

天气有变,92岁老人心梗“闯关”



□洛报融媒首席记者 曾宇凌 通讯员 高鸽

“天气骤变,请关注心血管健康!”这是市中心医院心内科一病区主任常学伟近日在微信朋友圈发的一条健康提醒。他说,每年这个季节,心内科几个病区病人就会增多。最近,一位92岁老人的心梗救治过程着实惊险。

1 92岁老人突发心梗,敢手术吗

刘老先生今年92岁,10年前,他就因心梗胸痛持续不缓解住进了家附近的医院,当时家人考虑到他年纪大了,选择药物保守治疗。出院后这些年,老人比较注重健康,身体还算不错,血压、血糖都稳定。

近期,刘老先生再次突发心梗,这次的症状是背痛,入院检查发现,心脏前降支近端快堵死了,且血管弯曲又

狭窄、钙化严重,后被送入心内科重症监护室。

“我们知道心梗需要尽快放支架,医生也跟我们谈了,但他都90多岁了,还敢手术吗?万一一下不来手术台怎么办?”刘老先生的家人很纠结,经过慎重考虑,决定先让老人药物保守治疗。好在用药治疗后,病情得到控制,老人随后转入该院心内科普通病房。

2 再次发病逢医生查房,最终手术“闯关”成功

“理解家属的心情,遇到像这位老人这样的情况,我们做医生的也会谨慎再谨慎,因为年龄越大,心脏支架手术的难度和风险就越大,不过病情需要时不能犹豫。”刘老先生的管床医生路航说,就在老人转入心内科普通病房的第二天,老人的病情再次“告急”。

刘老先生的家人说,老爷子又说背疼难受,正给老人揉着背,医生来查房了,医生一听老人背疼,立即让护士来做床旁心电图检查,“检查结果很

不好,我们知道手术不能再拖了”。

当时,老人的心电图提示ST段抬高,意味着冠状动脉出现了100%闭塞,药物保守治疗已经无法控制病情,如果不尽快放支架随时会有生命危险!医护人员一边跟老人家属沟通,一边紧急制订手术方案,最终由常学伟和路航共同为老人进行了冠脉介入手术,术中以最快速度植入了两枚支架。术后老人恢复良好,4天后顺利出院。

3 降温时警惕心脏疾病,高龄并非手术禁区

每年一到天气降温明显时,心内科病房患者就会明显增多。常学伟说,近期,气温下降明显,他们心内科病房冠脉介入手术量明显增加,从近1个月的接诊情况来看,患者以65岁以上的老人为主,像刘老先生这样八九十岁高龄的不在少数。

很多高龄老人和家属,对心脏支架手术有顾虑。

“过去,80岁以上老人做心脏支架手术的少,但随着人均寿命的延长及医疗技术的不断进步,现在高龄老人做心脏支架手术已经不稀奇了,我们几乎每个月都会做。”常学伟说,年龄越大的患者,血管条件和心功能储备都会变差,手术风险势必增加,但高龄不是手术绝对禁区。

延伸阅读

老年人心梗,不一定会胸痛

常学伟说,持续不改善的胸闷、胸痛是心梗的典型症状,不过有些患者尤其是老年人,胸痛并不明显,反而出现其他部位的疼痛,比如类似刘老先

生这样的背痛,有的还会牙痛、肚子痛等。如果出现这种情况,尤其是有过心血管病史的,不要掉以轻心,要及时就医,以免延误最佳救治时机。

健康提醒

起身扭了腰 及时休息很关键

□洛报融媒记者 裴冉冉 通讯员 徐建军 李瑜琪

前不久,62岁的沈女士蹲着起身时扭了腰,有点儿严重,疼得她站在原地半天没敢动。后来,她慢慢挪到床上一动不动地躺了半天,感觉没那么疼了才去医院诊治。医生表示:“你做得很对,扭伤后第一时间就是休息,休息后疼痛没有缓解,再及时就医。”

市第一人民医院急诊科主任秦燎阳说,并不是每个人都像沈女士这么幸运,老年人蹲姿起身扭伤腰部,除了出现小关节紊乱,还有可能诱发腰椎间盘突出或骨折,这3种情况都会有剧烈的疼痛,但处理方法并不相同,有的或需要手术治疗。扭伤后急性疼痛期一定要休息,同时可服用止疼药。若

常规的热敷或冰敷未有疗效,疼痛仍不缓解,需及时找专科医生诊断,看是否需要进一步治疗。

不少中老年女性习惯蹲着干活儿。秦燎阳说,这部分人群本身易患骨质疏松,平时可注意补充钙质,多做一做“小燕飞”加强腰部肌肉锻炼,但急性疼痛期不可做。

■“小燕飞”的具体做法:脸朝下俯卧在垫子上,双臂以肩关节为支撑点,缓缓向后抬起,手臂向上的同时轻轻抬头,双肩向后向上收起。与此同时,双脚轻轻抬起,腰骶部肌肉收缩,尽量肚子紧贴垫子,让肋骨和腹部支撑身体保持1秒到2秒。然后放松肌肉缓慢放下,四肢和头部回归原位,每次10个到15个,每天可重复做3次到5次。



银耳等干货有保质期吗

□洛报融媒记者 裴冉冉 通讯员 徐建军 李瑜琪

“银耳有保质期吗?买了1年多还能吃吗?”近日,老城区的吴女士向记者咨询,她翻出柜子里的银耳,准备给家人做银耳雪梨粥,孩子看见了问她银耳买了多久了,过了保质期没,把吴女士问住了。对此,记者采访了市第一人民医院营养科主任李芄。

“一般来说,银耳、木耳等干货,按照包装上的要求放在干燥、通风的环境中保存两年是没问题的。”李芄说,“没拆封且符合储存条件,打开后也没有受潮、发

霉、异味等情况,从食品安全角度来说,问题不大,但口感可能略受影响。”

李芄说,银耳的营养价值高,具有润肺化痰、养阴生津的功效,很多人习惯秋冬季拿银耳熬粥、煲汤,其实银耳、木耳泡发后适合多种烹饪方式,可搭配的食材也多,除了熬粥、煮汤,炒菜时也可以用一些,比如木耳拌芹菜、木耳炒鸡蛋等,一周食用一两两次,既能兼顾营养,又可避免存放过久。

“若是不小心泡发太多,可以把多出的银耳或木耳晾干后放入冰箱,这样通常可以保存一两天。”李芄说。