

心肌梗死的急救措施

▲ 新郑华信民生医院 侯金岭

心肌梗死是一种严重的急性心血管疾病，严重威胁着人们的生命安全。了解心肌梗死的症状和急救措施对于及时救治患者具有重要意义。本文将详细介绍心肌梗死的症状和急救措施，以帮助大家更好地应对这一紧急情况。

心肌梗死的症状

- 胸痛** 心肌梗死患者通常会出现剧烈的胸痛，类似于压迫或收缩的感觉，有时会辐射到背部、肩膀和下巴等部位。这种疼痛通常持续数分钟至数小时不等，甚至更长时间。
- 呼吸困难** 心肌梗死患者的另一个典型症状是呼吸困难，包括气短、喘息、窒息感等。这种症状通常在胸痛之后出现，也可以单独出现。
- 晕厥** 心肌梗死可能导致心脏骤停，引起患者晕厥。在晕厥之前，患者通常会感到心悸、眼前发黑或突然站立时失去意识等。
- 恶心和呕吐** 心肌梗死患者可能会出现

- 恶心和呕吐的症状，这是由于心脏功能受损导致胃肠道供血不足所致。
- 心力衰竭** 心肌梗死可能导致心脏功能衰竭，患者可能会出现水肿、尿少、咳喘等症状。
- 心肌梗死的急救措施**
 - 立即休息** 一旦出现心肌梗死的疑似症状，应立即让患者停止一切活动，保持安静休息。避免用力动作或情绪激动，以免加重心脏负担。
 - 紧急呼叫** 如果怀疑患者可能患有心肌梗死，应立即拨打当地急救电话或 120 紧急呼救。在等待救护车到来的过程中，不要随意搬动患者，以免加重病情。
 - 心肺复苏** 如果心肌梗死患者出现心脏骤停，应立即进行心肺复苏（CPR）。在专业人员到达之前，不间断地进行心肺复苏可以有效地维持患者的生命。
 - 吸氧** 在等待救护车到来的过程中，可以为患者提供氧气。可以购买氧气袋或便携式氧气瓶，以便在救护车到来之前给予患者

- 氧气治疗。
- 不要随意用药** 切勿给患者服用硝酸甘油或其他药物，除非医生在场并已给出指示。随意用药可能会加重病情或导致其他副作用。
- 避免用力排便** 心肌梗死患者在用力排便时可能会导致心脏负担加重，甚至引起心脏骤停。因此，应尽量避免用力排便，如果有便秘的情况，可以采取一些软化粪便的方法来减轻便秘症状。
- 心理安抚** 在等待急救人员到来的过程中，对患者进行心理安抚也非常重要。情绪紧张和焦虑可能会加重病情，因此给予患者安慰和鼓励是非常必要的。

- 和生活方式对于预防心肌梗死非常重要。建议多摄入蔬菜、水果、全谷物和富含不饱和脂肪酸的食物，避免高脂、高盐、高糖饮食。同时，适当运动和控制体重也有助于预防心肌梗死。
- 定期体检** 定期体检有助于及时发现和治疗可能导致心肌梗死的疾病，如冠状动脉粥样硬化等。
- 积极治疗相关疾病** 如果有高血压、高胆固醇、糖尿病等相关疾病，应积极治疗，控制病情发展。

结论

心肌梗死是一种严重的急性心血管疾病，可导致患者死亡。了解心肌梗死的症状和掌握正确的急救措施对于患者和急救人员至关重要。同时，预防心肌梗死的发生同样重要，我们应该时刻关注自己的健康和生活方式，提高警惕，做好预防工作，以确保生命安全。

心肌梗死术后护理指南

▲ 广东江门市新会区人民医院 余亦欢

心肌梗死是一种较为严重的疾病，如果不及及时治疗，可能会危及生命。那么，心肌梗死到底是什么？心肌梗死冠脉支架植入术后护理应该怎么做？下面让我们一起来看一看。

心肌梗死定义

心肌梗死是供应心肌的冠状动脉出现急剧堵塞，主要是被血栓堵塞，所造成的心肌细胞缺血、缺氧的一种疾病。心肌梗死是心血管疾病中最严重的一类疾病，主要病因是冠状动脉的粥样硬化、血栓的破裂，导致血管阻塞。心肌梗死的患者可出现心力衰竭、严重心律失常、室壁瘤的形成，严重的患者还可能出现心脏破裂，可随时危及生命，需要进行紧急的救治，开通阻塞的血管，挽救坏死的心肌。

心肌梗死术后护理指南

- 心肌梗死手术通常是采用经皮冠状动脉介入治疗、冠状动脉支架植入术、冠状动脉旁路搭桥术等方式治疗，心肌梗死冠脉支架植入术后护理措施主要包括以下几点：
 - 术后观察护理** 需持续观察患者的生命体征，包括血压、脉搏、呼吸、体温，观察术后有无明显变化。术后常见的有迷走神经反射引起的低血压、慢心率，发现以后要及时通知医生。如果患者有胸闷、喘息症状时，可以采取半卧位，低流量吸氧。同时，可以采取按摩、活动脚背的方式促进血液循环。当患者多痰时，可以拍打背部的方式帮助患者排痰。
 - 用药指导** 心肌梗死术后需按医嘱服药，常见药物有抗凝药、抗血小板药、降脂药、 β 受体阻滞剂等，抗凝药具有抑制血栓形成的作用，抗血小板药可抑制血小板聚集，降脂药可降低血脂， β 受体阻滞剂能够有效缓解心慌、心悸的症状，以免病情持续发展。患者用药时需要严格遵循医嘱，避免病情持续发展。同时，服用药物时需要注意药物的副作用，比如，口服抗血小板的药物，需留意服药后是否出现不良反应，包括但不限于恶心、呕吐以及腹痛等症状，或者是黑色、柏油性大便，同时患者应避免磕碰，因为抗血小板药物可能会对患者的凝血机制造成影响

- 响，从而使其磕碰后易出现淤青的现象。同时，抗血小板药物可能会引起胃肠道的刺激反应，严重的可以导致胃出血，因此，患者在用药期间需要时刻注意身体的变化情况。有些患者用药之后，可能会刺激到呼吸道，容易出现胸闷气短、呼吸急促等症状，停止用药之后可有所缓解。有些患者用药之后，可能会出现过敏反应，比如皮肤发红、瘙痒等，可以在医生的指导下合理使用马来酸氯苯那敏片等药物进行治疗。除此之外，也有可能出现血压下降等副作用，如果出现明显的不适症状，建议及时就诊。
- 康复训练** 病情稳定的患者出院后可进行有氧活动，如散步、慢跑、打太极等等，一周保持5天以上的运动时间，每天运动30 ~ 60 min，但要注意运动强度不宜过大，以免对心脏组织造成刺激。若运动过程中出现心悸、心率增快、呼吸加快等不适症状，应立即暂停运动，取坐位或半卧位休息，若不适症状仍无法缓解，应立即前往医院就诊。
- 生活护理** 术后3天内要让患者平卧在床上休息，不能随意下床活动，避免劳累、避免情绪激动、避免暴饮暴食、避免进食引起胀气的食物等，大、小便不能用力。术后严格卧床3天后，经适当的床上活动可逐渐下床，在床边走一走。此外，心肌梗死术后需保持大便通畅，尽快排出残留造影剂，因此建议适当多饮水。同时，应合理饮食，注意低盐、低脂饮食，进食以清淡、易消化为宜。患者要避免情绪的剧烈波动，尽量戒烟、戒酒，避免熬夜，多注意休息，保持充足的睡眠，能够使心肌梗死的情况得到缓解。
- 卫生护理** 手术后要注意伤口部位的卫生护理工作，保持局部清洁干燥，短时间内避免沾水，防止出现感染的情况。同时，心肌梗死术后局部皮肤组织可能会出现发红、疼痛等症状，患者不要用手反复触摸，以免造成感染。
- 除此之外，患者还需在医生的指导下定期复查，建议出院后1个月、3个月、6个月以及1年前往医院复诊，明确病情恢复的情况。总之，心肌梗死患者，一定要积极配合医生治疗，严格按照医嘱进行术后护理。

脑梗死你了解多少

▲ 广东云浮市人民医院 陈东霖

脑梗死是一种常见的脑血管疾病，对人们的健康产生严重威胁。为了降低脑梗死的发生率，减轻其危害，我们首先需要了解脑梗死的基本知识，包括定义、类型、症状以及预防与治疗方法。

脑梗死的定义

脑梗死，也被称为缺血性脑卒中，是由于脑部血液供应不足，导致脑组织缺氧和神经细胞死亡。根据世界卫生组织数据，脑梗死是全球范围内导致死亡和残疾的主要原因之一。尽管如此，通过早期识别、干预和治疗，脑梗死的预后可以得到显著改善。

脑梗死的类型

- 血栓性脑梗死** 这是最常见的一种脑梗死，主要由动脉粥样硬化引起。当动脉壁上的斑块破裂或脱落时，可能会堵塞脑血管，导致血流中断，引发脑梗塞。
- 栓塞性脑梗死** 这种类型通常由心脏疾病引起。来自心脏的栓子或其他异常物质可能进入脑血管，导致血流受阻，引发脑梗死。

脑梗死的症状

突然出现的面瘫或嘴歪眼斜；突然出现的视力问题或失明；突然出现的语言障碍或无法理解他人的言语；突然出现的单侧或双侧无力或麻木；突然出现的行走困难或失去平衡。突然出现的眩晕或头晕；突然出现的头痛，尤其是与以往不同的头痛。

脑梗死的预防

- 控制血压** 高血压是脑梗死的主要风险因素之一。维持正常血压可以降低脑梗死的风险。这可以通过健康的生活方式实现，包括均衡饮食、定期锻炼、限制钠摄入和戒烟。如果需要，应考虑使用抗高血压药物。
- 控制血脂** 高胆固醇和低密度脂蛋白是脑梗死的重要风险因素。通过维持健康的血脂水平，可以降低脑梗死的风险。这可以通过健康的生活方式和均衡饮食实现，或者使用降脂药物。
- 控制糖尿病** 管理糖尿病可以降低脑梗

- 死的风险，这包括通过控制饮食、规律运动和服用抗糖尿病药物来实现。
- 停止吸烟** 戒烟可显著降低脑梗死风险。
- 健康饮食** 富含纤维的食物、全谷物、水果、蔬菜和健康的脂肪有助于降低脑梗死的风险。反式脂肪和过多的红肉应避免。
- 规律运动** 定期体育活动可以降低脑梗死风险。每周至少进行150 min的中等强度有氧运动或75 min高强度有氧运动是理想的。
- 控制体重** 减轻体重可以降低风险。
- 规律检查** 定期进行体检，可以帮助早期发现并管理这些潜在的风险因素。

脑梗死的治疗

- 溶栓治疗** 在发病后的几小时内，溶栓药物或可溶解阻塞血管的血栓。这是目前治疗脑梗死的主要方法。然而，溶栓治疗并非对所有患者有效，而且有一定的时间限制。因此，识别和治疗必须迅速进行。
- 机械取栓** 在某些情况下，使用特殊的设备(如机械取栓装置)可能比溶栓更有效。这些设备可以直接清除血栓，通常在溶栓治疗失败或其他特殊情况下使用。
- 支持治疗** 包括维持正常血压和血糖水平、防止肺炎和其他感染，处理其他可能的并发症。
- 康复治疗** 脑梗死后的康复治疗可以帮助患者恢复功能和提高生活质量。这可能包括物理治疗、职业治疗和语言疗法等。康复治疗通常在急性期过后开始，并且可能需要持续数月甚至更长时间。
- 预防复发** 管理危险因素和生活方式，以及长期使用预防性药物可以降低脑梗死复发的风险。如果存在特定的血管病变或其他风险因素，可能需要进一步的手术或介入治疗来预防进一步的堵塞。

结束语

脑梗死是一种潜在的严重疾病，可能会对个人和家庭的生活产生深远的影响。早期识别和治疗对于改善脑梗死的预后非常重要。通过了解并采取适当的措施，可以降低脑梗死的风险，改善生活质量。