

# 专家齐聚聊“胸痛”

## 我市举办心血管治疗研讨会



会议现场。

本报讯(文/图 见习记者 刘彩霞)为进一步促进心血管领域的学术交流,加强全市胸痛中心网络体系建设,将规范化的救治流程和技术普及到全市各个基层医疗机构和全市的“120”急救网络,5月4日,由漯河市卫计委主办、武汉亚洲心脏病医院和漯河市中心医院共同承办的“心血管医生诊疗技术提高班第二期暨漯河市胸痛中心专题讲座”在我市圆满召开。

会议特别邀请到了武汉亚洲心脏病医院院长苏晞、胸痛中心主任张勇、冠心病病区主任蔡建华进行了专题学术讲座,来自漯河及周边地区500余名心血管专业的医务工作者参加会议。

当日上午9时,武汉亚洲心脏病医院胸痛中心主任张勇和其他医院观摩学习代表人员一同来到市中心医院胸痛中心,根据评审流程进行现场模拟认证。通过对急救中心分诊

台、胸痛诊室、抢救室、介入手术室的现场检查以及随机对急诊护士、医生进行相关专业知识的提问,张勇指出了在工作和操作流程中需要注意的细节,并通过现场模拟一位胸痛患者自行来院就诊的场景,考核医护人员的现场操作和应急响应。在对胸痛数据上报中心的检查中,张勇针对上报平台数据填写中容易出现问题的地方,及时对医务工作人员进行了操作演示和提醒。

下午2时30分,会议在漯河市卫计委医政科科长杨轶的主持下正式开始,市卫计委副主任赵明阳,市中心医院院长王海蛟、副院长谭占国,武汉亚洲心脏病医院院长苏晞出席会议。王海蛟在致辞中感谢市卫计委和武汉亚洲心脏病医院专家教授对漯河市胸痛中心建设的支持,表示将争取不负众望,把胸痛中心“做实、做大、做好”,真正造福患者。武汉

亚洲心脏病医院院长苏晞在致辞中希望漯河市胸痛中心能够形成区域救治平台,真正把全市甚至周边地市的胸痛高危病人的救治落到实处,达到胸痛中心建设的意义。市卫计委副主任赵明阳在简要介绍市中心医院胸痛中心建设的整体情况后,强调此次会议对加快我市胸痛中心建设,提高我市心血管专业医务人员临床技术水平有着重要意义和贡献。

会上,苏晞院长介绍了中国胸痛中心建设的理念及意义。他指出,过去十年间,国人冠心病死亡率持续上升,然而我国急性胸痛的救治仍存在较多实际问题,例如缺乏相关规范和标准、医疗资源运用不合理、患者出院后缺乏追踪与管理等。因此,建设胸痛中心可以有效规范急性胸痛的救治流程,构建区域协同救治体系,提高胸痛患者的救治效率。张勇教授则根据当天上午的现场模拟认证,详细讲解了胸痛中心建设的基本条件与组织架构,解读了中国胸痛中心的认证标准及考核重点,并指出,医院只有使胸痛急救的各个环节协调工作,形成合力,才能缩短救治时间。最后,蔡建华教授介绍了ACS患者的急诊PCI策略,详细解读了ACS的病理生理机制、相关临床实践指南,并对急诊PCI的围手术期处理和药物选择以及急诊PCI的详细策略方法进行详细分析。讲座结束后,各位参会人员利用会议讨论时间踊跃发言,积极向专家提问在手术和胸痛中心建设中遇到

的问题,专家依次进行了详细解答。据了解,漯河市胸痛中心依托市中心医院而建,主要由该医院的心血管内科、介入科、急诊科等多学科组成,成立了由王海蛟院长为主任委员、刘东亮主席为副主任委员的胸痛中心委员会及由相关科室组成的医疗救助组;现有主任医师25人,副主任医师30人,主治医师20人,医师38人,其中博士研究生2人,硕士研究生45人;设有一病区、二病区和CCU病区,现有床位216张,拥有PET-CT、64排CT、超声仪、IABP、术中CT、平板DSA数字造影、1.5T核磁共振等具有国际先进水平的诊疗设备,是河南省首批批准开展神经血管介入、外周血管介入和综合介入诊疗技术的医疗机构,并建立了院前急救与导管室的无缝对接,年开展急诊PCI达100例次以上。

据记者了解,通过医院内的“绿色通道”,实现了院前院内患者救治的无缝对接,有效地降低了危重症患者的死亡率,而且优化了患者的诊疗流程、降低了成本,在临床实践中减少了胸痛患者确诊时间及等待治疗时间,达到了提高救治效率、减少误诊和漏诊、降低死亡率、改善患者预后的目的,大大提高了患者的救治成功率及生存质量。自2016年10月开始,市中心医院胸痛中心累计接诊480余名急性胸痛患者,为急性ST段抬高型心肌梗死、非ST段抬高型心肌梗死、不稳定型心绞痛、主动脉夹层、肺动脉栓塞的患者赢得了宝贵的抢救时间,挽救了众多家庭的幸福。

# 四大处方 防控心血管疾病



专家指出:在我国,患者大部分钱都花在患重病后住院期间的治疗上,而早预防、早诊断、早治疗,是做好心血管疾病防控最好的方法。健康的生活方式不但能延缓心血管疾病的发生,还有益于其康复,降低复发风险。在这里,专家开出四大处方,防控心血管疾病。

### 戒烟处方:减少心肌梗死,戒烟最有效且廉价。

吸烟,包括二手烟,不仅会导致呼吸系统疾病和肺癌,还会明显增加罹患心肌梗死的风险。专家表示,吸烟时间越长,次数越多,患心肌梗死的概率越大。

我们血管内壁有一层内壁细胞,能够产生一种扩张血管、预防血管痉挛的物质——一氧化氮。吸烟会损伤血管的内壁细胞,破坏血管内壁。内壁损伤后易产生血栓,如果血栓出现在心脏血管部位就会引发心肌梗死,出现在脑部血管就会引起中风。

“支架对于我们的身体来说,属于异物,本身就可能引起新的血栓,而吸烟则会促进新血栓的形成,导致支架处血管再闭塞。”专家说。

### 营养处方:饭吃八分饱,主食“糙”些好。

近些年,一直提倡生活方式上要“管住嘴,迈开腿”。但

### 要怎么“管住嘴”呢?

一方面要控制饭量,八分饱即可。过多摄入糖、蛋白质或脂肪会给消化系统带来负担,未完全消化的食物滞留在胃肠中,易产生对健康不利的毒素。另一方面要少吃精加工米面,建议在主食中多添加一些粗粮。

### 运动处方:每天万步走,疾病绕着走。

“迈开腿”则是通过运动的方式将身体多余的能量消耗掉。专家建议,日常要多做抗阻运动和有氧运动。

抗阻运动是指肌肉在克服外来阻力时进行的主动运动。抗阻训练能延缓肌肉老化,改善身体平衡性、协调性、柔韧性及其他方面的身体素质。

坚持有氧运动能够推动心肺侧支循环的建立。当一根血管发生阻塞,血流不畅时,其他良好的血管会逐渐建立起血

管分支,形成血液循环,这对预防心血管疾病大有裨益。

常见的有氧运动有快走、打乒乓球、骑自行车、做体操等。不同的人可根据自身身体状况调整步速快慢。

### 心理处方:重视心脏,更要重视心理疏导。

一些心理疾病往往表现出心脏方面的症状,在心脏相关检查都正常的情况下,患者不要执着于多去几家医院对比检查,可以考虑心理方面的因素,做好心理疏导。

对于做过心脏手术的人来说,术后的心理疏导很有必要。有的患者在术前是个开朗、爱动的人,但是术后就很郁闷,不开心,不爱活动。一方面是怕活动对心脏造成影响,另一方面不满于自己得病的现实。像这样的患者易发生心理问题,非常不利于疾病恢复。所以更应重视“双心服务”,即重视心脏,关注心理。

阎宗兵

# 这样做 胃会受不了

坐:刚吃完饭不适合马上坐下埋头工作,因为胃肠的消化需要有足够的血液保障,如果吃完饭就工作,血液供给大脑,胃肠就得不到消化所需的循环血量,会影响消化功能。  
冷:胃、十二指肠溃疡发

病有季节性,秋冬和冬春交替都是高发期。胃痛、腹部不适,导致消化能力降低,这时进食生冷食物就会引起或加重胃部不舒服的症状。  
晚:食物从胃排空,进入小肠消化大约需要两小时,晚饭吃

得太晚会使胃肠道没有时间消化,而使消化功能出现异常。  
多:吃得太多会导致胃酸、胰液、胆汁等消化液分泌增加,进而可能会导致胆管胰腺管相对狭窄、梗阻,造成消化功能紊乱。  
李原

# 感恩母亲节

## 浓情五月天 爱在母亲节



老凤祥 SINCE 1848

5.12-5.21 最美母亲节

老凤祥珠宝礼惠季

### 5月12日~15日/和妈妈一起 免费领取母亲节贴心好礼 陪她开心过节!

- 转发感恩礼  
5月12日~21日,关注微信公众号并转发活动内容至朋友圈5天,即可到店免费领取价值50元珠宝购物券
- 幸运大转盘  
5月12日~21日,购物满额均可现场参加大转盘活动,赢取美妆折叠镜、水晶餐具、健康秤、蓝牙音响等幸运好礼
- 会员专享礼  
黄金每克减10元/珠宝满1500元返150元  
银饰、珍珠、翡翠一件9折,两件8折  
5月14日、20日当天不限品牌旧金换新工费5折



公益是一盏灯 点亮每个人的心灵

- 专卖店: 漯河市人民路与交通路交叉口东南角 0395-2528866
- 旗舰店: 漯河市人民路与交通路交叉口西南角 0395-2186999
- 新玛特: 漯河市交通路大商新玛特一楼珠宝区 0395-5576599
- 千盛店: 漯河市交通路千盛百货一楼珠宝区 0395-5999776