

# 夜间易憋醒 警惕心脏出问题

近日,56岁的崔先生每晚睡到半夜便突然感觉闷气、呼吸不顺畅,平卧时还会被憋醒,就像被人用毛巾捂住了口鼻。有时咳嗽一两声会适当缓解,闷气严重时必须起身坐一会儿,深呼吸几次才得以恢复。经过检查,崔先生已有心力衰竭的早期表现,需住院观察治疗。

## 夜间闷气、憋醒是心功能不全加重的表现

像崔先生这样的患者在临床上很常见。有些患者本身患有冠心病,冠状动脉血管发生动脉粥样硬化病变,出现心肌缺血、心肌梗塞、心绞痛等心脏疾病,如果未进行正规治疗,慢慢地会进展为心功能不全,出现心力衰竭的症状。

在为很多高血压、冠心病患者进行睡眠呼吸监测时发

现,很大一部分患者合并有睡眠呼吸暂停综合征,需要和基础疾病同时治疗。除此之外,还有瓣膜病、心律失常导致的疾病等,最终都会导致心功能不全,出现夜间憋醒的情况。

可以说,夜间闷气、憋醒是反映心脏问题的“风向标”,说明前期基础疾病控制得不理想,预示着患者出现了心功能不全的症状,并且心力衰竭也已经进展到了一定程度,需要尽早去医院接受治疗。

## 预防心力衰竭应避免肺部感染

当温度变化较大时,很多有基础心脏疾病的老年人容易出现肺部感染,患者会出现轻微咳嗽、咳痰等症状,不少人对此并不在意。拖个三五天之后,感染发作未得到及时控制,导致症状反复出现,到医

院检查时肺部感染已十分严重。心力衰竭和肺部感染是互相加重的关系。在高血压、糖尿病、冠心病、瓣膜病等未得到良好控制的基础上,肺部感染往往是心力衰竭最常见的诱发因素。

一些高血压性心脏病患者觉得血压控制得挺好,便放心地外出旅行,连降压药都不带,此时便常常出现夜间被憋醒的情况。

除了肺部感染之外,有基础心脏疾病的患者还要注意情绪上的波动,关注近期体重、血压、心率的变化。饱餐、便秘、自行调整药量等行为,都容易诱发心力衰竭。

## 有心力衰竭症状应重视疾病的长期管理

心脏病患者在药物治疗方面有严格的标准,医生会根据

每位患者的情况进行个体化治疗。实际上,心力衰竭是心脏疾病发展的终末阶段,把原发疾病通过药物控制好,可以减缓疾病的进展。

有心力衰竭症状的患者应重视并加强疾病的长期管理、终身管理。当患者出现呼吸困难、心率过快、喘息不止、焦躁不安、意识模糊等心力衰竭症状时,如果有基础高血压病,应服用快速降压药物,先把血压控制下来;如果心率偏快,需要服用一些降心率的药物;如果患有冠心病,应口服一些扩张冠脉血管的药物,减轻心脏负担。

如果上述症状频繁发作,一定要去医院进行相关检查,以明确发作诱因,对症用药。

郑州市心血管病医院心血管内科二病区主任 赵育洁

### 专家提醒

## 泪流不止 或是鼻窦炎所致



50多岁的钱先生右眼突然泪流不止,无眼痒,无视力改变,无复视,无明显鼻塞、流涕,无鼻腔臭味,查眼压、视力等均在正常范围,眼眶CT检查未发现眼球有明显异常,但右侧上颌窦可见密度增高影,并累及鼻泪管,鼻泪管骨质破坏。经眼科、耳鼻喉科、放射科多学科会诊,钱先生被诊断为右侧霉菌性上颌窦炎累及鼻泪管。

霉菌是一种很像植物的生物,但是没有叶绿素,所以它主要是从死去的有机物质来获取食物,霉菌能与细菌共同将复杂的有机物质分解。虽然霉菌主要是吃死去的物质,但有时霉菌也会侵犯还活着的生物,这就是霉菌感染,治疗的方法就是要想办法将霉菌清除。霉菌是条件致病菌,多在机体免疫力低下或鼻窦局部抵抗力下降时诱发致病,慢性鼻窦炎、糖尿病、肿瘤及免疫缺陷等均为诱发因素。近年来抗生素和激素的广泛使用,是导致该病逐渐增多的主要原因。由于霉菌获取食物时不需光线,所以它们可以生存在阴暗潮湿的环境,而鼻窦正是一个很适合霉菌生长的潮湿阴暗空腔。在临床上,霉菌性上颌窦炎还是比较少见的。

霉菌性鼻窦炎分非侵袭型和侵袭型,前者又包括变应型和霉菌球,后者包括慢性无痛型和急性暴发型。临床症状主要有脓涕、鼻阻伴头痛或涕中带血或患侧鼻窦区压痛、面部肿胀,临床表现与慢性鼻窦炎相似。

浙江省人民医院耳鼻喉科主任医师 苏立众

### 用药知识

## 服沙星类抗菌药后 不要晒太阳

沙星类抗菌药具有很多优点,如抗菌谱广,对某些头孢菌素类、青霉素类耐药菌感染亦有显著效果,使用前不需要做皮试等,因此被广泛应用于治疗呼吸系统、泌尿系统、生殖系统以及皮肤和软组织感染,但是使用沙星类抗菌药后不要晒太阳。

有的病人服用某些药物后,如果接触太阳光线,会使本来无害的药物转变为对细胞有毒性的物质,破坏或杀死皮肤细胞,皮肤出现发红、发痒、发热,甚至出现灼痛、水泡、破溃等,类似于日光性皮炎,称为光敏性药疹,沙星类抗菌药导致光敏性药疹的发生率为0.1%~3%,因此在使用沙星类药物期间及停药后5天内不要晒太阳,外出时应特别注意皮肤防护,打遮阳伞,并涂防晒霜,如果发生光敏性药疹,应立即停用药物,可用冷水湿敷红肿部位,并到皮肤科就诊。

程怀孟/文

## 哮喘发作有信号

哮喘一旦急性发作,会出现许多危急情况。许多病人不知哮喘何时发作,为此忧心忡忡,如果了解发作之前的信号,就能防患于未然。

哮喘发作之前是有一些信号的,病人夜间易醒,打喷嚏、流鼻涕、流眼泪、咳嗽、咽痒等情况,往往是哮喘发作的早期征兆。病人从早期征兆到哮喘发作之间有一个时间窗,国外的研究认为有5天左右,国内研究发现只有3天,可根据这些症状的严重程度及时

选择相应的药物进行防治,如果症状较轻时,可吸入糖皮质激素,给予抗过敏药物;如果出现胸闷、憋气等症状时,加大吸入糖皮质激素的用量,必要时口服糖皮质激素。及时给药,可起到较好的预防哮喘发作的效果。

哮喘患者一定要按时、规律用药,同时要分清控制性药物和缓解性药物,控制性药物需要长期规律使用,缓解性药物只在出现哮喘症状时临时使用,病人最好随身

携带急救药物。

对于胃食道反流引起的哮喘,应该坚持少食多餐,晚餐不吃脂类含量高的食物等,适当使用抑制胃酸分泌的药物,睡眠时抬高头位。另外,夏天湿度太大还会促进病菌的繁殖,这些致病微生物侵入气道后也易诱发哮喘。所以夏天应注意通风、除湿,室内陈设简单、洁净,被褥要勤洗勤晒,减少尘螨及霉菌滋生。

郑州市第三人民医院呼吸科主任 王慧林

## 阵发性高血压暗藏大风险

有时候,一过性问题却潜藏大危害。比如,阵发性高血压就可能造成严重后果,包括中风、动脉瘤破裂等。

阵发性高血压指反复发作的一过性血压增高,可持续数分钟、数小时甚至数天,典型表现是血压突然升高,收缩压可达200~300毫米汞柱,舒张压达到130~180毫米汞柱,伴面红、剧烈头痛、全身大汗、心悸、乏力、疼痛、焦虑、呕吐、恐惧或有濒死感,严重者可致



心脑血管意外。

血压的每一次过度升高,都是对全身血管尤其是心脑血管系统的一次冲击,还可损害心、脑、肾等靶器官。由于阵发性高血压造成的血压波动范围较大,可导

致血流剪切力的改变,使动脉原本存在的易损斑块破裂,从而诱发心脑血管事件,尤其是脑卒中。存在动脉瘤的患者,阵发性高血压会增加肿瘤破裂的风险。

有血压波动或一过性高血压的患者,应采用正确的方法监测血压。若确诊为阵发性高血压,则要积极寻找病因和诱因,予以针对性治疗。

中南大学湘雅医院神经内科脑血管病专科主任 刘运海

图说 我们的价值观

勤善 和善

富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善

中宣部宣教局 人民日报 中国网络电视台