是‘老年病’,但现在,抢救室里三四十岁的面孔越来越多,”楼善杰说,“年轻人总觉得自己是铁打的,这种观念该彻底打破了,并且年轻人心梗比老年人更为凶险。”他介绍,以下不良生活习惯是重要诱因。

1. 长期熬夜,心脏“超负荷运转”:总是熬夜会打乱身体的自然作息(生物钟)。这会让血压忽高忽低,身体里“发炎”的情况加重,血管内壁也容易受伤。心脏得不到充分休息,就像一直在加班加工作,负担越来越重。

2. 胡吃海喝,血管里堆满“垃圾”:天天吃油腻、咸甜的外卖,再加上抽烟喝酒,会让血液里的“坏胆固醇”(低密度脂蛋白)增多,像油垢一样,慢慢糊在血管壁上,越积越厚,形成硬化的斑块,是导致心梗的“元凶”。

3. 久坐不动,血管“变硬变堵”:长时间坐着不活动,血液流动就会变慢。血管缺乏锻炼会失去弹性、变硬。同时,血液里的废物也容易堆积排不出去,大大增加了血管里长血栓的风险,堵住血管就可能引发心梗、脑梗。

心梗来临前七大症状

心梗来临前是否有迹可循?他指出七大症状——

1. 胸痛。通常表现为压迫感、紧缩感或剧烈疼痛,可能放射至手臂、背部、颈部或下颌。

2. 呼吸困难。休息时也可能感到呼吸急促或困难。

3. 出汗。突然出现冷汗或出汗过多,常伴随其他症状。

4. 恶心或呕吐。有些患者可能会

感到恶心,甚至呕吐。

5. 极度疲劳。没有明显原因的持续疲劳感,尤其是在女性中更为常见。

6. 心悸。感到心跳不规则或加速。

7. 头晕。突然感到头晕,甚至可能会晕倒。

楼善杰特别强调,如果出现上述症状,尤其是胸痛与呼吸困难,应及时就医,以降低心肌损伤的风险。

记者 庞锦燕 通讯员 陈怡 文/摄

7岁女童反复出现早熟症状 医生:注意孩子生活习惯

“医生,孩子的胸部又鼓起来了!”在江北区中医院中医儿科诊室,李女士一把拉过女儿小萌,一脸的焦急和无奈。接诊的陈笑雅副主任医师轻轻触摸检查后确认,孩子的确又开始发育了。这已经是这个7岁多的小姑娘第三次出现乳房发育症状了。



陈笑雅查看患儿的检查报告。

一年内同样情况再次出现

2023年底的一天晚上,李女士像往常一样给6岁不到的女儿洗澡,当擦洗到胸部时,手指突然触到一个硬块。“我当时手都抖了,赶紧上网查,跳出来的‘性早熟’三个字,看得我心里当时就咯噔了一下。”回忆起当时的情形,李女士仍记忆犹新。后经朋友介绍,李女士找到了陈医生的门诊。

陈笑雅介绍,那是小姑娘第一次就诊,详细检查后考虑为乳房早

发育,经过4周的中药调理,硬块逐渐消退。然而好景不长,2024年10月,同样的情况再次出现,经过调治,硬块再次消退。

前段时间,孩子的乳房又有了发育迹象,陈医生确认乳房发育。令孩子母亲焦虑的是,不同于前两次只是服用了3周-4周的中药乳房硬块就消退,这次用药已经快1个月了,可乳房硬块还没有明显缩小。

中药调理能有效延缓病情进展

“这两年,像小萌这样的孩子越来越多,而且年龄越来越小。”陈笑雅翻着厚厚的门诊记录本介绍,前些年来看性早熟的多是六七岁的孩子,现在接诊的五六岁患儿也明显增多。她还特别注意到,每逢寒暑假过后,门诊就会出现一个就诊小高峰,有时候一天能接诊七八例。

在陈笑雅看来,这种现象与假期生活习惯改变密切相关。不少孩子一放假就手机不离手,零食不断,晚上熬夜白天赖床,这些都会干扰孩子的内分泌系统。

据介绍,医学上把女孩7岁半前出现第二性征发育认定为性早

熟。陈笑雅解释说,像小萌这样单纯乳房早发育的情况属于部分性早熟,虽然暂时不需要打针治疗,但必须密切观察,因为其中约10%到30%会发展成更严重的中枢性早熟。

“中药调理对单纯性乳房早发育效果不错,能有效延缓病情进展。”陈医生边说边拿出几份病历记录,但如果不及时干预,延误了病情,对成年后的身高影响则会较大。”她提到最近接诊的一个9岁女孩,身高只有1.43米就来月经了,骨龄检测显示生长空间所剩无几,就是因为性发育过早过快时没有及时干预。

早发现、早诊断、早治疗

因此,陈笑雅特别强调“三早”原则:早发现、早诊断、早治疗。她建议家长要像关注孩子学习成绩一样关注他们的身体变化,特别是要把握住临近青春期的这个阶段,如女孩6岁-8岁,男孩8岁-10岁就要开始关注是否有性发育的启动。如果女孩7.5岁前乳房发育,男孩9岁前睾丸增大,生长突然加速,出现阴毛腋毛等情况,就是性早熟的信号,特别要注意肥胖的女孩乳房块物不容易查出,男孩早期

睾丸增大不明显,家长不容易识别,可寻求专业医生的帮助,适时给孩子做一个全面的生长评估。

对于家长都非常关心的如何预防性早熟,陈笑雅建议,每天保证1小时以上的户外运动,晚上9点前入睡,多吃新鲜蔬果,少吃甜食及油炸食品,不要长时间使用电子产品,避免接触成人护肤品。此外,让孩子保持良好的心理状态,也对预防性早熟有一定帮助。

记者 程鑫 通讯员 史未末 文/摄