



白天上班,晚上通宵看欧洲杯

35岁男子突发急性心梗

梅雨季特别要警惕心血管病

上海一年轻男子近日因通宵熬夜看欧洲杯足球赛,突发急性心肌梗死。据了解,这名男子之前并没有心脑血管疾病,接诊医生认为,是因为吸烟、经常熬夜、缺乏运动、饮食不规律等因素导致其急性心梗发生。

记者昨天从杭城几家大医院了解到,因为抽烟、熬夜等不良生活习惯导致心脑血管疾病发生的病例越来越多,且呈年轻化趋势。

记者 俞茜茜 通讯员 王蕊 王婷

白天工作后熬夜通宵看球

35岁男子突发心梗送医院

据报道,上海这名男子姓王,35岁。在欧洲杯开幕式当天,他白天工作后熬夜通宵看球,天亮后下楼吃完早餐再回到家中,片刻后感到剧烈胸闷、恶心,并出现出汗及虚脱症状,家人拨打120后由急救车送往医院急诊。

到医院时,该男子血压和心率均显示异常,心电图提示为急性心肌梗死。院方急诊科负责人说,抢救过程非常惊险,当医护人员在对其进行急诊造影检查时,患者突然出现意识丧失、抽搐,导致脑缺血发作。医护人员立即对其进行电除颤及胸外按压抢救,病人随后神志短暂恢复,接着又多次再发室颤。最终在医生努力下,患者血压、心率、神志等快速得到恢复。

手术后,患者在重症监护室继续严密监测和治疗。目前生命体征稳定,已可以下床活动。

医生说,该患者并没有高血压、糖尿病和高脂血症等冠心病传统危险因素,但他有吸烟、经常熬夜、缺乏运动、饮食不规律等对心血管及健康不利的危险因素,这些危险因素正成为潜伏在年轻人群中的“隐形杀手”。

杭州一年轻大学老师连续熬夜

上课时突发心梗

急性心肌梗死以前通常是年纪大的人容易得的病,但现在年轻人得病的也不少见。昨天,记者采访了杭城几家大医院的心内科、急诊科医生,他们认为,排除基础疾病、家族史等因素,抽烟、熬夜等不良生活习惯导致心脑血管疾病发生的病例越来越多。

浙大医学院附属第一医院心内科主任朱建华说,他不久前接诊过一位大学老师,只有40岁。在给学生上课时,讲课声音越来越轻,最后倒在讲台上,怎么叫也叫不醒。学生赶紧打了120。

救护车开往浙大一院的途中,车上的急救医护人员就一刻不停地为老师进行心肺复苏,救护车开到医院,医院马上开通绿色通道,以最快的速度把病人送往手术室。到了手术室后,朱建华主任立即为患者开通血管。从入院到手术完成,不到半小时。

朱主任说,后来询问病人才知道,原来这位老师前段时间为了申请课题项目,又忙着备课,连续多日熬夜,最终诱发急性心肌梗死。

年轻人心梗多与生活方式有关

浙江医院心内科副主任医师汤益民说,很多人认为自己年纪轻,身体底子好,急性心梗不会发生在自己身上,这其实是个误区。他在临床中发现,年轻人发生心肌梗死,主要与饮食习惯和生活方式有关。

长期食用高脂肪、高胆固醇食物,会产生斑块附着于血管壁,使血管变得狭窄,导致心肌血液供应不足,产生心绞痛症状。如果斑块突然破裂,会造成急性的血管堵塞,也就是我们平时说的急性心肌梗死;如果长期不控制,斑块持续生长,久而久之,会形成血管的慢性闭塞。如果这些情况发生在脑血管,则可能引发中风。

“斑块是悄无声息地形成的,急性心肌梗死的患者中,在斑块破裂出现相关症状之前,约有90%的人不知道自己有关。也就是说,即使是健康人,也不排除血管内已经形成斑块,一旦因为外因刺激,导致斑块破裂,就会发生急性心梗。”

其次,长期熬夜、劳累,也是导致急性心梗的高危因素。

汤益民说,高压力和高强度的工作及经常熬夜,人体生物钟被打乱,导致交感神经长期处于兴奋状态。过度兴奋时,人体会产生儿茶酚胺类物质,导致体内分泌过多的肾上腺素,会引起血管痉挛收缩,血压和血糖升高,也会发生急性心梗。

此外,吸烟是引发中青年急性心肌梗死和心脏性猝死的重要因素。有研究表明,吸烟可使冠心病发病年龄提早10年,每日吸1-5支烟,心梗的风险增加40%;每日吸1-2包烟,心梗风险增加6-8倍。

梅雨季节尤其要警惕急性心梗

朱建华主任说,心梗和季节密切相关,一般来说,冬天心血管疾病高发,因为寒冷会刺激血管收缩,但梅雨季,气压比较低,也容易发生心梗。

梅雨季节温度高、气压低、湿度大、出汗多,入梅后的天气让血管中的血液变得黏稠。血黏度增高会导致血流速度减慢,沉淀物增多,若再合并有高血压、动脉硬化等疾病,就会导致血栓形成。

汤益民医师也提醒,到了梅雨季,心血管疾病患者一定要多喝水,稀释血液浓度。同时,中午最好午睡半小时,放慢工作和生活节奏,放松心情。有心血管疾病史的人,家里要常备血压计和血糖仪,定时监测,身边要常备急救药物。

“目前对于急性心梗患者的治疗,国际标准是从进入医院到血管开通的时间不超过90分钟。然而,任何一个环节都可能耽误治疗的宝贵时间。因此建议患者及家属,一旦怀疑是急性心梗发作,一定要第一时间呼叫120,赶往最近的医院治疗。”

体重200多斤,天天暴饮暴食

28岁小伙重症急性胰腺炎发作

平时要强的他痛得直叫:我再也不喝酒了!

浙大医学院附属邵逸夫医院急诊室近日抢救了一个患重症急性胰腺炎的小伙子。这种病非常凶险,死亡率可达50%,可以说,这个小伙子这次是到鬼门关走了一遭。

记者 谢谨忆 通讯员 王家铃 周素琴

他平时应酬多,白酒能喝一斤半

记者在急诊ICU见到了这个28岁小伙子,时髦的发型、浓眉大眼,白白胖胖,身高1米83,体重有210斤。

这时他已脱离生命危险。问他抢救时的情形,他说完全不记得了。陪护他的丈母娘跟我说了他发病的经过:

我这位女婿出生时就有10斤重,一直是个胖子,平时吃得好,年纪轻轻就有高脂血症。锻炼是三天打鱼两天晒网,没什么效果。他自己有个公司,外贸内贸都做,平时应酬少不了,家里吃得少点,在外面吃得更多,我们管也管不牢。

特别是喝酒,他们家人喝酒有遗传的,他爷爷90多岁还喝酒的,所以他酒量也很好,白酒能喝一斤半。他们生意场上有句话,叫“白酒一喝,单子就签”,他仗着酒量好,平时酒喝得多的。

去年,他就患过胰腺炎,挂了几天盐水好了,所以也没引起重视。这次是6月12日发病的,当时以为是普通胰腺炎发作,到邵逸夫医院急诊后住几天院就好了。想不到过了一天,他病情突然加重,痛得满头大汗,人都佝偻起来,脚指头也勾起来了。他平时很要强,一点点痛不会说的,可那天他痛得直叫:“我再也不喝酒了!我再也不喝酒了!”

急诊室洪主任发现我女婿情况不对,马上做各项检查,确定是重症急性胰腺炎,检查结果出来一个小时就送进重症监护室。那天我女婿就失去知觉了。

医生说他有生命危险,他父母和我当时都蒙了,完全没想到会这么严重!我女儿已经怀孕,我们几个老的到现在也没敢告诉她。从入院到抢救,我们几个一直在医院里看着,整整四天都没好好睡过觉,担心啊!听医生说这次发病和喝酒、暴饮暴食有关,他爸后怕得很,说公司不要开了,不要赚这个钱了。

高脂血症和酒精

互为影响诱发重症胰腺炎

邵逸夫医院急诊室主任洪玉才说,小伙子送到急诊一天后发展到呼吸衰竭、动脉血压不稳定、休克,他们赶紧给他做血液净化治疗,呼吸机、药物都用上了。小伙子运气还好,抢救4天后,病情趋向稳定。要知道,普通胰腺炎可能一周左右可痊愈,重症急性胰腺炎的死亡率却高达50%。

“重症急性胰腺炎有三大病因:胆道疾病、高脂血症、酗酒,这个小伙子就占了两个,血脂测出来,是正常范围上限的10倍。如果他能控制体重,或者不喝那么多酒,也许不会发生这么凶险的疾病。夏天到了,吃夜宵喝酒的人多起来,大家千万注意不要暴饮暴食!”

邵逸夫医院重症胰腺炎诊治中心负责人虞洪主任医师说,高脂血症和酒精是可以互为影响诱发重症胰腺炎的。

“胰腺分泌的胰酶是一种消化酶,正常情况下,胰酶应该从胰管进入胃肠道,被胃酸激活后分解脂肪。但酒精的刺激会使胰酶在胰腺就被激活,并且大量分泌,从而溢出胰管,消化起胰腺自身组织来。有高脂血症的人,大量血脂会堵住胰腺的血供,导致胰腺坏死。如果高脂血症还大量饮酒,酒精会使血脂瞬间上升,甚至可能比平时高出四五十倍。两个因素加起来,极易发生胰腺炎。”

虞医师建议大家注意:一是有些人会把胰腺炎发作时的疼痛当作胃痛,等到疼得坚持不了了再去医院检查,此时胰腺往往已经出现发炎、出血、坏死或累及多脏器。所以有腹痛症状不可掉以轻心。另外,胰腺炎比较偏爱中年男性,因为很多中年男性压力大、应酬多,不注意饮食,且有饮酒的习惯。70%-80%的重症急性胰腺炎是由胆道疾病、酗酒和暴饮暴食引起的。