



# 年仅44岁的“春雨医生”创始人突发心梗离世 现在为什么这么多年轻人突发心梗？ 很多人都是在很疲劳的身体和精神状态下发病的 长期熬夜和吸烟也是重要诱因



扫一扫  
关注浙医在线  
获得更多健康资讯

记者 胡信昌 张姝 俞茜茜

昨天傍晚，知名互联网医疗应用“春雨医生”官方微信发出讣告：“北京春雨天下软件有限公司（春雨医生）创始人兼CEO张锐先生，因突发心肌梗塞，2016年10月5日晚在北京去世，享年44岁。”

早在昨天中午，网上就爆出了张锐不幸离世的消息，立即在创投界引起巨大震动。很多人的朋友圈被这则令人惋惜痛心的消息刷屏。

公开资料介绍，张锐出生于安徽，中国人民大学传播学硕士，曾任《京华时报》新闻中心主任、网易副总编辑。2011年离职创办“春雨医生”。

“春雨医生”是目前国内知名的移动医疗软件之一，用户通过这一软件，可向医生提问，或在App软件上找名医、找医院等。据“春雨医生”官微在今年9月14日发布的相关信息，截至今年9月13日，春雨医生“累积注册医生用户达501736人，日活跃医生数超过10万人”。从媒体跨界做移动互联网，张锐曾不被人看好，但凭着努力和能力，“春雨医生”存活了下来。

## 他有担当有远见有梦想有激情 但一直处于高负荷工作状态

昨天晚上，熟悉张锐的杭州周女士（化名）说：“张锐是我非常敬佩的人，听到他突然离世的消息我非常震惊。现在满脑子都是回忆，有点乱。现在我正在写悼念文章。”对张锐的评价，周女士用了14个字：仗义、有担当，有远见，有梦想，有激情。

另一位章女士曾听过张锐的一次讲座。她说：“听讲座时可以很明显感觉到，张锐是一个很拼的人，很想为改变中国的医疗现状做一点事情。”昨天，章女士还推荐了一篇悼念张锐的文章《纪念张锐，创业是一种理想》，作者是“我有嘉宾”栏目创始人吴婷。

文章中写道——

如果他没有和往常一样熬着夜，或许他不会心梗，还能如以往看到今天的太阳，还能赴约我的年会。

张锐不是世俗的商人，他真诚而忧郁，他大量阅读，作诗、会弹吉他，喜欢李志、许巍，他张口说的话能直接转写成漂亮的文章。十年前他在博客上说“新闻是一种理想”，那时起他就是我从事新闻行业的启蒙人，今天我流着泪翻出来重新读，依然能感受到他对每一件事哪怕一篇文章的极致认真和拼了命的用心。这就是他要熬夜的原因吧，他总是给自己设很高要求，他需要更多时间。

创业一旦开始，就没有终点。张锐作为创始人要为事业负责，为股东负责，为员工负责，为持续改变医疗环境负责。如果当初没有拒绝BAT的橄榄枝，张锐或许不会那么焦虑。如果不是迟迟难以盈利的O2O项目，张锐或许不该每天为钱所愁。在握有9000万用户，估值12亿美金时，他还告诉我，我常常反复做同一个梦：独自走在细细的小路上，两边都是万丈深渊，深不见底。

昨天，互联网媒体虎嗅网官方微信引用《博客天下》一年前对张锐的专访，称他一直处于高负荷工作状态，身体透支也许是早有预兆。专访文章写道——

尤其是2012年B轮的时候，最难熬的两个月，我常常失眠，半夜两三点给人发邮件，探讨产品设计或者商业模式。

一大早，又跑到各大投资现场，唾沫横飞地跟人阐述春雨的商业价值。同样的内容，每天至少要讲两遍，还要回答各种八竿子打不着的问题。

“我确实很焦虑。”他说，每天吃不好睡不好，晚上睡前会担心资金链断了怎么办，早上又打起精神鼓励自己说，自己的产品解决了那么多人的痛苦，这么有价值，一定会拿到钱，只是“缘分不到”。精神上的压力很快反馈给身体，一个最明显的变化是他两边的鬓角全白了，从医多年的父亲跟他说，这是植物神经功能紊乱。

## 心梗为何成了年轻人群的“隐形杀手”？ 很多人是在很疲劳的身体和精神状态下发病的

“我也从网上看到了张锐去世的消息，非常惋惜。”杭州师范大学附属医院心内科主任医师、杭州心血管病研究所所长张那炜教授是胸痛、心梗方面的专家，他分析，张锐生前的微博说他自己很焦虑，植物神经功能紊乱。精神高度紧张，生活节奏过快，作息不规律是引起心梗的诱因之一。

此外，张锐在接受媒体采访谈创业时，拿吸烟做类比：“创业也是这样，很累，但你很爽，你说抽烟有什么好？这么难闻，对身体不好还花钱，但是我高兴。”由此推断，他有吸烟史。

“我以前也接诊到很多类似病例，他们都是成功人士，企业做得很大，但往往状态都是焦虑，在送来抢救前都是在很疲劳的身体和精神状态下发病的。”

“心梗的发生，男比女多，年长的比年轻的多。还有家族史的遗传因素，高血压、高血脂、肥胖及缺乏运动都是引起心肌梗死的主要因素。”张教授分析，老年人患冠心病因为斑块年久，比较稳定反而不太会发生急性心梗。而年轻人患冠心病因缺血不适应，斑块稳定性差，斑块一旦破裂发生猝死的概率较高。所以，张锐来不及抢救，可能也是这个因素。

张教授不久前成功抢救了一位心脏病病人，年龄也是四十来岁——

“患者在一家电视台工作，经常熬夜做片子，吸烟一根接一根。在饮食上也很不注意，外出拍片子时，经常三餐不定时，吃方便

面是家常便饭。他的精神状态也是很焦虑——为节目的收视率发愁，加上他本身对疾病重视程度不够，他原有的冠心病也一直没能完全控制住。这种种因素叠加，不久前的一天晚上，他突发心梗。幸运的是，家人将他及时送医，我和我的医疗团队最终把他的命救了回来。”

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。

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，吸烟、经常熬夜、缺乏运动、饮食不规律等不良生活习惯，这些对心血管及健康不利的危险因素，正在成为潜伏在年轻人群中的“隐形杀手”。

浙大医学院附属第一医院心内科主任朱建华曾接诊过一位40岁的急性心梗患者，他是大学老师，给学生上课时，讲课声音越来越轻，最后倒在讲台上，怎么也叫不醒。学生赶紧打了120。救护车在开往浙大一院的途中，车上的急救医护人员一刻不停地为他做心肺复苏，医院开通绿色通道，以最快速度把病人送往手术室。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，原来他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。

## 年轻人心梗与饮食习惯有关 长期食用高脂肪、高胆固醇食物会使血管变窄

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，除了生活方式，还和饮食习惯有关。

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%的人不知道自己已有斑块。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。

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，每天吸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。

## 治疗急性心梗 从进入医院到血管开通的时间不超过90分钟

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易发生心梗。

汤益民医师也提醒，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。”