胸痛原因千万条 选对专家最重要

寒冬腊月胸痛 应警惕心血管疾病

◆ 张筱琳

寒冬腊月很多中老年人都会出现或轻或重的胸痛症状。不明病因的胸痛,往往是疾病通过身体反映出的“信号”,它有可能是心血管疾病引起的,有可能是呼吸、消化系统等不同疾病引发的,也可能是其他疾病引起的牵涉性疼痛。总之,胸痛的原因很多,危害性也不一而足,大的足以猝死,小的或许数十年反复,虽无大的伤害,但影响生活质量。新民健康提醒,胸痛最好选择专业胸痛门诊,经过专家初步诊断后再进行针对性的深化检查和治疗,切不可心存侥幸讳疾忌医。

痛苦背后!引起胸痛疾病分析

胸痛是临床上疾病诊断的一项重要指征,然而由于其引发原因多种多样,靠患者本人来完成预诊显然风险很大。比如心绞痛、心肌梗死引发的胸痛,大多在胸骨后,波及心前区或横贯前胸,界限模糊,而且常常放射左肩、左臂内侧达无名指和小指,或至颈、咽及下颌部,有些人还会伴有上腹部疼痛,容易与腹部疾病混淆。再比如说胸主动脉夹层动脉瘤,临床表现为剧烈的撕裂样、刀割样的突然疼痛,可放射到前胸、后背、颈、臂部,并可向腹部、下肢放射。动脉瘤患者常表现为持续性疼痛,直到夹层动脉瘤穿破后才自行缓解,出现的腹部疼痛易与急腹症相混淆,只是较少呈现恶心、呕吐、腹部压痛和腹肌紧张。

引起胸痛的致命疾病主要是以下几类,如主动脉夹层(病史:多见于40岁以上男性,90%以上有高血压)、冠心病、心绞痛、肺动脉栓塞、心肌梗塞(病史:多有反复胸闷胸痛病史)、气胸(病史:常有用力或屏气的病史)等。除此之外,其他外伤、炎症、肿瘤及某些理化因素所致组织损伤、刺激肋间神经、膈神经、脊神经后根和迷走神经分布在食管、支气管、肺脏、胸膜、心脏及主动脉的神经末梢,均可引起胸痛。对于以上胸痛产生的病理原因的确是不能由患者自我诊断,需要去医院做专业的问诊和检查。

专家专病!胸痛门诊关注患者

如今的三级医院越建越大,门诊越来越细化,不少患者站在门诊大厅犹豫半天,最后还是拿不定主意,到底该挂哪一科。只能像“无头苍蝇”一样,在医院各个科室乱撞。

面对日益增多、扎堆求治且容易误诊的胸痛患者,一些医院的胸痛门诊、胸痛中心等便应运而生,通过胸痛门诊中心,医生可以格外关注并迅速判断出那些危险性极高患者,包括急性冠脉综合征、主动脉夹层、肺栓塞和张力性气胸等患者。这些疾病发病快、变化快,若不在短时间内得到救治,患者将面临猝死的危险,而发病最初几小时内的决策和处理将影响患者的预后。

理性选择!发病优选胸痛门诊

针对胸痛这种特殊医疗症状,自查自救太过危险,要尽快去看胸痛专家门诊。首先,胸痛门诊的专家更专业,经验更丰富;第二,避免误诊。只有找出真正病因,才能对症下药,消除病根。胸痛患者经过专家初步诊断后,进行有的放矢的深化检查和分析,否则容易走弯路,费时费力又耽误疾病治疗。

由于胸痛有发现重大心血管疾病的可能,胸痛门诊专家郑重提醒以下六种人群:1. 有家族史或个人有心脏疾病史 2. 血压高或血脂高 3. 既往有吸烟史或继续吸烟者 4.超重或身体状态欠佳者 5.长期处于压力状态的职业或个人生活方式 6.曾有过头晕、虚弱、恶心、出汗或呼吸困难者。如出现突发或持久的胸痛时,应优先考虑到专业心胸医院的心血管内科就诊,排除急、重、危的病情可能。比如,上文提到的心肌梗死引起的持续性胸痛,动脉夹层引起的胸痛,肺栓塞引起的急症,如不及时就近采取治疗,往往易导致猝死。

目前,国内专业性的心胸医院,采用的都是国际标准的诊断流程,配合先进的检查仪器和设备,对于胸痛的危重症患者,基本能做到检查一个,确诊一个,最大限度地实现及时准确救治。

【专家简介】

张雅君

主任医师,教授,从事临床工作三十余年,专攻心血管专业。原交通大学附属同仁医院特需中心主任,上海医学会心血管专业委员会委员,中国远程医疗学会心脏监护委员会专家委员。参加国家九五高血压课题研究,完成先心病、冠心病研究的多项课题,多次获科技进步奖,发表医学论文30余篇。

王汉民

主任医师,教授。原上海交通大学医学院附属同仁医院主任医师教授,担任多届长宁区医学会副理事长兼内科学组组长,中华医学会心血管病学会会员。从事心内科工作50年,对胸痛、胸闷、心悸、气促等心内科有关病症,在诊断和治疗方面有丰富的临床经验。

新民健康推出胸痛专家限额专家号

即日起,新民健康工作室特别推出“限额专家号”活动,本期将限额推出50名胸痛专家张雅君教授和王汉民教授专家号,有需求的读者可拨打工作室热线:021—62892367(10:00—17:00),或者发短信“专家+姓名+联系方式”至15821243317报名参与咨询。

静脉曲张患者不宜冬季泡脚

◆ 叶雪菲

到了冬天,很多人喜欢在一整天的忙碌之后,选择用高温水来泡脚,既能促进睡眠,同时又能驱寒。一些患有静脉曲张的患者更是认为泡脚能加快血液循环,对疾病有治疗作用,但泡脚了以后却发现反而越泡越肿了。对此,上海市浦东医院中医科副主任医师陆红表示,静脉曲张患者泡脚反而会加重下肢充血,使病情加重,很可能把脚越泡越肿。所以千万不要用热水泡脚、泡腿,也不宜用热水袋暖脚或洗桑拿浴。

陆红介绍,静脉曲张的主要病因是静脉瓣膜功能不全,泡脚时,脚部温度的升高只会增加局部血流量,不能改变静脉回流的速度,反而可能加重静脉回流负担,导致曲张的静脉进一步扩张,加重下肢充血,使病情加重,很可能把脚越泡越肿。所以,陆红提醒,静脉曲张患者千万不要用热水泡脚、泡腿,也不宜用热水袋暖脚或洗桑拿浴。

那么,静脉曲张患者平时应如何缓解症状?专家建议,患者平时可采用快速步行的方法,每天坚持快速步行4次,每次15分钟。中午、晚上休息时,可将腿垫高超过心脏部位,或者躺在床上做踮脚尖运动,以改善血液循环和回流。女性患者平时要避免穿过紧的高跟鞋,尽量避免跷二郎腿及久坐或久站。此外,还要避免穿塑形内衣,因为这种内衣对腿部施加压力,且压力分布不均匀,越粗的部位受到的压力越大,造成血液聚积于腿部,从而使病情加重。

泡脚对于普通健康人群来说的确具有一定的健康益处,但陆红指出,泡脚也要讲究科学的方法。

首先,泡脚水的温度不宜过高,水温以40℃-45℃为宜,可以先用手试温,糖尿病人保险起见,可以用温度计做测量。其次,泡的时间不要太长,每次泡脚的时间最好不要超过半小时,否则时间太长会增加心脏负担。第三,放草药需因人而异。一般来说,怕冷、容易手脚冰凉的人可以用生姜水泡脚,桂皮泡脚则对因肾病引起的浮肿有较好的缓解作用。膝关节不好的中老年人,建议在泡脚的同时热敷膝盖,可以祛风寒,缓解风湿骨痛。第四,适度按摩,泡脚后再稍加按摩对健康大有裨益,可按压涌泉穴。

《救心菜-赠给心脏病患者的救命宝典》

高血压、心脏病患者的新希望

郑重申明:本次为关爱赠书,不收取任何费用。

高血压、心脏病患者,请注意,你是否高血压药不能断,随身带着救心丸,你是否出现吃药吃出水肿,头疼,失眠、眩晕、夜尿多,你是否药越吃越多,病情却没好转,担心病情突发,哪天突然倒在外面,连家人都不知道,你是否不想去医院看病,怕拖累儿女《救心菜》一本赠送给心脏病患者的生命宝典!本书用生动形象的语言剖析了冠心病发病的过程和原理,并以此为依据深入讨论了如何从饮食、运动、起居等日常生活方面积极防治心血管病,阐述了冠心病与高血压、高血脂症、糖尿病等相关疾病的防治知识。如书中102页告诉患者如何通过食疗康复冠心病。患者今日起可无条件免费领取。书籍数量有限望广大患者及时领取。

领书热线:400-799-2277

血管靶向治疗大会聚焦新成果

阻断肿瘤血管,可饿死癌细胞

肿瘤是绝症吗?新近召开的血管靶向大会,让肿瘤患者眼前一亮——肿瘤血管疗法,“可将肿瘤变成慢性病”!专家并非虚谈。血管靶向大会在国际医学界由来已久,从欧美抗肿瘤血管成果和世界立项大然抗血管成果“接位”,血管靶向大会首次落户中国召开,是一个顶级信号。新成果令人兴奋——

“手术与放化疗是治癌小战役,抗肿瘤血管疗法所其实道,是近很崛起的阵地战”;“癌细胞没同种子,肿瘤血管是提供营养的土壤。铲除了土壤,种子或水泡不会发芽长大!”……

阻断肿瘤血管,就可成功饿死癌细胞,这与我国肿瘤学泰斗、中国工程院院士汤钊猷“断根根草”战略不谋而合。“如果没有血管生成,肿瘤长少能长到鸡蛋大小!”

相关前沿科技新成果,交流后劲科极展开,将肿瘤变成慢性病,饿死癌细胞,有据可查。

相关大会交流

血管靶向大会新成果交流 汤钊猷院士《诱人的治癌之道》赠送

血管靶向大会“阻断血管、饿死癌细胞”聚焦前沿新成果,让肿瘤患者与专家振奋,爱帮爱健康管理机构特邀肿瘤专家,学者跟抗肿瘤血管靶向研究的前沿专人发现进行深入学术研讨,新成果交流,并针对有关个例进行答疑指导。**期间无条件免费赠送汤院士《诱人的治癌之道》一书,名额有限,请提前预约021-64326525。**