



身体周刊



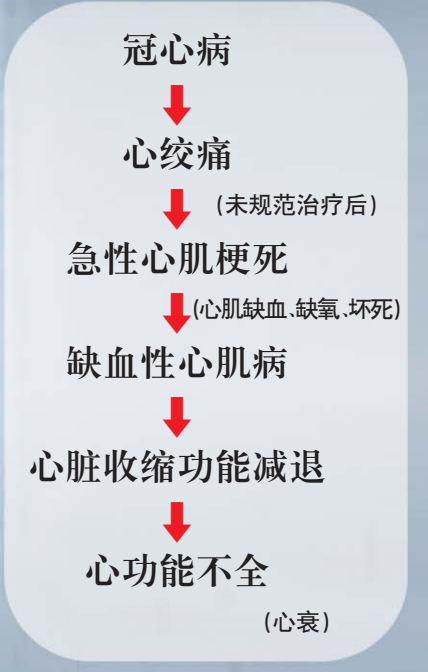
扫码看更多内容
A12-13

齐鲁晚报
2021年12月19日
星期日

医学、健康、服务、科普

壹点问医

心脑血管疾病是我国居民健康的“头号杀手”，而冠心病则是最常见、最多发的一类。由于疾病发作时无法正确应对，很多患者痛失抢救机会。冬季也是冠心病发作高峰期，本期《壹点问医》邀请济南市第七人民医院心血管内科主任尹逊利，向大家分享相关“救心指南”。



气温骤降，又迎冠心病发作高峰期 “救心指南”看过来

齐鲁晚报·齐鲁壹点
记者 秦聪聪 实习生 刘清照

急性冠心病患者 院前死亡率高达四成

“当给心脏供血的冠状动脉血管在动脉粥样硬化的基础上发生狭窄，狭窄到一定程度或完全闭塞，会导致心肌细胞缺血、缺氧或坏死，引起胸闷、胸疼的症状，这就叫冠心病。”尹逊利介绍，冠心病其实是一个总称，其中包括心绞痛、心肌梗死、缺血性心力衰竭、无症状心肌缺血、猝死等疾病。

其中，急性冠脉综合征包括不稳定心绞痛和急性心肌梗死，它容易出现恶性心律失常、心衰，导致患者猝死。

有数据显示，急性冠心病患者院前死亡率高达40.98%，容易在家中或者送往医院途中发生意外。

“一些高龄患者脏器机能退化，感觉迟钝，临床症状不典型，所以容易被忽视，导致不能及时就医；冠心病容易在夜间发作，有些患者不想麻烦孩子或者想等天

亮再就医，耽误了病情；也有部分患者不能正确识别急性冠心病症状，身体虽不舒服，却没意识到是心脏出了毛病。”尹逊利提醒，冠心病是个季节性高发疾病，冬季发病率远远高于其他季节，因此尤其需要警惕，身体一旦不舒服，要及时就医。

据介绍，心绞痛是冠心病发作的典型症状，好发于心前区、胸骨后，这种疼有绞榨感或火辣感，一般持续3-5分钟，不超过半小时，可能是由劳累、情绪激动诱发。

含化硝酸甘油，5分钟之内可以缓解，有些病人除了心前区和胸骨疼痛以外，痛感还会放射到咽喉部、左上肢甚至下腹部。

除此以外，有些患者还会表现为脑血管或胃肠道症状，如头晕、肢体瘫痪、意识不清或伴有恶心呕吐，容易误诊或漏诊。

“如果出现这些症状，一定要及时就医，通过心电图和血清酶学检测，就可以确诊。”尹逊利说。

牢记“四步急救法” 学会正确使用硝酸甘油

尹逊利指出，急性冠心病尽早治疗是挽救濒死心肌、降低死亡率的关键，患者既要学会识别冠心病发作的症状，也要掌握正确的急救措施。

“如果在家中发作，家人或患者要沉着冷静，立即拨打120。”尹逊利说，如果患者出现心肌缺血症状，注意不要走动，最好保持平卧或半卧位，因为急性心肌缺血容易出现恶性心律失常、心率衰竭，平卧和半卧位不容易因晕厥导致摔伤等。

尽早服用扩冠药物，如硝酸甘油、麝香保心丸等。如果家里条件具备，可以给予吸氧。打开窗户，让病人得到充分的氧气供应，耐心等待急救人员到来。

如果病人心脏突然停止跳动，切不可将其抱起晃动呼叫，而是进行正确的胸外按压。在医护人员到来后，准确告知医护人员胸痛的程度和部位，为后续诊断和治疗提供依据。

总体来说，一旦出现冠心病症状，要牢记“四步急救法”，即尽快拨打120，就地平躺休息、服用急救药物、耐心等待急救人员到来。

尹逊利特别提醒，正确使用硝酸甘油才能发挥其治疗效果。比如，病人胸闷胸疼，但意识完全清楚，或者经检查血压不低，此时完全可以含硝酸甘油，但最大量不要超过3片。如果症状还是不缓解，一定要及时就医。

病人如果出现昏迷或意识不清，不要盲目使用硝酸甘油，因为它可能导致血压进一步降低，加重心脑血管缺血损伤。另外，硝酸甘油一定要保证在有效期之内。

另外，冠心病的发作也有一定的高危因素，如高脂血症、高血压、高血糖等可治疗的因素；吸烟、饮酒、肥胖等可避免的因素。因此，在日常生活中，要注意戒烟限酒、健康饮食，保持适当的体重，进行一些养心运动，同时积极进行血压、血糖、血脂管理，针对冠心病发作的危险因素进行预防。



扫码看直播

支原体致病性耐药性增强 重症肺炎增多

专家：规范治疗很重要，既不能滥用抗生素，也不能因症状减轻擅自停药

齐鲁晚报·齐鲁壹点
记者 秦聪聪 实习生 刘清照

今年大叶性肺炎 以肺炎支原体感染为主

“最近一段时间，门诊、病房里肺炎支原体感染的孩子确实明显增加。”张晓静介绍，支原体是介于细菌和病毒之间的微生物，能独立生活，自然界里种类很多，分布广泛。不过，支原体多数不致病，对人致病的支原体主要包括肺炎支原体、生殖器支原体等。肺炎支原体能够引起支原体肺炎，传染源是患者或者带菌者，往往通过咳嗽、飞沫，经呼吸道传播。

据介绍，肺炎支原体进入人体，经过2-3周的潜伏期后会出现临床症状，约三分之一的病例也可无症状。总体来说，它起病缓慢，发病初期有咽痛、头痛、发热、乏力等症状。发热一般为中等热度，2-3天后出现明显的呼吸道症状，突出表现为阵发性刺激性咳嗽，以夜间为重，咳少量黏痰或黏液脓性痰，有时痰中带血，也可出现呼吸困难、胸痛等症状。

张晓静告诉记者，支原体感染往往是四季传播，每隔3-7年就会有一次流行高峰，2018年曾有过一个支原体感染的小高峰，今年支原体致病能力增强，再加上秋冬季节本就是呼吸系统疾病高发的季节，很多学龄儿童及青少年因感染肺炎支原体

壹点问医

秋冬季节本就是呼吸系统疾病的高发期，大概从10月份开始，一直到来年春天，各大医院儿科总是处于忙碌状态。济南市妇幼保健院儿科主任张晓静做客《壹点问医》指出，最近一段时间，儿童呼吸道感染性疾病，尤其是支原体肺炎的发病率明显增加，而且重症、难治性支原体肺炎增多，要对抗肺炎支原体感染，规范、系统的用药非常关键。



而出现呼吸道感染和全身性病变。

不过，与以往感染后症状重、体征轻不同，今年的肺炎支原体感染更容易造成病理改变，也就是大叶性肺炎。

“以往大叶性肺炎的致病菌主要是链球菌、流感嗜血杆菌，今年的大叶性肺炎以肺炎支原体感染为主。”张晓静介绍，大叶性肺炎又叫肺泡性肺炎，致病菌进入肺泡后，损伤肺泡壁并引起局部炎症和肺实变，病变开始于肺泡，逐渐弥漫至相邻肺泡，直到整个肺叶或肺段出现炎症，表现为完全的或大部分肺叶肺段的实变。

对抗感染 需要足疗程用药

张晓静介绍，支原体肺炎可以结合症状表现、影像学及病原学等方面检查来确诊，而对于支原体肺炎的治疗，主要还是抗生素的应用，尤其是大环内酯类药：阿奇霉素和红霉素，配合雾化和祛痰的药物，对于支原体感染引起的大叶性肺炎，后期还要进行呼吸训练。

相比其他疾病，支原体肺炎治疗周期较长，但遵医嘱，规范、系统、足疗程用药，都可以完全治愈。如果常规药物治疗不好，经支气管镜检查后，或需要进行支气管肺泡灌洗等治疗。

“今年支原体致病性、耐药性增强，支原体合并细菌感染增多，导致重症支原体肺炎、难治性支原体肺

炎增多。”张晓静坦言，随着阿奇霉素等大环内酯类抗生素的广泛应用，支原体耐药性逐渐增强。

有数据显示，在整个亚太地区，大环内酯类抗生素的耐药率达到80%以上，在中国大陆地区更是达到90%以上，这直接增加了支原体感染后的治疗难度。

张晓静提醒，药物的规范应用非常重要，既不能滥用抗生素，也不能因为症状减轻擅自停药。

对于支原体感染的预防，张晓静介绍，肺炎支原体主要通过呼吸道传播，预防呼吸道传染病的措施同样适用。要科学规范佩戴口罩，冬季传染病高发时，戴口罩既是保护自己不被别人感染，也可以在自己有了呼吸道症状后，给他人设置一道保护屏障。注意勤洗手，保持双手清洁，尽量避免前往人员密集而空气流通欠佳的公共场所，室内要加强空气流通，每日保持一定时间的开窗通风。

为了应对秋冬季儿科就诊高峰，济南市妇幼保健院增加了日常门诊和夜间门诊的排班，需要注意的是，如果孩子有发热症状，还是首先要到发热门诊进行分诊。



扫码看直播

策划：陈玮华
编辑：于梅莉