

情绪过激 易诱发应激性心肌病

应激性心肌病又称心碎综合征,是一种在情绪激动或躯体应激后,出现左心室短暂性局部收缩功能障碍的疾病。发病时,左心室部分心肌会变薄,在血流的持续冲击之下,相对薄弱的心肌就会如同气球一般逐渐鼓起,从而产生一系列临床症状。左心室是发挥心脏活动效能的主要载体,一旦心肌停止工作,人体健康也会受到严重影响。

应激性心肌病患者多见于中老年群体,且以女性中老年人人居多。应激性心肌

病发病较急,常在患者情绪激动、躯体处于应激状态时发病。当患者突然受到惊吓、悲伤过度,或者处于其他情绪激动的状况中,可能就会发病。

应激性心肌病患者心电图所表现出的病理特征与急性心肌梗死十分相像。但是绝大多数应激性心肌病患者冠状动脉属于正常状态,且患者发病后,经过短时间的治疗调整,心功能可以迅速恢复至正常状态;而冠心病患者发病后,心肌功能往往难以

短时间内顺利恢复。

应激性心肌病从发病到康复通常用时不长,只要患者情绪调节到位、休息调养得当,可在一个月之内恢复至正常水平。

但是,应激性心肌病毕竟属于心脏病范畴,一旦发病,患者应尽快前往医院,接受诊治后还需留院观察几天,以免发生严重的并发症。

当前,应激性心肌病并没有确切的系统化治疗指南。但是,医生会根据患者病情选择β受体阻滞剂、ACE抑制剂等药物,帮助

患者尽快恢复心肌功能。

治疗期间,医生也会根据患者实际情况,为其进行个体化针对性治疗,保证患者获得良好的预后效果。因此,确诊应激性心肌病后,患者应积极配合医生治疗,以顺利恢复至健康状态。

需要注意的是,虽然应激性心肌病治愈后一般不会复发,但在日常生活中,学会自我调节,做好情绪管理,不断提高自身心理承受能力和抗压能力,才能有效远离应激性心肌病。

张灏/文

长期贫血 连累心脏

当血液里的血红蛋白含量男性低于120克/升,女性低于110克/升时,即为贫血。这意味着,血液单位容积携带的氧气量减少,此时,机体为了代偿就会增加血容量。血容量代偿性增加,长期处于高心排血量的状态会使心脏的负荷明显增加,引起心肌肥厚、心脏扩大等心脏病变。所以,心内科遇到胸闷气短的病人,会让他们做血液检查,以排除贫血等病变引起的心脏不适。

贫血性心脏病患者容易出现反复心悸、头晕、心绞痛等症状。进行心电图检查时,多见房性早搏、室性早搏、阵发性心动过速、心房颤动等。严重贫血患者常有心绞痛发作,甚至有可能发生急性心肌梗死。因此,如果发现贫血,建议正规就诊,排查病因,及时采取有效治疗措施。

复旦大学附属中山医院 程蕾蕾

腰疼腿麻 当心腰椎间盘突出“老化”

腰背部是人体用力最多的部位,为人体提供支撑并保护脊柱。其中,椎间盘位于腰椎椎体之间,对腰椎椎体起支撑、连接和缓冲作用。椎间盘是一个软骨纤维环,内部盛满果冻状的髓核。随着年龄的增长,髓核内的水分不断减少、弹性降低,椎间盘灵活性变差,再加上平时一些不良生活习惯,椎间盘受挤压后变形或出现微小裂口,内部果冻状髓核渗出,硬化结痂,形成椎间盘突出物。



很多人在久坐后会出现腰疼、腿麻的情况,其实就是椎间盘这个零件用久了,椎间盘内突出物挤压到了相邻的神经根导致的。

腰椎疾病还会导致严重的后果。比如患者出现

腰背部疼痛、下肢疼痛、麻木及感觉异常等早期症状而不做治疗的话,随着病情的发展,突出的椎间盘可能造成脊髓、神经受到压迫,到这个时候,患者就可能出现行走障碍、瘫痪、大小便失禁等症状。椎间盘突出症发展到一定程度需骨科手术治疗。

所以,出现腰疼、腿麻症状的人,一定要多留心,尽早到医院做相关检查,尽早治疗。

首都医科大学三博脑科医院疼痛科主任 顾柯

皮肤瘙痒或因肝功能受损

赵女士老是出现眼睛和皮肤瘙痒的症状,劳累或者熬夜后痒得更厉害。她去了多家医院检查,没发现眼睛和皮肤有任何问题。随后,通过一次体检找到了原因。

体检结果显示,赵女士谷丙转氨酶、谷草转氨酶、胆红素这三项指标严重偏高,表明她的肝功能

已经受损。最后确诊赵女士患的是原发性胆汁性肝硬化(PBC),也就是俗称的自免肝。这是由于患者身体免疫系统出现异常,错误地把肝细胞当成敌人而不断攻击,导致自身肝细胞坏死,如果不加干预,会一步步发展为肝硬化甚至肝癌。

很多患者皮肤及眼睛

瘙痒,其实都是肝脏疾病导致。因为肝功能受损,代谢能力就会减弱,这会导致胆红素等废物在体内沉积。沉积的废物会刺激皮肤的感觉神经末梢,使患者出现皮肤瘙痒症状。所以,一旦出现皮肤瘙痒,又检查不出皮肤问题,最好查查肝功能。

孙长宇/文

服药时 警惕调味剂影响

油盐酱醋是日常生活中不可缺少的调味剂,但是在服药期间,要注意这些调味剂对药品的作用,以免影响药效。

油。花生油、大豆油、芝麻油等植物油可以增强降脂药物的效果,而猪油等动物油会加剧体内脂肪的储存,从而降低一些降脂药物的功效。因此,在服用降脂类药物时,宜吃植物油,不宜吃动物油。

盐。盐吃多了会导致血压过高,因此,摄入过多的食用盐会降低降压药、利尿药等药物的疗效。在服用这类药物时,应尽量少吃盐。

酱。在服用治疗血管疾病、胃肠道疾病的药物时,不宜吃过多的酱油,以免引起恶心、呕吐等不适。

醋。服用碳酸氢钠、碳酸钙、氢氧化铝等碱性药物时,多吃醋会使药物失效。 李珮琳/文

四种情况 易引发眩晕

使用手机或电脑时,不良的低头习惯会引发颈椎病,导致眩晕。

颈内动脉、椎基底动脉是脑供血的两条主要动脉。颈椎增生、椎间盘突出症严重时压迫颈内动脉,影响脑部供血,从而导致大脑缺血、缺氧、眩晕。

中耳炎久治不愈,会导致迷路神经炎,也就是常说的耳水不平衡,引发眩晕。

大脑动脉硬化、椎基底供血不足也可引发眩晕。 李博/文

图说 我们的价值观

勤 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