喝喜酒时突感胸闷胸痛 他自己开车去医院

医生：这个做法太危险



AI制图

每年11月20日是“中国心梗救治日”。这个看似普通的日子，其实藏着一套救命密码——“1120”。它提醒我们：出现胸痛等疑似心梗症状，要立刻拨打120；心梗发病后，要争取在黄金120分钟内疏通堵塞血管，最大限度挽救心肌。

宁波大学附属第一医院心血管内科王勇主任医师说：“这短短两小时，就是生与死的分水岭。”

可现实远比我们想象的残酷。王勇用3个刚刚发生的真实案例，揭开了心梗患者自救路上最致命的误区。

1 误区一：自己开车去医院

朱先生（化姓），60多岁，退休不久。前段时间亲戚结婚，喜宴正酣，他突然感到胸闷胸痛，脸色煞白，还伴有冷汗。他心里隐约觉得“不太对”，但没跟任何人说，离席后自己默默开车去了当地医院。

心电图一出来，血一抽，确诊：急性心肌梗死。当地医生立刻通知家属拨打120，紧急转送至宁大一院，做了介入手术，人救回来了。不过，王勇说这个做法实在太危险。“开车途中一旦发生心脏骤停，后果不堪设想——不仅自己有生命危险，还可能引发车祸，殃及无辜。”

正确做法：立刻拨打120，原地坐下或躺下等待救护车。

2 误区二：扛了3天，硬忍到不能忍

韩先生（化姓），40多岁，前几天反复胸闷，接着肚子不舒服。他没当回事，到小诊所挂了盐水，稍微好一点。第2天又不舒服，再去诊所挂盐水，又好了点。

第3天还是没好，他才到当地医院就诊。心电图一查，肌钙蛋白一验——急性心肌梗死。他被紧急转送至宁大一院。

王勇惋惜地说：“如果第一天就来，结果会完全不同。”心梗的黄金救治时间是发病后120分钟。每延迟一分钟，心肌细胞就会发生不可逆坏死。3天，足以让一片心肌彻底“死透”。

正确做法：反复胸闷、上腹不适超过20分钟不缓解，立刻就医，别硬扛。

3 误区三：急诊室里的犹犹豫豫

第3位患者，胸闷胸痛到宁大一院急诊，确诊典型心肌梗死，明确需要马上做介入手术。

但家属犹豫了。他们开始打电话联系市外的大医院，想“转院”。折腾了一个多小时，最终还是决定留下。一个多小时，就在犹豫中白白流失了。

“宁波市通过验收的胸痛中心，技术水平完全没问题。”王勇直言不讳，“不建议再转到其他医院，更不要转运到市外、省外的大医院。这样只会把最宝贵的手术时间耽误掉，还增加路上的风险。”

正确做法：确诊心梗后，就近、就能力找医院，立刻手术。不要转院，不要犹豫。

4 这些信号是心脏在求救

很多人以为心梗是毫无征兆的突发重疾。王勇提醒：多数心梗发病前都会发出预警，只是症状隐蔽、极易被忽视。典型表现如胸口压迫感、窒息样闷痛，伴随强烈的濒死感；也有更具迷惑性的非典型症状，如牙痛、咽痛、肩背放射性疼痛、上腹部不适（常被误认为胃病）。

如何区分普通不适与心梗预警？心脏源性不适发作时，往往伴随浑身无力、视物模糊、身体发软、无法活动——绝非简单的酸痛疲劳。

王勇也提醒，约1/5的心梗患者无明显痛感，直接表现为猝死、室颤、心搏骤停，隐蔽性极高。日常需重点关注“隐形求救信号”，包括活动后异常胸闷胸痛；夜间睡眠中憋醒、气促；莫名的乏力、心慌。

长期熬夜、高危人群可通过心电图运动试验、心脏超声、冠脉CT等检查，提前排查心肌缺血隐患。

记者 林伟 通讯员 庞赟

就诊动线更顺畅 诊疗环境进一步提升

宁波市第二医院中医科迁入医疗地标1号楼 搬迁后首场惠民活动“甬派冬令膏方节”举行

11月20日上午，宁波市第二医院本部院区1号楼1层大厅人头攒动，该院中医科迁入新址后的首场集中惠民活动——第二届“甬派冬令膏方节”在此启幕。记者现场探访了解到，这座矗立姚江畔近百年的医疗地标，迎来中医科、针灸科、推拿科及中药房的整体“归拢”：科室集约设置，动线清晰顺畅，市民看中医、做推拿、配中药不必再折返，诊疗环境与服务流程同步提档升级。



膏方节义诊现场。

1 就诊动线更顺畅，名专家更好约

走进1号楼，最直观的变化是不用多跑了——患者进一道门、上一两层楼，便能完成体质辨识、膏方开方、外治调理的全流程。

“这次搬迁基本上是整建制的一个搬迁，功能布局上实现了集约化的管理，市民从挂号到就诊到煎药，都可以一站式完成。”宁波市第二医院副院长李红山介绍，迁入新址不只是空间的升级，更是服务能力的一次整体跃升。依托搬迁，1号楼增设了朱俊岭浙江省名中医工作室、宁波市傅厚道名中医药专家传承工作室、宋琳奕宁波市青年名中医工作室、王嘉伟中医推拿工作室，进一步发挥名中医药专家的品牌优势，让市民在家门口即可预约到平日里“一号难求”的名中医，获得中医内科、中医妇科、中医肿瘤康复、针灸推拿等多方面的诊疗与调理服务。

作为中医科搬迁后的集中亮相，本届膏方节延续首届“名医惠民”特色，义诊阵容强大：国家中西医协同“旗舰”科室（肝病科）负责人李红山、浙江省名中医朱俊岭、宁波市名中医余静、宁波市名中药师傅厚道、市级非遗“宋氏妇科”传承人宋琳奕，以及资深专家胡慈姚、陈琳、王军、杨杰科等现场坐诊，市民可按需精准咨询。

2 名中医现场支招膏方调理 近10种中医外治技术让市民啧啧称奇

义诊区里，浙江省名中医朱俊岭的诊桌前早早排起了长队。

每到冬天，膏方就会成为市民关注的焦点。朱俊岭介绍，膏方的核心在于辨证，讲究“一人一方”。适宜进补的多为体质偏虚、慢性虚损、术后产后需要调养及亚健康人群；而体内湿热壅盛、正处于感冒发热期或脾胃功能紊乱者，不宜贸然进补。近期儿童呼吸道疾病多发，不少家长咨询能否用膏方给孩子调理，他建议，免疫力下降、体质较弱或患有哮喘、鼻炎的儿童，在避开疾病急性期的前提下，可接受膏方调理。

同样人气高涨的还有女性健康咨询区。市级非遗“宋氏妇科”传承人宋琳奕被问到最多的便是：“一到冬天手脚冰凉，能不能用膏方调理？”她耐心解释，女性手脚冰凉往往源于两种情况：一是阳气不足、气血亏虚，这是身体“真的冷”，此时可通过膏方，用阿胶、鹿角胶、龟甲胶等药材补益气血；二是“气不运”，气血运行受阻无法达于四肢，这种情况需在膏方中配伍其他中药以鼓动气血，温煦四肢末端。

中药蜡疗、体表针法、放血疗法、耳穴压豆、火龙灸、火龙罐……当天上午，近10种外治技术齐刷刷亮相，体验者络绎不绝。

温热的中药蜡敷在关节处，药力随温热缓缓渗入，不少常年手脚麻木、关节怕冷的市民直呼“舒服”；火龙罐在腰背上从容游走，集艾灸的温、刮痧的通与推拿的柔于一体，比传统拔罐更添一份温通之力。

70岁的周阿姨是朱俊岭的老患者，听说中医科搬迁后可以体验放血疗法，她一大早就赶到了医院。随着暗红色瘀血排出，周阿姨觉得腿部沉重感明显减轻，中医“宛陈则除之”的古老智慧也让围观市民啧啧称奇。

记者 庞锦燕 通讯员 郑轲 文/摄