

新民传媒发起——

预防猝死 应对雾霾 我们在行动

2013年上海慢性心血管疾病防治工程
远离心肺疾病 新民送健康

空气的严重污染,对人体的健康危害极大,近期各医院的感冒、支气管炎、肺炎等呼吸道疾病的门诊患者明显增加,雾霾天对人体心脑血管的影响尤为严重,会阻碍正常的血液循环,导致心血管疾病的发生,如高血压、冠心病、或将诱发心绞痛等,眼下又

逢冬季气温骤降,急性心梗进入高发期,冬季突发心脏病猝死的几率明显超过其他季节,为防止猝死杀手,健康应对雾霾天气对人体造成的伤害,新民传媒发起2013年上海慢性心血管疾病防治工程第三季“预防猝死 应对雾霾 我们在行动”大型冬季惠民活

动,本次新民传媒将投入减免基金97万元,惠及沪上2170人,活动时间从即日起至1月16日。读者需凭本报通过预约电话申请“心肺疾病筛查”名额,名额有限报满即止。由于参与报名市民较多,遇到占线情况请您耐心等待。
预约热线:021-54961016

参加“心肺疾病”筛查项目

项目	意义	原价	现价	备注
血糖	糖尿病筛查	6		每日限额 35人
血常规	血脂异常检查	50		
血脂1号	贫血、感染检查	45		
心肌酶1号	判断心肌是否损伤	55		
心电图	心脏功能基本检查项目	20		
心脏彩超	对心脏病理变化做出判断	180		
胸片	检查胸廓及胸腔内部状况	90		
挂号费	全国知名专家亲诊	108		
工本费	纸张	1		
共计	以上疾病筛查须捆绑参加	555元	108元	

555元(原价)-447元(基金减免)=108元(现价)

参加本次“心肺疾病”亲诊知名专家

全国知名专家亲诊为您解读筛查报告,周一至周日8:00-11:30 13:30-17:00,根据专家每日坐诊时间安排表,为您解读筛查报告。

心脏外科

肖明第	我国冠脉外科的奠基人之一 主任医师、教授、博士生导师
陈小中	主任医师、澳洲籍医学博士
程云阁	主任医师,中国胸腔镜心脏手术第一人
李小波	主任医师
肖亦敏	副主任医师
陈张根	主任医师、教授、硕士生导师
徐光亚	主任医师
王吉祥	副主任医师
贾宝成	医学博士

心血管内科

孟庆智	主任医师、医学硕士
张雅君	主任医师、教授
宋贺	主任医师
方正	主任医师
孙慧英	主任医师
钱剑安	主任医师、教授
顾菊康	主任医师 教授
邱建平	主任医师、硕士生导师

胸外科

王强	主任医师、医学博士、硕士生导师
王良旭	主任医师、教授、硕士生导师
彭寿行	主任医师、教授

报名时间

即日起至1月15日(周一至周六 8:00-11:30 13:30-17:00)

详细说明

每日名专家坐诊为您详细解读筛查报告(周一至周日8:00-11:30 13:30-17:00)
筛查结束后第二日即可领取报告(周一至周日8:00-11:30 13:30-17:00)

筛查地址

徐汇区龙漕路218号(轨交3号线龙漕路站4号出口旁)

预约热线

021-54961016

温馨提示

由于参与报名市民较多,遇到占线情况请您耐心等待

预防猝死

真相
猝死真的离我们很近

你能想象吗?全世界每年有数百万人因猝死而失去生命,而我国每年约有55万人发生心脏性猝死,而中青年已经占到全部猝死者的四成以上,幸存者不到1%。猝死已经成为这个时代最富震撼性的死法之一,没有任何预兆,这些人就默默地离开了我们。

一串串数字,一件件猝死事件,触目惊心,护心行动,事不宜迟!上海马拉松,东方明珠登高大赛……这些活动的举办,提倡市民健康运动的同时,在这个冬季心脏病高发期,也让我们送去一声问候:护心,从我做起!

研究
猝死为何盯紧中青年?

中青年频发猝死,主要与生活方式及工作压力过大有关。

专家表示,不少年轻的心脏猝死者都有熬夜、酗酒、抽烟、高盐高脂饮食、缺乏锻炼等生活习惯,长期保持这些不健康的习惯,高血压、高血脂、糖尿病等“老年病”就容易提前“报到”,而这些疾病及不良的生活方式恰恰是破坏心血管健康、引起冠状动脉粥样硬化的“慢性杀手”。

更令人吃惊的是,年轻人一旦出现心肌梗死,病情更为严重。专家解释说,冠心病病

号,通常都在服用药物,而且因为“久病”,患者本身也较为注意预防意外事件。年轻人就不同了,可能发生心肌梗死之前无任何征兆,年轻患者可能毫无察觉,当遇到压力、劳累、情绪波动等诱发因素时,冠状动脉粥样硬化引起的斑块就有可能突然破裂,导致心肌缺血,一旦发生心肌梗死,心肌坏死的面积可能会更大,如果不能及时开通梗死相关血管,极易引起心律失常而猝死。

专家表示,中青年即使没有患上冠状动脉硬化,精神长期高度紧张或过度焦虑,不能及时释放压力,无法有效控制情绪变化,也有可能引起或加重冠状动脉痉挛,导致心脏猝死的发生。

应对雾霾

雾霾天气对身体的危害

■ 对于哮喘患者而言,污染的空气会使他们出现喘气加重、胸闷憋气等发病症状。

■ 使原本肺部就有阻塞症状的患者出现咳嗽加重、气喘等症状。

■ 导致肺癌的因素除了吸烟外,还有百分之二因素来自空气污染。

■ 雾霾天还会诱发心绞痛、心肌梗塞、心力衰竭,使慢性支气管炎出现肺源性心脏病等。

■ 雾霾天气还会使人产生情绪压抑,或造成精神萎靡不振。

雾霾天气该如何做好防护措施呢?

■ 戴口罩

雾霾天气时,外出最好戴上口罩,这样能有效防止粉尘颗粒进入体内。而在选择口罩的时候也要注意,口罩最好用棉质的,因为一些人对无纺布

过敏,而棉质口罩一般人都不过敏,并且容易清洗。

■ 少晨练

对于一些喜欢晨练的老年人,建议在雾霾较重的时候可以改为室内锻炼。因为早晨一般是雾最浓的时候,此时锻炼将吸入大量有害物质,造成咽喉、气管和眼结膜病症;避免在雾中长时间跑步,由于雾中水汽多,氧气含量相对较小,而人长时间跑动时供氧需求激增,容易出现头晕、恶心、乏力等症状。

大型冬季惠民活动起航

猝死,让人措手不及的痛!对于那些猝死高危人群而言,怎样才能做到防患于未然?专家表示,保持健康的饮食习惯;定期进行适量的运动;规律作息时间;控制血压、血糖、血脂,是保持心脏健康、远离猝死的基础,定期进行心脏检查。而因雾霾天气出现以上症状,建议及早采取措施或就医,对于疾病应做到早发现早治疗。

慢病工程,打响冬季护心护肺保卫战!

在国家《中国慢性病防治工作规划(2012-2015年)》等慢病管理方针政策的鼓励支持下,为加强市民心脏疾病防治意识,提高申城居民健康指数,新民传媒2013年上海慢性心血管疾病防治工程项目秉承“预防、治疗、管理、康复”四位一体的健康管理理念,为市民构筑预防猝死应对雾霾的心防线。

慢病工程首期健康惠民活动于今年7月开展以来,广受市民好评,为满足广大读者的健康需求,慢病工程项目组从12月16日起推出第三季“预防猝死 应对雾霾 我们在行动”大型冬季惠民活动,读者需凭本报通过预约电话申请“心肺疾病筛查”名额,名额有限报满即止。

由于参与报名市民较多,遇到占线情况请您耐心等待。