

# 20多年老烟民 工作时突发心梗

## 进入冬季,心梗风险呈现升高趋势;医生提醒,持续或反复出现胸闷、胸痛等,及时就医

海都记者  
刘薇

痛!一阵紧过一阵的胸痛一波接一波地袭来,泉州38岁的大林(化名)冒着冷汗,拨打了120……大林突发急性心肌梗死,好在抢救及时,得以脱险!

最近,泉州天气转凉。随着天气冷热交替、昼夜温差加大,心梗风险开始呈升高趋势。泉州心内科医生提醒,当持续或反复出现胸闷、胸痛等症状时,应及时拨打120,到具有胸痛中心的医院就医。

### 多种危险因素 为心梗埋下隐患

上周六清晨,伴随着警示灯的闪烁和警报器的呼啸声,一辆120救护车紧急驶进泉州市第一医院——救护车上运送的正是大林!

经检查,大林的心电图提示前壁导联ST段明显弓背向上抬高,心肌酶和心肌损伤标志物显著升高,确诊急性前壁心肌梗死!很快,医生们为大

林实施心血管介入手术,冠脉造影提示心脏前降支近段98%狭窄,随后在其血管狭窄处使用一药物球囊扩张,很快大林的胸痛症状得到缓解,目前,病情较为稳定。

大林想不明白,为什么不到40岁的他会患上心梗?泉州市第一医院心内科负责人吴海云主任医师了解到,大

林是一名职员,平时工作繁忙,时有熬夜。大林爱吸烟,每天会吸一包半烟,已经吸了20多年。不仅如此,3年前,他还查出高血压、混合性高血脂症等疾病。“多种危险因素为心梗埋下隐患,再加上最近季节变换、天气转凉,当时正在加班的患者突然病发。”吴主任指出。

### 发病群体逐渐年轻化

据了解,急性心肌梗死是由于冠状动脉闭塞引起冠脉的血流中断,使部分心肌因严重持久的缺血缺氧而发生局部坏死。典型的心肌梗死症状表现为胸骨后剧烈持久的压榨性疼痛,有濒死感,还

会出现恶心呕吐、上腹胀痛等,病情严重者甚至会出现休克或心力衰竭,甚至死亡。

“这些年,急性心肌梗死发病率总体呈上升趋势。值得注意的是,近年来发病群体逐渐年轻化。”泉州市第

一医院心内科主任医师吴海云介绍,心肌梗死的危险因素,包括高血压、吸烟、糖尿病、血脂异常、超重或肥胖、家族史等。除此之外,不健康的生活方式,比如,持续熬夜,饮食不节制,高盐摄入,

缺乏运动,有嗜烟、酗酒等不良习惯,也与心梗有很大关系。“有研究表明,吸烟会大幅增加冠心病、心肌梗死和心脏性猝死的风险;吸烟量越大,吸烟年限越长,发病和死亡风险越高。”

### 医生:预防心梗请牢记这几点

吴主任建议,预防心血管疾病,除了尽早戒烟,还要改变不良的生活方式。平时生活要有规律,避免经常熬夜;注意饮食均衡,适度锻炼;宜定期体检,若患有高血

压、高血脂、糖尿病等疾病,应及早进行干预,预防心血管疾病的发生。此外,还要关注天气,做好防寒保暖。

据介绍,已近12月,泉州天气转凉,随着天气冷热

交替、昼夜温差加大,心脏负荷增加,诱发心肌梗死的风险也开始呈现升高趋势,有冠心病病史、高血压、糖尿病、高脂血症人群,需格外注意。“胸闷、胸痛等是急性

心梗的‘前驱症状’。当出现胸闷、胸痛等症状,且持续时间达10分钟以上伴有冒汗的,要及时拨打120,到具有胸痛中心的医院就医。”吴主任强调。



唐昊漫画

## 比肉还贵的秋梨糖 真能止咳吗?

N 环球时报健康客户端

近日,江苏一位女子听说秋梨糖清香甘甜,是润肺止咳“小能手”,特别适合在秋冬季节吃,且适用于所有人,便想买来试试,却发现买4两就花了28元,换算下来每斤要70元,比肉都贵。相较于自己熬制冰糖雪梨汤,秋梨糖方便食用,成了不少人的秋冬“必备品”,但它真的有润肺止咳的效果吗?

北京中医药大学东方医院营养科营养师魏帼表示,市面上除了秋梨糖,还有秋梨膏、雪梨枇杷膏等产品,它们止咳作用都有限,连食疗都算不上,只是一种糖类食物。如果只是嗓子稍微有点痒,需要润一下,可以适当将这些产品泡在水里,调节一下味道,有助增加饮水量,也能起到润燥效果。需要注意的是,除了秋梨糖,上述“膏剂”也是用糖或蜂蜜调制的,所以含糖量很高,需要控制血糖、血脂、体重的人群最好少吃。

梨是国人常吃的水果,与上述产品相比,更多人会倾向于直接买梨生吃,或自制烤梨、蒸梨、梨汤等。魏帼表示,从中医角度看,生梨凉润,有助清热化痰,但寒性较强,适合因内热引发的咳嗽;

做熟后,梨的寒性减弱,更适合脾胃虚弱的人,止咳效果比生吃稍差一点。另外,人们还会将川贝、银耳、冰糖、百合、萝卜、陈皮、枇杷等食材与梨搭配在一起,希望能强化止咳润肺的效果。魏帼解释称,上述搭配确实能让效果更明显,但因为有适应证,不是所有人都能喝,比如川贝雪梨更适合有内热、咳嗽时有少量痰的人;银耳雪梨适合出现少量干咳的人。如果不加以辨别,看到别人喝就跟风尝试,可能会起反作用,因此最好咨询医生后再食用。此外,川贝虽然常见,但并不是“食药同源”的中药材,未被列入《既是食品又是药品的物品名单》,不可随意添加食用。近日就有商家未经许可销售川贝雪梨膏,被处以5万元罚款。同理,人们在家也不建议随意食用,以免影响健康。

魏帼特别提醒,秋冬季节是咳嗽的高发期,建议大家先自我评估,如果只是嗓子不舒服,咳嗽较轻,可以先试一下食疗;如果除咳嗽外还伴有发热、浑身痛等不适,可能是流感或其他感染性疾病引发的,单靠食疗效果不会很好;如果咳嗽有痰,出现哮喘音,或长时间持续干咳,甚至出现喘不上来气等情况,建议及时就医明确病因,对症治疗。

## 子宫“离家出走”怎么办?

海都讯(记者 刘薇 通讯员 何毓慧)多年来,泉州王阿姨(化名)一直有个“难言之隐”——她的子宫“离家出走”了。

王阿姨今年56岁。30多年前,在顺产8个月,她发现外阴有肿物脱出,那肿物如鹌鹑蛋大小,休息后可还纳,于是她就没太注意。然而,近3年来,肿物增至拳头大小,休息后不可还纳,伴劳累、咳嗽时漏尿。王阿姨再也忍受不了,于近日来到泉州市妇幼保健院儿童医院妇科

门诊就诊。

接诊的戴金城副主任医师给王阿姨安排了盆底彩超。经检查,王阿姨的子宫脱垂Ⅲ度,同时,王阿姨还患有巨大的卵巢畸胎瘤,急需手术。

手术很顺利,王阿姨的“难言之隐”终于破解,得以痊愈出院。

据了解,随着人口老龄化,盆腔器官脱垂疾病发病率逐渐增高。其中,子宫脱垂多见于中老年女性,发病率总体约30%,且随着年龄增长而不断增加。

“正常情况下,子宫是不会脱垂的,但是如果它们受伤了,子宫失去了依靠,就不可避免地‘掉’下去了。比如经历了难产的阴道分娩,产后过早过重的劳动,或者长期便秘、咳嗽,甚至因为肥胖造成腹部压力大等。”泉州市妇幼保健院儿童医院戴金城副主任医师介绍,到了更年期、绝经期,随着性激素水平下降,盆底肌肉和韧带弹性会降低,如果不注意保护盆底功能,可能就会发生子宫脱垂。

### 预防子宫脱垂 这些要点须注意

戴医生提醒,预防子宫脱垂,要控制体重,避免长期咳嗽及便秘;孕期注意体重稳步增长,尽量避免难产及阴道助娩;产后注意休息,避免重体力劳动,避免频繁举重物;产后避免长期站立或下蹲、屏气等增加腹压的动作;改善排便习惯,如定时排便,适当进行身体锻炼。建议定期妇检或产检,早发现,早治疗。

## 分类信息

广告热线:13799377276

### 公告栏

厦门市思明区库拾鞋店遗失思明区市场监督管理局2019-03-29核发的营业执照正本,统一社会信用代码92350203MA32J85G22声明作废。

厦门圩宝超商贸有限公司遗失法人章一枚,声明作废。  
厦门斯拉克商贸有限公司遗失公章、财务章、法人章各一枚,声明作废。  
中赢天下(厦门)投资咨询有限公司遗失公章一枚,声明作废。  
长鑫顺(厦门)电子商务有限公司遗失公章一枚,声明作废。

厦门既时配物流服务有限公司遗失财务章一枚,声明作废。  
厦门大增商贸有限公司遗失公章、财务章、私章、发票章各一枚,声明作废。  
厦门九佳哥餐饮管理有限公司遗失公章一枚,声明作废。  
厦门廉熙节能科技有限公司遗失公章一枚,声明作废。  
华夏新锐(厦门)股权投资基金管理有限公司遗失公章一枚,声明作废。  
中鑫致联(厦门)担保有限公司遗失公章一枚,声明作废。

### 公告栏

漳州芗客隆商贸发展有限公司嘉华大厦分公司遗失电子营业执照,序列号10015100471287,声明作废。  
莆田市新社会阶层工作室遗失事业单位法人证书副本,统一社会信用代码:12350300MB0106016P,声明作废。  
厦门顺捷龙汽车销售服务有限公司遗失公章一枚,声明作废。  
厦门魏玩动漫文化有限公司遗失公章一枚,声明作废。

### 公告栏

厦门泓祥航务有限公司不慎遗失法定名称章一枚,现声明遗失。  
莆田市秀屿区兴港建材经营部遗失公章,备案号35030510024955,声明作废。  
厦门市思明区思宏狄小吃店遗失公章一枚,声明作废。  
厦门市海沧区鑫兆行电子经营部遗失公章一枚,声明作废。

### 环境影响评价报纸公示

漳州富盛食品加工有限公司家禽屠宰及肉类加工项目环境影响评价报告书征求意见稿,现已在福建环保网(<https://www.fjhb.org>)公示。  
漳州富盛食品加工有限公司  
傅语涵(父:傅俊森母:蔡亿玲)遗失出生医学证明,出生证编号:W350176220,声明作废。  
隆平优鲜觅藏品品牌管理(厦门)有限公司遗失公章、财务章、发票章、法人章各一枚,声明作废。