

# 与同事大吵一架后胸痛不止 夏季心梗迎来小高峰

## 医生：学会这些能有效预防

在许多人的印象中，冬季是急性心肌梗死的高发季节，到了炎热的夏季可以松一口气。宁波奉化区中医医院心病科楼善杰主任医师说，事实上，夏季心肌梗死并不少见，高危人群同样应敲响警钟。这一个月，该院接连接诊了近十名心梗患者。“年纪最轻的才28岁，最大的66岁。有几例甚至出现了冠状动脉的完全闭塞，随时可能危及生命。”

### 吵架后觉得胸口像裂开了一样

“持续胸痛，胸骨后疼痛明显，闷塞感，伴大汗淋漓，常规心电图显示急性下壁心肌梗死……”事发当天中午11时，58岁的乐师傅（化姓）被送到该院急诊室时，一只脚已经迈进了“鬼门关”。

被送到急诊前1小时，乐师傅在工地与工友因为琐事大吵了一架，吵完后内心久久不能平静。突然，他觉得胸口像裂开了一样。蹲下身休息，没有缓解，胸口越来越闷，越来越痛。等工友发现时，他已面色发白，全身衣物被汗水打湿。工友马上将他送往附近的奉化区中医医院急诊。在采取一系列急救措施后，乐师傅被送进导管室，接受急诊经皮冠状动脉介入治疗。

“当时，乐师傅的病情很严重，血管状况也很糟糕。”楼善杰介绍，乐师傅的左冠开口于右冠窦，回旋支散在斑块浸润，中段管腔60%狭窄，右冠近段以下全闭。这也是导致其疼痛剧烈、病情严重的主要原因。手术中，医生为其完成溶栓治疗，并在他体内植入冠脉支架一枚。他闭塞和狭窄的血管很快被打通，随后成功脱离了生命危险。

### 夏季也是急性心梗高发期

楼善杰从事心内科临床工作二十余年，常年与心血管疾病患者打交道。他说，心肌梗死的抢救是一场与时间赛跑的生死营救。想要跑赢死神，一靠患者就诊及时，二靠医护团队救治及时。

“最近一个月，我们接诊了近十例急性心梗患

者。其实，夏季心梗并不少见，但临床上我们发现很多患者就诊意识不强。”事后，楼善杰也了解过乐师傅的生活习惯。得知他有将近40年的抽烟史，他认为隐患早已存在，情绪激动等仅是诱因。

他分析，心梗发生是气候、行为、生理等多因素共同作用的结果。夏季心梗的发生与以下因素有关：夏日人体出汗多，水分通过汗液大量蒸发，造成血液黏稠度增高，易出现血小板聚集和血栓形成，如在此时迅速进食冷饮冰饮料、冲冷水澡等，会刺激血管收缩诱发心梗；同时，夏季人们喜欢吹空调，反复的冷热刺激会使冠状动脉加剧收缩，致使其中已形成的斑块被牵拉破裂，形成血栓，引发心梗。另外，夏季天气燥热，人容易烦躁情绪波动，导致体内交感神经兴奋，心跳加快，也容易诱发心梗。

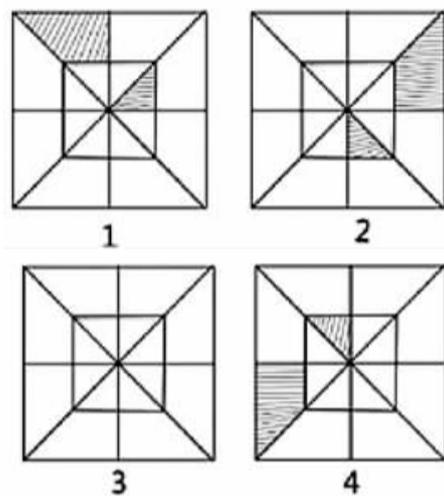
楼善杰介绍，防范心肌梗死的发生，要从日常做起。比如，夏季出汗多，一定要及时补充水分，尽量少喝凉水或冰镇饮料；规律作息，不熬夜；适量运动；不在饱餐或饥饿的状态下洗澡；保持好心情，良好的情绪对血压的控制及心血管急症的预防都有好处。

楼善杰提醒，关于心肌梗死，还有一个知识点需要格外警惕——胸闷胸痛是心梗的典型症状，但有些人会表现为胃肠道不适、身体乏力等情况。夏天出现头痛、头晕、面色苍白、四肢无力、大汗淋漓、胸口憋闷等症状时，千万不要想当然地以为只是“中暑”，“忍一忍就过去了”，一定要及时就医，避免延误治疗。

据《宁波晚报》

## 益智游戏

### 变化的阴影



分析如图1、2、4中阴影部分的分布规律，按此规律在图3中画出其中的阴影部分。

### 邻居的职业

甲、乙、丙三个人是邻居，他们分别是工程师、部门经理和艺术家。三个人中，艺术家是独生子女，他的工资最少；丙是甲的妹妹的男朋友，他的钱比部门经理多。

据此，你可以判断出三个人从事的职业分别是什么吗？

### 数独

2	4		8	6	7
	7	3	1		2
8		7		3	
	8		4	5	3
	5	9		7	
7	4		2	8	9
	9		7		1
3			2	9	8
4	7		8		6

在空白格填入数字，使其每行、每列、每一个粗线格（3×3）内的数字为1-9，不重复。

### 击鼓传花

一群人玩击鼓传花，从A开始，按照顺时针方向传，当传到B时，鼓声正好停止。这时人们发现，若从A开始按照顺时针方向数，B刚好是第六个，并且，他的下一个正好与A面对面。你能根据这些条件，迅速判断出这个圆圈一共围了多少人吗？

# 梅雨季节耳朵也容易“发霉”

“医生，我耳朵实在太痒，还有水流出来。”前几天，浙江省立同德医院耳鼻喉科熊高云主任诊室来了患者刘先生，只见他坐立不安，还用小手指不停在耳洞里转圈。

熊高云用视频耳内镜一探究竟，发现刘先生双侧耳朵“发霉”了。外耳道和鼓膜表面覆盖着一层真菌样的菌丝结痂，长了很多“小蘑菇”，诊断为真菌性外耳道炎。

刘先生平时有掏耳朵的习惯，特别钟爱这种酥麻上头的感觉。最近他感觉耳朵特别痒，又闷得发慌，越痒他掏得越频繁，结果痒感非但不见好转，耳朵还有液体流出，臭臭的，听力也减退了。

根据刘先生的病情，熊高云为他做了高清视频耳内镜下的外耳道清理，在外耳道涂上抗真菌药膏，并叮嘱隔天来医院换药，洗澡时避免进水。

经过两周治疗，刘先生外耳道基本恢复正常状态，耳痒症状也消失了。

真菌性外耳道炎是一种耳部常见疾病，由真菌感染所致，梅雨季更易受侵袭。“平时特别要注意，盯聆（即耳屎）对耳朵有保护作用，过度清理反而容易失去这层屏障，还可能使耳垢或者水分进入耳朵更深处。”

熊高云提醒，真菌性外耳道炎症状以耳痒为主，耳闷胀感、耳朵有少量水样分泌物流出为伴随症状。当真菌大量繁殖形成团块，覆盖在外耳道及



鼓膜表面时，会出现耳鸣及听力下降、耳堵塞感等症状。当合并细菌感染时，会出现耳痛、耳流脓、肉芽肿甚至面瘫。

真菌性外耳道炎喜欢盯上的人群：喜欢挖耳、采耳；爱好游泳；长期处于高温、潮湿环境；免疫系统受损者，如糖尿病会导致机体抵抗力下降；全身长期大剂量应用抗生素或耳内滴用抗菌素，会增加真菌感染的机会。

据《浙江老年报》