

气温骤升,湖南各大医院心血管病患者明显增多——

夏季易猝死,高温“热”的祸?

今日女报 / 凤网记者 李诗韵

面红耳赤、大汗淋漓……长沙这座城市,一夜入盛夏,“烤”得我们的身子直呼“受不了”——心跳越来越快,呼吸急促甚至头晕眼花。如果你正在担心自己是否已经中暑,不妨先问问你的心脏,是不是它在向你发出这样的“求救信号”。

6月1日,记者从湖南多家医院了解到,随着气温骤升,不少中老年人住进了心血管病房。据统计数据显示,心脏病人夏季猝死者平均占全年死亡人数的47%。那么,猝死高峰期,该如何保护心脏呢?



提问!

A 哪些问题会导致心脏病猝死

心脏病就像一颗定时炸弹,随时可能危害你的健康,我国每年有超过50万人因心脏病猝死,却鲜有人了解引发心脏病猝死的原因。

◆高胆固醇。这是冠心病最

早被证实的危险因素。在冠心病治疗中它是头号的治疗对象。

◆吸烟。这是冠心病最重要的致病因素之一。吸烟与其他危险因素同存则危害翻倍。

◆年龄。随着年龄增长体

内五脏六腑老化,累积到一定程度后就会表现出临床症状。

◆高血压。高血压危险程度和吸烟相比毫不逊色,而且多数患者都没有接受过规范化治疗。

◆糖尿病。糖尿病是冠心

病猝死的第一杀手。血糖升高加速动脉粥样硬化形成,促进心脏猝死速度。

◆肥胖。肥胖人群中甘油三酯、胆固醇升高,高密度脂蛋白水平降低促使冠心病猝死。

B 为什么夏季容易引发心脏病

很多人认为冬季是心脏病的高发季节,而忽视夏季心脏病复发的危险性。其实,酷暑盛夏,冠心病等心脏病发作导致心绞痛、心梗的情况并不少见。湖南省中医院心血管内科专家告诉记者,当气温超过33℃时,人体的新陈代谢会显著加快,对血液循环系统有很大影响。

◆易烦躁,心跳加快。高

温环境下,人会变得烦躁不安,容易发脾气。而情绪激动会让心跳加快,心肌耗氧量增加,心脏负荷变大。加上高温让全身血管扩张,血液循环加快,更加重了心脏负担。这种情况下,心肌容易缺血,出现胸闷、气短、胸痛等不适症状。

◆睡眠差,血压不稳。炎热的天气让人辗转难眠,而且

夏季昼长夜短,容易睡眠不足,提高血压和心率的平均水平,增大心血管系统的工作压力。

◆出汗多,血液黏稠。夏天气温高、气压低,空气中含氧量下降,出汗较多,血液黏度升高,血流不畅,心血管易堵塞,出现心肌缺血,从而诱发心梗。

◆吹空调,诱发心梗。宅在空调房里凉爽又舒适,但心

脏可能吃不消。从低温的空调房到高温的室外,血管会突然舒张;从高温的室外突然进入低温的空调房,血管又会收缩。反复折腾导致血压波动大,可能诱发心梗,特别是血管脆弱的老年人,猝死风险增大。冷热交替还容易受凉感冒,如果并发严重感染,也可能危及心脏。

知识!

C 心脏发出的“求救信号”

◆胸闷胸痛。美国心脏学博士威尔顿表示,如果觉得胸口仿佛压着一头大象,最好立即拨打急救电话;觉得胸部肌肉有扯动感,说明可能有潜在心血管疾病;如果胸痛伴有放射到肩膀、手臂、颈部或下颌部的疼痛,一定要告诉医生。

◆呼吸短促。爬一段楼梯

就气喘吁吁,而过去从来没有这种现象,应警惕心脏问题;躺下时出现呼吸问题,很可能是心脏瓣膜病的症状。

◆流感样症状。恶心、疲劳、怕冷、出冷汗等类似流感的症状,都表明供血不足。很多人都会有这些症状,但如果这些症状出现在活动后,就应该去看医生。

◆头晕目眩。头晕眼花和眩晕,可能是血管堵塞或心脏瓣膜疾病的征兆,如果伴有心悸,则必须当心。快速站立时出现头昏眼花,也可能是心脏异常的一个信号。

◆疲劳或失眠。很多女性患者在心脏病发作的前一周,会感到异常疲劳乏力。很多人心脏病发作之前出现“睡眠紊乱”。

因此,突然感到格外疲劳或出现失眠,应该考虑心脏是否出现异常了。

◆严重的肠胃不适。严重胃肠不适,也可能是心脏问题的一大信号。有研究表明,有些女性患者在心脏病发作前几天,就会出现消化不良。但是很多人不会想到这与心脏病有关,并因此延误病情。

国药准字 OTCZ45022017

葛洪牌桂龙药膏

28味药入五脏
治病又补身

葛洪牌桂龙药膏,精选28味野生中药,久熬成膏分入五脏,药材好药力强,入口即溶易吸收,方中三爪龙、狮子尾等入心经,青藤、万筋藤、四方藤、过岗龙、杜仲等入肝经,老鸦嘴、千斤拔、土茯苓等入脾经,五爪龙、牛大力、玉郎伞、高山龙、白芷等入肺经,黑老虎根、首乌藤、九牛力等入肾经,祛风湿止疼痛,活经络补气血,温肾阳调五脏,用于风湿骨痛、慢性腰腿痛、心悸气短、失眠多梦、肾虚尿频等慢病治疗。

慢病用补药,补药之中属膏方!



请按药品说明书或者在药师指导下购买和使用

体验
热线

400-750-8800

地
址

岳麓区咸嘉湖路656号众泽堂
大药房(省肿瘤医院后门旁)

中医连线 |
老中医的“心病”治疗经

高血压、冠心病、心绞痛、心猝死、脑中风等心脑血管疾病是当前的常见病、多发病,属中医心病范畴。国家名老中医曾将其分为以下五种:

◆气阴两虚型心脏病。临床表现为胸闷发憋、心前区疼痛,心悸气短、腰酸浑身没劲儿,舌苔发白或暗紫,以隐性冠心病、心绞痛者居多。

◆阴虚阳亢型心脏病。临床表现为胸部闷痛、头晕头痛、烦躁易怒、四肢发麻、手足心热,舌苔发白或薄黄,以冠心病合并有高血压者居多。

◆心阳不振型心脏病。临床表现为胸闷胸痛、心律不齐、舌苔薄白、口唇发紫,以冠心病、心绞痛而传导阻滞者居多。

◆心血瘀阻型心脏病。临床表现为胸闷有重压感、胸口突然剧痛或放射性背痛,面色苍白、冷汗淋漓,以重度冠心病心绞痛、心梗等居多。

◆心肾阴阳两虚型心脏病。临床表现为胸闷胸痛、头晕心悸、多尿口干健忘等,以冠心病心衰、脑动脉硬化者居多。

以上心病均由五脏虚损引发心肌不足、心血亏虚、血脉淤堵所致。沿用1700年的治心病的好方法,东晋名医葛洪根据《黄帝内经》提出:“百病之源,五脏为根。远离慢性病需五脏同调,内外双修。”他认为,心主血脉,主神志乃五脏一环,无论是气阴两虚症、阴虚阳亢症,等冠心病,还是其他心病症,都必须保心疏肝、健脾润肺、强肾、同调五脏,只有这样才能强心肌、补好血、通血脉,从而治疗心病。

