

## 正确认识急性心肌梗死

○平顶山市第一人民医院心血管内科五病区主治医师 孙海阁

心肌梗死是在冠状动脉病变的基础上,发生冠状动脉血供急剧减少或中断,使相应的心肌严重而持久地急性缺血导致心肌坏死。绝大多数的心梗是由于不稳定的粥样斑块溃破,继而出血和管腔内血栓形成而使管腔闭塞。少数情况下血管持续痉挛也可使管腔完全闭塞。

### 急性心梗的常见症状

1.突发剧烈而持久的胸骨后或心前区压榨性疼痛:持续不能缓解,部分患者疼痛位于上腹部,可能误诊为胃穿孔、急性胰腺炎等急腹症;少数患者表现为颈部、下颌、咽部及牙齿疼痛,易误诊。

2.全身症状:有心动过速、发热等。

3.胃肠道症状:表现恶心、呕吐、腹胀等,下壁心肌梗死患者更常见。

4.心律失常:以室性心律失常多见,下壁心肌梗死易发生心率减慢、房室传导阻滞。

5.心力衰竭:主要是急性左心衰竭,在发病数日内发生,表现为呼吸困难、咳嗽、发绀、烦躁等症状。

6.低血压、休克:急性心肌梗死时由于剧烈疼痛、恶心、呕吐、出汗、血容量不足、心律失常等,可引起低血压,严重时可引起心源性休克。

### 急性心梗的诱发因素

1.晨起6时至12时交感神经活动增加,心肌收缩力、心率、血压增高,冠状动脉张力增高。

2.饱餐特别是进食多量脂肪后,血脂增高,血黏度增高。

3.重体力活动、情绪激动、血压

剧升或用力大便。

4.休克、脱水、出血、外科手术或严重心律失常,致心排血量骤降,冠状动脉灌流量锐减。

### 发生心梗记住黄金4分钟和两个“120”

对心脏猝死的患者来说,心脏骤停发生后的黄金救治时间是4分钟,如果4分钟内开始心肺复苏,存活率为50%左右。心梗患者要及时救命,应牢记两个“120”:急性心梗发生后要迅速拨打120急救电话;急性心梗从发病至开通梗死血管如能在120分钟内完成,可大大降低病死率和致残率。

### 防治心梗牢记以下基本原则

生活要有规律。早睡早起,避免熬夜,避免精神紧张,保持心态平和。

规律运动。应坚持适度有氧运动,每次30分钟以上,每周三次至五次,有利于保持正常体重、增强心肺功能、增加心肌供血及冠状动脉侧支循环的建立。

膳食方面应以富有营养的清淡饮食为主,避免暴饮暴食。适时补充水分,可以避免血液黏度增加及血栓形成。

不吸烟,少喝酒。烟中的焦油等有害成分可使血管痉挛,而一氧化碳也会降低血液中的血红蛋白,造成心肌缺氧;大量饮酒则可能使血压升高,增加心脏负担。

定期健康体检。早期发现、早期预防、早期治疗有助于早期干预心梗相关发病危险因素,从而防范心梗的发生。

## 浅谈分娩镇痛

○中国人民解放军联勤保障部队第989医院平顶山医疗区麻醉科 段海莉

随着现代医疗技术的发展与人们对舒适医疗的需求,分娩镇痛这个词越来越多地走进大家的视野,今天带你了解无痛分娩。

无痛分娩镇痛效果因人而异,并非所有的分娩都能做到完全无痛。使用分娩镇痛以后,通常可以将产妇的疼痛程度降低,甚至有的可以达到真正意义上的无痛。大部分产妇在使用分娩镇痛之后,在宫缩时只有有肚子发紧的感觉,没有明显的疼痛感。

### 分娩镇痛的优势

分娩镇痛能降低产妇应激反应,让准妈妈们不再经受疼痛折磨,减少分娩时的恐惧和产后的疲倦,并且在时间最长的第一产程得到休息。当宫口开全时,因积攒了体力而有足够力气完成分娩,减少不必要的耗氧量,防止母婴代谢性酸中毒的发生,避免子宫胎盘血流减少,改善胎儿氧合状态。经证实,椎管内分娩镇痛目前效果最好,可全程镇痛,是保障母婴安全的分娩镇痛方法。

椎管内分娩镇痛是一种椎管内阻滞麻醉镇痛的方法。通过硬膜外腔阻断支配子宫的感觉神经,产生区域性的麻醉效果,减少宫缩疼痛。

### 椎管内分娩镇痛的优点

1.镇痛效果好,尤其适合重度疼痛的产妇。

2.产妇清醒,可参与分娩的全过程。

3.可灵活地满足产钳和剖宫产的麻醉需要,为及早结束产程争取时间。

4.随着新的给药方式PCEA技术(患者自控硬膜外镇痛)的出现,提高了分娩镇痛效果,对母婴和产程几乎无任何影响。

5.椎管内分娩镇痛在需要顺产转剖宫产时可直接进行椎管内麻醉,缩短麻醉操作时间,危急情况下相当于保留了一条生命线,对于母婴抢救至

关重要。

6.危重患者行椎管内分娩镇痛可有效降低母亲全麻插管率及相关风险。

### 实施无痛分娩的时机

无痛分娩尽量在宫口开达3厘米之前实施,其实大部分医生认为,即使在分娩早期只要产妇有需求即可实施。不要等到痛得难以忍受时再呼唤麻醉医生,以免宫缩频繁时操作增加穿刺难度及风险。

### 无痛分娩对孕妇和胎儿的影响

椎管内分娩镇痛是所有分娩镇痛方法中镇痛效果最理想的,因为整个过程麻醉药物的浓度都非常低,可控性强,不会影响产妇的活动,并且意识清醒,对于产妇和胎儿来说都是安全的。

### 用了无痛分娩会不会没力气生孩子?

无痛分娩的剂量不同于剖宫产的麻醉,只是消除了疼痛的感觉,对运动行为没有明显的影响。99%的产妇可以下床活动,而且无痛分娩让产妇在第一产程中得到休息,为第二产程积攒了体力,更有利于完成分娩。

无痛分娩虽好,但不是人人适用,有阴道分娩禁忌、凝血功能异常等麻醉禁忌的产妇不宜使用。如合并心脏疾病、腰部外伤、药物过敏等情况,就由医生来决定是否可以无痛分娩。

科学统计,70%—80%的孕产妇在生产过程中需要麻醉医生介入,因此建议所有孕产妇在孕33周后到麻醉门诊就诊一次,由经验丰富的麻醉科医生为您做一次全面的麻醉咨询和风险评估,降低剖宫产手术或分娩镇痛的麻醉风险,以便分娩更加高效顺利。

## 小心桡骨远端骨折

○平顶山市第一人民医院骨科一科主治医师 宋志勇

寒冷的冬天,道路结冰,急诊科往往变得异常忙碌,很多患者都是摔跤导致骨折,其中最常见的是桡骨远端骨折,目前医学上出现的原因主要是物理性因素或是外伤性因素,如果是外伤性因素所造成的会有一系列并发症,首先应该积极选择正确治疗。

生活中有不少人受伤之后会有各种骨折现象,有时候是粉碎性骨折,有时候只是轻微的骨折,而其中一些人会出现桡骨远端骨折。那么什么是桡骨远端骨折?

### 什么是桡骨远端骨折

人在摔倒的第一时间会用手来保护身体,希望能够起到支撑作用,因此在摔倒之后很容易出现手腕骨折,这便是医学上的桡骨远端骨折。桡骨远端骨折也有多种不同类型,如果是手掌支撑在地面上所导致的骨折,骨折远端就会朝着手背部位移动位置。

### 桡骨远端骨折有哪些原因

#### 1.物理性因素

桡骨远端骨折在老年人身上出现概率比较大,部分是因为物理性

因素所造成的,比如在人们跌倒时总是会伸出手臂,最后手掌支撑在地面上就会造成机械性骨折。一般情况下骨折主要是出现在手掌的侧面,也就是说出现在张力的这一侧之后,产生的压力就会朝着另外一侧延伸,一般会出现45度延伸,最终导致背侧的骨皮质出现粉碎性骨折,而且情况也比较严重。在医学上,这是一种常见的因素。

#### 2.外伤性因素

桡骨远端骨折可能是外伤性因素所造成的,在出现外伤之后,如果没有做好防护措施,就可能影响这个疾病,最关键的就在于要减少并发症的出现,特别是对于中老年人而言,在出现骨折之后,需要特别注重防护。桡骨远端骨折之后会有各类并发症,首先在受到外伤影响之后,需要尽快选择固定治疗,如果情况比较严重,还应该选择手术治疗。

所以市民朋友平时一定多注意,走路小心,以免发生骨折意外。

## 慢性前列腺炎的自我治疗方法

○中国人民解放军联勤保障部队第989医院平顶山医疗区泌尿外科 翟松峰

前列腺炎,顾名思义就是前列腺体发炎了。前列腺炎是男性比较关注的疾病。得了前列腺炎之后,要第一时间去正规医院的男性泌尿科诊治,在早期诊治的同时还要配合饮食疗法和物理疗法,这对于前列腺炎的治疗也起到重要作用。患者除了在医院开治疗前列腺炎的药物,还有哪些在家就可以自我轻松治疗的方法呢?

### 1.温水坐浴按摩

前列腺按摩疗法就是通过每天晚上临睡之前对会阴部进行温水冲浪按摩,来刺激会阴附近的前列腺体,排出炎性物质,从而消解前列腺分泌液淤积,改善局部血液循环,促使炎症吸收和消退的一种辅助疗法,同时也可改善前列腺炎引起的夜尿频多,提升睡眠质量。

### 2.食疗健体

要想更全面地防范以及诊治前列腺炎,首先男性在平时要多吃一些富含维生素C的食物或南瓜子,这些具有非常好的辅助作用。建议得了前列腺炎的人每天养成吃南瓜子的习惯,对其有非常好的诊治作用。其次每天冲一杯蜂蜜水饮用,也有利于前列腺的护理。

### 3.多补充水分

得了前列腺炎的男性在日常生活中要多补充水分,每天最好喝两升左右的水,这样能有效地刺激泌尿,从而防范尿液滞留情况发生。但许多男性在平时没有多喝水的习惯,有的甚至一天滴水不进,这样的生活习惯非常不健康。即使是有尿频症状的前列腺疾病患者也要多喝水。为了避免睡眠后膀胱过度充盈、频繁起夜而影响休息,可以在晚间减少饮水量,调整为白天多喝水。

TIPS  
科普园地

联系电话:18603754077