

心肌梗死的预防

本报通讯员 高娜 本报记者 吴艳

急性心肌梗死是一种严重的冠心病,若不及时诊治,常会危及生命。虽然说心肌梗死发病突然,但有半数以上的心肌梗死病人在心肌梗死前几天或前几周,会出现一些先兆症状。如果能发现这些症状,及早咨询,提前就医,就可避免猝死,降低致残率,有效地减轻社会与家庭的负担。

每年冬季都是急性心肌梗死疾病的高发期。那么,怎样才能及早发现急性心肌梗死的征象呢?我们请沧州中西医结合医院(市二医院)心内专家给您解答。

什么是心肌梗死

心肌梗死就是心肌坏死,是在冠状动脉粥样硬化基础上,突然出现斑块破裂、血栓形成或血管痉挛而导致血管性闭塞,相应血管所支配心肌继而出现持久而严重的急性缺血坏死。

心肌梗死的临床表现为持久的胸骨后或心前区、上腹部剧烈疼痛、血清心肌坏死标志物增高和心电图进行性改变,常并发心力衰竭、心律失常及心源性休克等,是冠心病的一种严重类型。

绝大多数心肌梗死的病因是冠状动脉粥样硬化,也

有部分为冠状动脉血栓、冠状动脉痉挛等,在此基础上,可造成一支或多支血管管腔狭窄和心肌供血不足,一旦供血急剧减少或中断,使心肌严重而持久地急性缺血达半小时以上,即可能发生急性心肌梗死。

冠心病患者一旦发生心肌梗死,如未经积极治疗,其死亡率较高。据统计,有62%以上的急性心肌梗死患者死于医院外,即使幸运地存活下来,也存在不同程度地心力衰竭症状,生活质量有不同程度地下降。

心肌梗死发生的征兆

冠心病、心绞痛发病急,持续时间长,症状减轻快,患者好转后与健康人无差别,往往不被人们注意,或被解释为劳累、情绪刺激、外伤、胃病等,忽视其发生心肌梗死的可能性,导致终生遗憾。下列表现预示着心肌梗死的发生:

一、平时无心绞痛病史的中老年人,在近月余内出现心绞痛症状。

二、原患有心绞痛的患者,近期内发作频繁,休息时亦发作,心绞痛持续时间较之前延长,含服硝酸酯类药物或救心丸等疗效不佳。

三、患者既往有劳力性心绞痛病史,近段时间在休息状态下,无明显诱因而发

生心绞痛,症状越来越重,或经过一段无症状期后,又重新出现进行性心绞痛。心绞痛频繁发作,含服硝酸酯类药物无效。在心绞痛发作时伴有恶心、呕吐、出汗、呼吸困难等征象。

四、有的患者突然出现胸闷不适,活动时感到心悸、气短,有的是牙痛、下颌部痛、胃痛,且疼痛有增无减。

五、在休息或睡眠时突发心绞痛,患者常被剧烈的胸痛惊醒。如出现上述症状时,千万不要掉以轻心,应立即到院心内科就医,做必要的检查,包括心电图、心肌标志物、心脏超声、冠脉造影等,以明确诊断,及早治疗。

心肌梗死的临床表现

典型心肌梗死症状常被描述为胸骨后、心前区或上腹部压榨性疼痛或堵闷,还有被描述为隐痛、烧灼痛、胀满感或“消化不良”等。持续30分钟以上不缓解,疼痛常放射至左肩臂尺侧、咽喉部,亦可放射至下颌与上腹部。伴有出汗、乏力、恶心、呕吐、心悸等征象。严重者表现为呼吸困难、晕厥、猝死,

发病急,进展快。现实生活中,不典型的心肌梗死并不少见,特别是高龄、女性、合并糖尿病的患者,症状多不典型,仅表现为出汗、恶心、心悸、呕吐、呼吸困难或阵发性左上腹麻木、疼痛或右胸痛等,这时也应提高警惕,以免延误诊治,危及生命。

怀疑自己患上心肌梗死怎么办

若怀疑自己得了心肌梗死,切记千万不要活动,应就地休息,立即含服硝酸酯类药物或速效救心丸、麝香保心丸等,同时向别人求

援或拨打急救电话,尽快去医院明确诊断,及早接受规范化治疗。

心肌梗死患者及家属应记住三个字:快、稳、准。



专家介绍



王庆凯

沧州中西医结合医院(市二医院)心内一科主任,主任医师。

1998年毕业于河北医科大学中医学院,医学硕士、硕士研究生导师,河北省中西医结合学会心血管病分会委员。从事心内科临床工作19年,曾先后于辽宁中医学院附属医院ICU、河北医科大学第二医院RICU、北京阜外心血管病医院心律失常诊疗中心及冠心病诊疗中心进修学习,积累了丰富的临床经验。擅长冠心病及心律失常的介入诊断和治疗,对心内科疑难危重症的中西医结合救治有较深造诣。

出诊时间:周一上午

咨询电话:2078222 13513278850



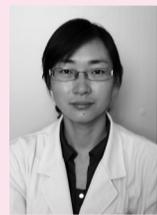
杨宝刚

沧州中西医结合医院(市二医院)心内一科副主任,副主任医师。

1996年毕业于河北医科大学临床医学系,硕士研究生学历,从事心内科工作21年。曾先后于2000年、2007年两次在北京阜外心血管病医院进修心血管病临床与介入专科,2012年在北京301医院心脏介入治疗培训基地进修1年。擅长心血管病的介入诊断和治疗,在心血管急症、疑难重症的诊治方面经验丰富。

出诊时间:周一全天

咨询电话:2078732(门诊) 15931709307



尹广利

沧州中西医结合医院(市二医院)心内一科副主任医师。

2003年毕业于河北医科大学心血管专业,硕士学位,毕业后从事心内科工作十余年。曾先后于北京大学人民医院心脏中心及河北医科大学第二医院心内科进修学习。主要从事冠心病、心力衰竭、高血压及各种心律失常疾病的诊断及治疗。在心血管内科各种疑难杂症的诊治方面均有丰富经验。掌握了心血管领域先进的诊断、治疗技术以及心脏病介入诊疗技术。

出诊时间:周五全天

咨询电话:18031783319



马明静

沧州中西医结合医院(市二医院)心内一科副主任医师。

2006年毕业于河北医科大学,研究生学历,毕业后一直从事心内科工作。曾于北京大学人民医院心脏中心进修学习。主要从事冠心病、心力衰竭、高血压及各种心律失常疾病的诊断及治疗。在心血管内科各种疑难杂症的诊治方面有丰富经验。掌握了心血管领域先进的诊断、治疗技术以及心脏病介入诊疗技术。

出诊时间:周五全天

咨询电话:18031783350

心肌梗死如何治疗

心肌梗死早期治疗的主要目的是抢救生命,尽可能地挽救濒死心肌,改善预后,防止猝死。治疗手段除了一般的休息、吸氧、镇痛等外,关键是快速、彻底开通闭塞的心脏冠状血管,包括药物溶栓、急诊冠脉支架术、外科搭桥术等。

市二医院建立了胸痛中心,可保证急性心肌梗死患者的快速救治。后期治疗主要是防止再梗死的发生,预防心力衰竭,降低致残率,改善生活质量。心肌梗死早期治疗是关键,良好治疗可收到事半功倍的效果。

中西医结合综合防治 心肌梗死有优势

冠心病是一种终身性疾病,很难彻底治愈,也就是很难“除根”。尽管介入支架术、外科搭桥术可以使狭窄或闭塞血管再通,可是只局限于大血管,对小血管、微血管则束手无策。

事实上,真正影响患者生命或生活质量的是心肌组织的血液供应,也就是说,心肌组织充分恢复灌注,才是治疗

的根本目标。目前,尚没有一种治疗方法能达到上述目的。

现代医学研究表明,中药具有多靶点、整体性防治冠心病发生与发展的作用,可对动脉硬化斑块及血栓进行“药物消融”。中西医结合综合防治是根据病人梗死时的中医证型辨病辨症施治,是防治心肌梗死的有效方法之一。

如何预防心肌梗死的发生

对于急性心肌梗死,关键是做好预防,在日常生活中要注意以下几点:

一、改善生活方式 冠心病患者必须戒烟限酒,保证低盐低脂饮食,少食大鱼大肉,吃饭七八分饱,保持乐观情绪,避免剧烈运动。

二、坚持治疗 冠心病人在医生的指导下进行防治,服用何种药物、如何服用,应遵医嘱。

三、控制血压、血糖 冠心病伴有高血压的患者必须根据各自的实际情况,坚持服用适合自己的

降压药或降糖药,将血压、血糖控制在允许范围内,才能有效地减少心肌梗死的发生。

四、及时增减衣物 冠心病应根据气候的变化增减衣服,三九天防寒流,避免室内外温差过大。

五、适量的锻炼 适量的运动利于增强心肺功能,减轻体重,减轻心脏负担,还可使营养代谢平衡,防止代谢失衡导致血糖、血脂异常,延缓或阻止动脉硬化发生。运动是良药,可选择如快步走、打太极拳等有氧运动。



科室简介

沧州中西医结合医院(市二医院) 心内一科

沧州中西医结合医院(市二医院)心内一科是沧州市重点专科。现有主任医师1名,副主任医师3名,其中硕士研究生9人。科室医师均多次在北京协和医院、北京阜外心血管病医院、301医院、安贞医院、北京人民医院等医院进修学习。科室是一个人才梯队结构合理、开展业务齐全、技术力量雄厚、科研水平较高的临床科室。拥有国内先进的介入导管室、

CCU病房及迈瑞中央数字遥测监护系统、PHILIPS除颤监护器、PB-760呼吸机等大型医疗设备。科室已成功开展冠心病、先心病介入诊疗技术,心律失常射频消融及起搏器治疗技术。

科室特色:中西医结合治疗冠心病、心绞痛、心肌梗死、心律失常、高血压病、心力衰竭及内科危重症,医师技术已达国内先进水平。