

下腹憋胀没食欲,竟是心肌梗死

医生:出现胀闷痛、大汗或呕吐等症状要警惕

下腹憋胀、没有食欲,66岁的陈女士一直认为是“消化不良”,没想到,居然是凶险的急性心肌梗死。

1 下腹憋胀竟是心梗

陈女士20多天了常觉得下腹憋胀,频繁发作,甚至影响吃饭和休息。因陈女士有慢性胃炎、顽固性便秘等消化道疾病史,在当地医院诊断为消化不良,并已治疗数天,仍然不见好转。

陈女士在家人陪伴下来到石家庄市第二医院消化内科就诊,就诊前一天,她下腹憋胀症状持续发作,明显加重。

2 出现这些疼痛要警惕

急性心肌梗死是一种非常凶险的疾病,来势凶猛、死亡率高。部分患者一发病就表现为心源性休克或猝死。

心梗的典型症状是持续性胸痛,伴有烦躁不安、出汗、濒死感等,最常出现的部位在胸骨后或者心前区。

也可表现为其他部位的疼痛,发生在肚脐至头之间的任何部位,如头痛、牙痛、咽喉痛、肩痛、上臂痛、上腹痛等,还有表现为恶心呕吐、胸闷气短、眼前发黑等。如果这些症状持续不缓解,超过20分钟,就要怀疑是不是急性心肌梗死。

压榨性疼痛

高发部位:前心区

如果出现突发性的前心区压榨性疼痛,且持续时间在20分钟以上仍然不能缓解,伴随有大汗淋漓、面色苍白、呕吐、恶心、濒死感等症状,就要考虑是心梗。

钝痛

高发部位:左肩、左腋下

3 预防心梗,做好这几点

改变生活习惯 戒烟、保证睡眠充足、饮食清淡,一日三餐中多增加膳食纤维及维生素,多吃蔬菜、水果及富含钾的食物。

适当运动 长期缺乏运动心脏贮备能力低下,当突然间超负荷运动时,容易引起心绞痛。散步、慢跑、太极拳等运动都有助于增强心功能。不过,冠心病患者需要在专

科医生的指导下进行心脏康复治疗。

保持情绪稳定 长期情绪不稳定,大喜大怒对血管功能的影响很大,容易导致心脑血管疾病的发生。

定期体检 每年参加一次体检,了解自己的身体状况,做到心中有数,尤其是中老年人。

心脏病会导致左臂和左肩疼痛,有时候也会反射到右肩。疼痛一般为钝痛,而不是激烈疼痛,通常仅限于前臂内侧,有可能放射到小指和无名指。尤其是伴有胸闷、气紧时,更要警惕心梗。

胀闷痛

高发部位:胸骨后、颈部

有冠心病史的患者,如果是突然出现了胸骨后、颈部呈阵发性胀闷痛,且有明显的胸部紧迫感,可牵引或放射至肩臂部等部位,就应警惕是急性心梗的发作。

大汗或呕吐

高发部位:后背

有研究发现,男性急性心梗发作症状很明显,主要就是持续的胸痛和大汗等典型的症状;女性患者则主要是放射痛、后背痛、恶心、呕吐居多。

一走路就疼

高发部位:下颌、牙齿

属沟通后,陈女士转入心内科治疗。

医生为患者做了急诊冠脉造影,结果确诊陈女士患上急性心肌梗死。医生立即为陈女士进行介入治疗,开通闭塞的粗大血管并植入一枚支架,患者下腹憋胀症状很快消失。

少数情况下,心梗可以表现为牙痛或下颌痛,这种牙痛还跟运动相关,人在静止状态时并不痛,一走路、运动就会疼痛,或是疼痛不止。还伴有其他症状,如胸痛、肩膀痛、濒死感等。

不典型心梗易误诊

急性心肌梗死分为急性ST段抬高型心肌梗死和非ST段抬高型心肌梗死。

急性心肌梗死者的心电图表现为相应导联的ST段抬高,并且有演变的过程,是典型的急性心肌梗死心电图表现,很容易被临床医生识别。

而非ST段抬高型心肌梗死心电图表现为ST段下移或T波倒置,如果没有心肌酶、肌钙蛋白的心肌损伤标志物的支持,容易被漏诊。

心肌梗死表现多样化,不仅有胸痛这么简单,任何无法解释的不适或治疗后不见好转的不适,都要及时就诊,排除心脏的问题。

防寒保暖要做好 寒冷的冬季,应随时注意天气变化,做好防寒保暖,避免“冻”到心脏。尤其是有高血压、冠心病等疾病的中老年群体更要注意,外出时要穿好衣服进行保暖,避免冷空气刺激诱发心绞痛和心梗。

据河北青年报

吃狗肉“大补”却“补”出痛风

三伏天是进补的好时段,不少人会选择在此期间进食一些特别的食物来“大补”。

近日,武汉市民胡先生就因一顿“大补”导致膝关节剧痛,把自己“补”进了医院。

近日,45岁的胡先生突然膝关节处莫名开始红肿并伴随剧烈疼痛,“当时有点搞不清状况,加上太晚了,就想着吃点药忍一下就能挺过去,谁知道竟然越疼越厉害,疼到都想把腿锯掉。”

第二天一大早,妻子便带着被疼痛折磨了一夜的胡先生赶到医院就诊,风湿免疫科医生检查发现,胡先生的尿酸值超出正常人的3倍,胡先生被确诊为“急性痛风性关节炎”。

医生询问胡先生最近的饮食情况,胡先生一开始一直坚称没吃什么特别的东西,在反复询问之下,胡先生的妻子才最终道出了实情。

原来就在一天前,胡先生看到网上视频说三伏天吃狗肉有“益精”等功效,是“大补”,便让妻子去买了点狗肉回家炖着吃,不料一斤半的狗肉下肚后,直接把自己“补”进了医院,妻子还透露,当晚,胡先生还自行服用了一些降尿酸药物,但没起到什么效果。

经过风湿免疫科医生的对症治疗,胡先生的疼痛已经得到了明显缓解。“以前听说吃海鲜、吃烧烤喝啤酒会痛风,没想到吃狗肉还搞出了痛风,真是要命啊。”胡先生懊悔不已。

医生称,中医认为,人伏吃狗肉好,有补肾、益精、温补等功效,而夏天多流行性疾病,三伏天食狗肉可增强免疫力,然而,很多人并不知道的是,狗肉当中含有较高的嘌呤,食用后会致尿酸过多积累,从而引发痛风症状,因此不建议痛风患者吃狗肉进补。

痛风可不是小毛病,一旦严重起来,真有可能“要命”,因此对于高嘌呤食物,如羊肉、狗肉、动物内脏、海鲜类(贝类、海鱼、紫菜等)、浓汤、香菇、豆芽等,痛风患者最好不要吃。

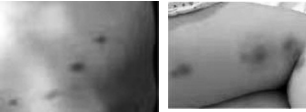
此外,在痛风急性发作期时的治疗,是服用秋水仙碱片和非甾体类抗炎止痛药,而不是服用降尿酸药物治疗,这也是很多患者容易忽视的一点。

据人民网

健康知识宣传 ④5

臭虫的危害及防治

臭虫繁殖速度快,通常每次产卵1个至数个,一年产卵6次—7次。夏季是最适合臭虫发育和繁殖的季节。



臭虫对人类的危害

臭虫对人类最主要的危害是吸血骚扰,有的会导致荨麻疹、红肿数日不退,甚至出现水泡,也可导致继发感染。若长期被较多臭虫叮咬,可产生贫血、神经过敏、体虚、哮喘、头晕及失眠,严重影响健康。

臭虫叮咬的伤口,通常出现在脸、脖子、手和胳膊等暴露部位,以及与床面接触的地方。被咬伤的丘疹常常呈线性排列。这个特征可以帮助人们区分臭虫叮咬与蚊虫叮咬。

室内臭虫从哪里来

臭虫一般过群居生活,并可随衣物、行李寄居,主要栖息在卧室的床架、帐顶四角、墙壁、天花板、家具、被褥、草垫、床席等的缝隙和糊墙纸的后面,卵也主要产于这些地方。

如何防治臭虫

环境治理 对墙缝、床板裂缝接隙、地板等缝隙进行修复或填抹。

物理防治 使用大功率吸

尘器吸出藏身在缝隙中的臭虫;用沸水浇烫床板、草垫、家具等缝隙,沸水浸泡衣物等棉织品,可迅速杀死臭虫各龄虫态及虫卵;在臭虫经常出没的区域可使用胶带捕杀;夏季将衣服、床铺、橱柜等放在太阳光下曝晒,可将臭虫晒死。

化学防治 使用化学杀虫剂来杀灭臭虫。目前,常用的杀虫剂均有效,如溴氰菊酯、氯氰菊酯、残杀威等均可使用。

大家也可以购买杀灭蟑螂的杀虫剂用于杀灭臭虫。粉剂可均匀地撒在地缝、床板、家具缝等处,也可将药剂

加水调成稀糊状或使用乳剂等剂型涂刷、喷洒在墙壁、壁橱、床板的缝隙中。

使用驱避剂 驱避剂可用于处理床垫、床架等,也可用于涂抹皮肤防止叮咬。常用的一些植物精油,如迷迭香、薄荷、香叶醇等也有很好的效果。

传播健康知识 提升健康素养



沧州疾控

权威·及时·易懂