

认识心梗，把握好救治的最佳时间

赵凉斌

昭觉县人民医院 四川昭觉 616150

〔中图分类号〕R54 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2023) 09-059-02

随着医学技术的不断发展进步，现代医学对于许多过去认为的“绝症”均有了较好的治疗方式，通过对症干预治疗即便无法帮助患者彻底摆脱疾病，也可有效延长患者的生存时间。但是，以急性心肌梗死（心梗）为代表的各类急性发作类疾病仍严重威胁着患者的健康和生命，这是因为心梗往往具有起病急、发展快和致死率高的特点，患者会在发病后短时间内失去生命体征，导致医生根本来不及救援。因此，明确心梗的最佳救治时间，及时予以突发心梗患者相应的急救，对于心梗患者身体健康和生命的保障有着重要的意义。为此，本文便针对心梗救治的最佳救治最佳时间等健康知识进行简单的科普，希望能够为广大突发心梗患者身体健康和生命的保障提供一定的帮助。

一、什么是心梗

急性心肌梗死又叫心肌梗塞，是冠状动脉急性闭塞，血流中断，使部分心肌因严重的持久性缺血而发生局部坏死，使得心脏功能受损的一种可能危及生命的急性病症。

二、心梗的流行情况

随着我国经济快速发展和人民生活水平的提高，冠心病尤其是急性心肌梗死的发病率及死亡率逐年升高，并呈现年轻化趋势，青年人急性心肌梗死发病率占全部冠心病病人总数的 3%~10%，近年来发病率还有所升高，45 岁以下急性心梗占全部心梗患者的 10%。据数据统计，我国急性心梗每年新发病例大约有 50 万人，预计未来 10 年心梗患者数量将急剧攀升，到 2030 将有 2200 万心肌梗死患者。

三、心梗的发生原因

1. 生理因素

心梗的发作与患者日常生活有很大的关系，如果患者经常情绪激动、生气等，有可能会诱发急性心肌梗死。因为情绪有所变化时，会导致心率有所加快，使心脏负荷进一步加重，同时心肌耗氧量也会随之增加，导致冠状动脉出现硬化不能扩张，造成心脏出现缺血、缺氧状态，从而诱发急性心肌梗死的发作。

2. 环境因素

环境与心梗的发作也存在一定的关联。如果冬季天气寒冷，或是周围环境温度比较低，容易导致交感神经处于兴奋状态，心肌收缩力也会随之增强，导致血压、冠状动脉张力等也迅速升高，从而诱发急性心肌梗死的发作。

3. 冠状动脉粥样硬化

由于冠状动脉出现粥样硬化病变，会导致血管逐渐出现狭窄或是完全闭塞，并且动脉弹性也会随之减弱，同时引起心肌出现缺血现象，从而诱发急性心肌梗死发作。

四、心梗的特点

现代医学研究发现，心梗具有发生突然、持续性、胸部或心前区疼痛、濒死感、胸闷憋气和大汗淋漓的特点。

1. 发生突然

对于存在心脏疾病病史者，对于一些突发的心绞痛往往重视程度较低。但心梗发生时患者的心绞痛症状会更重、也会更突然。

2. 持续性

心梗患者的各类不适症状表现通常会持续 15min-20min 以上，且各类不适症状会一直无法缓解，患者会持续自觉难受。

3. 心前区疼痛

大部分的心梗可能都会表现除胸痛或心前区疼痛症状，这种疼痛的性质以压榨样为常见，就像一块大石头压在胸口，胸口好像要裂开一样，有些患者则呈现为闷痛、憋痛。

4. 濒死感

心梗患者的濒死感是指一种濒临死亡的感觉。有些患者可能会说：“我又没有经历过死亡，又怎么会知道濒死感是什么”。经大量心梗患者口述，濒死感是人体自觉的一种无法用言语形容的难受感，该感觉会让患者觉得“我要死了，谁能来救救我”。

5. 胸闷憋气

心梗患者的胸闷憋气是持续性的，不能靠深呼吸缓解，也不可能持续几秒钟就完事，患者会因该症状自觉出现“心里堵得慌”、“气不够用”等不适感。

6. 大汗淋漓

心梗患者的出汗并不是因为运动或天气热而正常出汗，而是莫名其妙的出汗，且是湿冷汗。并且，大汗淋漓可以是独立出现在心肌梗死中，也可以是心肌梗死其他表现的伴随症状。

五、心梗的危害

1. 死亡

死亡是心梗突发患者最为严重的后果，患者可在心梗突发时或发生后短时间内出现猝死，有些患者则会在心梗突发后 1 个月内任何时间突发猝死。

2. 低血压和休克

心梗患者会在起病后数小时至数日内发生低血压和休克，其主要是心源性，为心肌广泛坏死、心排血量急剧下降所致，有些病人有血容量不足的因素参与。

3. 心律失常

心律失常也属于心梗的危害，其以室性心律失常所占比例最高，房室传导阻滞和束支传导阻滞也较多见。室颤则是心梗早期，特别是入院前主要的死因。

4. 心力衰竭

心力衰竭也属于心梗的危害，主要是急性左心衰竭，发生率约为 32~48%，为梗死时心脏舒缩力显著减弱或不协调所致。右心梗死者一开始即出现右心衰竭，伴血压下降。

(下转第 50 页)

如何让癫痫日常防护不再棘手

姜祖信

沧州市中心医院 河北沧州 061000

〔中图分类号〕R473 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2023) 09-060-01

癫痫疾病是一种非常常见的大脑功能障碍慢性疾病，许多人对于这类疾病的了解还不够全面，导致一些癫痫病患者在发病时出现口吐白沫、僵直等症状时，许多人第一反应就是害怕，不能为患者进行正确的帮助，而对于癫痫患者来讲，除了接受专业的治疗来控制病情，在日常护理中，也要做好防护。

1 漏服药物怎么办？

药物治疗是癫痫患者日常护理内容的重点。癫痫患者在服药时确保遵从医嘱，按时、按量服用药物，避免出现漏服、误服、私自停药、减药的情况出现，但是长时间的药物治疗难免有些患者会出现漏服情况。有些患者可能会担心，这种漏服情况会不会影响药物效果啊？首先发现漏服药物不要惊慌，先仔细回想一下，是不是记忆出现问题，如果确定自己是药物漏服了并且距离下一次药物服用时间还较长，那么患者就需要尽快按量补服药物即可，若患者下次服药时间与漏服时间，两者距离较近，那么不需要再不服药物，只需按照原定时间段服用药物即可，还有因为记忆等原因，患者不确信自己是否漏服药物这种情况患者可以补服药物原剂量的一半就可以啦！

2 患者治疗期间的护理工作如何进行？

癫痫病患者在进行康复治疗时，需要家属给予一定的治疗帮助和精神帮助。尤其是患者发病期间，家属需要时刻照看患者以防发生意外。其次，在间歇期间家属应该根据患者实际情况，合理对患者的生活和学习进行安排，将患者当做正常人，不要对他们进行过度的保护和限制。在日常护理工作中，家属除了提醒患者按时服用药物外，还应注意患者服药后的一些反应，及时记录病情，配合医生追踪治疗。为了使得患者可以更好的康复，要保证充足的营养和休息时间，养成良好的作息，避免患者用脑过度和其他诱发因素。

3 患者饮食需要注意什么？

对于癫痫症患者来讲，日常合理饮食也是非常重要的。在饮食方面患者尽量多摄取有益的水果、蔬菜，这是因为新鲜的水果，蔬菜中含有大量的铁、钙、蛋白质等，对患者的病情会有一定帮助，但同时要注意这些食物的摄入要规律、适量。因为过饱、饥饿或大量饮水、大量饮用含有咖啡因等刺激饮料都有可能诱发患者癫痫出现，所以癫痫患者日常需要避免这些食物的摄入。由于女性患者可能会面临妊娠、育龄等问题出现，在孕期需要补充一些叶酸或者维生素，这时可以

到医院询问专业人士进行服用，切记不可擅自乱服或停药。

4 家属和患者如何做好病情监测？

在患者病情治疗期间，医生通常会叮嘱患者或者患者家属做好病情记录，将患者发病时间和发作情况详细记录对医生后续开展治疗和掌握病情进展以及治疗效果都有这很好的参考价值。许多患者在发作时往往会出现意识障碍，那么就需要在场的患者家属进行详细观察并且根据患者发病情况进行记录后续进行整理，记录内容包含患者病情发作具体时间、发作频次的变化、患者病情发作时的状态有无异常动作、症状是否出现扩散、患者自身有无意识障碍等，这些情况都需要患者或患者家属进行详细记录，以便后续去医院就诊时及时向专业人员反馈患者情况。

5 癫痫病患者如何参与正常的学习和工作？

癫痫病患者在经过治疗之后病情会相对稳定，那么这时的癫痫病患者可以通过医护人员的专业指导接受教育和进行社会工作，特别是对于一些年龄较小的癫痫病患者，家长应该在控制住病情的情况下，让孩子正常接受学校教育、由于患者可能在学校会面临发作的情况，需要将这种情况提前与学校负责人和老师进行沟通，确保患者在发作时可以时得到处理，成年癫痫病患者在选择工作时应该根据自身的情况正确评估自己工作能力，考虑适合自己的工作。通常来讲，癫痫病患者应该避免高空，高温，水下，消防等工作，以免出现意外。

6 癫痫病患者的心理健康如何防护？

癫痫病患者在经过长时间的治疗以及外界的眼光中会滋生一些自卑，敏感的情绪，长时间发展下去甚至更为严重的会出现心理问题。患者自身的心理健康不能忽视，心理减压非常关键，首先作为患者本人应该勇于面对现实，有足够的勇气去战胜疾病积极配合医生进行治疗，并对家人敞开心扉，有任何不舒服的问题，第一时间和家人朋友倾诉，寻求理解和帮助，其次是患者家属的态度家属的关心固然重要，但不能过于小心翼翼，除了要细心照顾患者日常饮食起居以外，还要注重对患者心灵上的沟通，若患者长期处于焦虑、紧张、精神压力大的状态下，更容易引发癫痫发作。癫痫疾病不仅仅会对患者身心造成严重的伤害，也会使得整个家庭蒙受疾病折磨的阴霾，全面的防护事项可以减少癫痫疾病的发作，减少对身体的损伤，为癫痫患者后续康复打下良好的基础。

(上接第 59 页)

六、心梗救治的最佳时间

现代医学研究发现，急性心梗的最佳救治时间为发病后的 2 小时内，俗称“黄金 120 分钟”。对于急性胸痛患者来说，早识别、早呼救、早确诊、早救治十分关键，黄金时间窗在 2 小时之内，时间就是生命，和时间赛跑，越早地接受治疗，可以最

大程度地降低心梗患者的死亡率，治疗效果对愈后也会越好。

临床上最常见的有效的心梗抢救方法包括溶栓治疗和冠脉支架植入两种方式，临床上会根据病人的情况选择合理的方案进行治疗。有研究表明，在救护车上就开始进行溶栓的患者，比到医院再做溶栓的患者的治疗效果更为明显，所以早发现、早治疗对于心梗患者来说极为重要。