

# 微信群打通急性心梗救治绿色通道

急性心肌梗死,是悬在现代人头上的一把利剑,严重威胁我们的健康。在无锡的医疗圈,有一个“急性心梗救治防治网”微信群,这个群是在二院党委书记、副院长、无锡市心血管首席名医杨承健带头下建立的,群内160多个群成员大部分是社区的基层医护人员,遍布无锡各个区域,也有三甲公立医院的专家,他们是群体的“心脏”。建立两年多来,这个群成了许多心血管疾病患者救治的“网上绿色通道”。

邵丹丹



视觉中国供图

## 小群发挥大作用

10月24日,“急性心梗救治防治网工作群”内,二院内科的叶新和主任发布了一条消息——“16点10分进DSA,16点45分手术结束,35分钟开通血管,手术成功”,短短两行字,赢来大家一致的点赞。

25日,导医君前去采访,见到了叶新和主任以及已经做完手术状态良好的王老伯。王老伯今年75岁,手术后的他精神很好,声音洪亮,对二院心梗救治团队和叶新和主任充满了感激。

在此之前,王老伯已经间断性胸痛3天了。24日下午一点半左右,王老伯开始出现持续性胸痛。老人家感觉不对劲,就独自坐公交车到二院就诊。3点45分到达二院急诊处,叶新和主任接诊。经验丰富的叶主任立即意识到这是个心梗患者,随即采取了一系列救治措施:10分钟心电图上传无锡二院胸痛中心指挥部。同时急诊室启动“一包药”(阿司匹林+替格瑞洛),马上服用;4点10分,王老伯快速转至导管室;4点25分,完成冠脉造影,发现王老伯右冠状动脉闭塞,随即对血管进行抽

洗血栓和球囊扩张;4点45分,完成右冠脉支架植入急诊PCI,手术成功。从这个时间轴可以看出,急诊室第一次医疗接触至球囊扩张时间仅60分钟,从患者进入导管室到手术结束,只有35分钟。

叶新和主任在群内分享了这个救治案例。更多的时候,群里的对话是这样的:“麻烦各位主任看下这个病人接下来该做哪一步检查?”“马山有房颤病人需要就诊,请告知杨院长门诊时间。”“这个病人建议先做心电图,同时补钾,进一步冠脉CTA。”……2015年无锡二院创建了国家级胸痛中心,在无锡地区建立了急性心肌梗死区域化协同救治,挽救了大量急性心梗患者的生命。借助网络平台的便利,无锡许多社区基层医务人员在这个微信群中共享成功经验,讨论疑难问题,向专家请教救治方案,对医患双方来说都发挥了很大作用,是绝佳的平台。

## 患者缺乏院前急救意识

这次王老伯是在二院“心梗快速绿色通道”下,才能在极短的时间内顺利做完手术。尽管院内急救已经改进,不断进步,然而现状是患者院前急救意识依然缺

乏。“患者延迟、院前转运延迟是心梗救治最大难点。”叶新和主任坦言。

比如这次事件中的患者王老伯,一点半出现了胸痛,没有呼叫120,反而自行乘坐公交车前往就诊,还有很多患者第一时间会通知家属回家处理,其实都是非常错误的做法,耽误了时间,增加了风险,需要大家引以为戒。

那心梗后,患者应该注意些什么呢?首先不要等待,及时呼叫120。医务人员到场越早,患者发生意外的相关风险也就越小;其次,不要乱服阿司匹林。普通人对心梗的识别比较困难,盲目乱服阿司匹林的悲剧一再上演,只有通过专业人士确认心梗后,方可服用抗血小板药物;

硝酸酯类的救心药物适合用于心绞痛的发作,不能缓解心梗后的相关症状,所以也不要胡乱服用;至于网上传的咳嗽、拍打等方法,不会使得已经闭塞的血管再通,反而增加心脏破裂以及心律失常的发生风险。所以,一旦心梗,尽早到医院才是王道;最后,学会心肺复苏。心梗病人一旦发生心脏骤停,唯一有效的就是心肺复苏及除颤。

## 导医君有话



欢迎扫码关注

海英导医台,无锡专业导医平台,导医范围覆盖全无锡、上海的综合医院,目前香港导医平台也已建立,只为把更优质更人性化的医疗资源带给爱健康的你。每周四,导医君会与大家一起分享新鲜实用的健康知识,欢迎快报记者与我们互动,给我们提供新闻线索,一经采用,我们会安排记者采访并支付一定的报料费。

想了解更多健康知识,请找我们!

有健康导医方面的疑惑,请找我们!

有健康方面的新闻爆料,也请联系我们!

新闻热线:82823977

邮箱:haiyingdaoyi@163.com



10月31日下午,“蠡湖街道名医大讲堂”邀请到了无锡市中医医院副主任中医师陶国水,科普“顺应时令节气养生保健”,受到街道居民的欢迎。方捷摄

## “还没到冬天,已经开始脱发变秃了” 该如何拯救我们的头发?

一到秋季,天气逐渐变得凉爽,头发也如同落叶一般,问题也日益明显,脱发、头屑、头痒……头发掉得太严重,卧房、浴室全是脱落的头发,网友戏称“还没到冬天,已经开始脱发变秃了”。该怎么拯救呢?

### 进入秋季,头发怎么了?

进入秋季,发质变得干枯。这是因为夏秋更迭,毛囊以及毛鳞片遇到干燥或突如其来的天气变化发生不适应,油脂分泌紊乱。加上洗发水可能还停留在夏天的控油型,导致毛囊油脂过少,营养供给不足;毛发因此变得干枯、脆弱、易断,发尾发黄甚至分叉。

头皮屑也会增加。头皮屑是头皮生态平衡遭到破坏引起的。随着气温偏向干冷,头皮滋润不足或是表皮细胞增生、代谢过多、过快,都会使头皮屑变多。此外,低温使头皮毛囊的油脂分泌减少,毛囊干燥,头皮缺水,出现头皮屑。秋季也容易滋生皮肤芽孢菌与马拉色菌,他们都是产生过多头屑的真菌。

头皮出油多、痒。换季时湿度与湿度的大幅度改变会影响到头皮,使皮脂腺以及汗腺无法正常运作,导致头皮的pH值发生改变。这种季节性脱发可能伴随头皮出油、发痒。

### 4招防脱发

勤梳理法。最好每天都要记得对头发进行梳理,因为经常梳理头发不但能够促进头部血液的循环,刺激头部毛皮组

织的生长,还可以增强头皮细胞的活力,从而促使头发达到快速生长的功能。

保持良好的饮食习惯。头发主要成分是角蛋白,含有多种氨基酸及几十种微量元素。若缺铁和蛋白质,头发就会变黄及分叉。缺植物油、维生素A、蛋白质和碘时,头发会发干、无光泽及容易折断。缺维生素B群时会出现脂漏性皮炎及头发脱落现象,所以要多摄取蛋白质(肉类、肝脏、蛋类制品、黄豆类、优酪乳等)、钙质、胶质(鱼类)及深色蔬菜的食物。

使用吹风机时避免热风。吹风机的热风会加速头皮毛孔分泌油脂和汗液,不利于头发的生长。所以在用吹风机把头发吹得快干时换成冷风。

食疗。多吃对头发生长有帮助的食物,比如海带、黑豆、坚果、黑芝麻等这些食物,因为这些食物中含有的蛋白质、维生素B及微量元素是对头发生长和健康关系最大的。

如果一天中掉发超过100根,或者洗头时掉发超过80根,就需要注意了。改善生活作息,尽快解决不正常的掉发。如果持续2~4周都有这么多掉发的话,就属于脱发,就需要找找病因对症下药了。木石

## 唐氏筛查结果高危 该咋办?

医鉴视点

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

### 开栏的话

健康,是现代每个人的终极追求。挂号求诊、看病开药,好像是极其自然的过程。但在过程中,往往会发现许多医患双方始料未及的意外状况,出现严重后果时,往往追悔莫及。导医君在与市医学会以及各医院接触的过程中,了解到很多这样的事例,因此,从本期开始,特开设“医鉴视点”栏目,愿以事为鉴,让市民在就医过程中知轻重,明得失。



视觉中国供图

小张怀孕后,在当地妇保所建立围产卡,按期进行产前检查,在怀孕16+6周时做了孕期唐氏筛查,数据显示胎儿唐氏综合征高风险。基层医院开具的检查单上写明“胎儿21-三体高风险,请到上级专科保健院优生遗传咨询门诊就诊。行羊水穿刺细胞遗传学检查,以确定诊断。”小张听从医生的建议,去了上级专科保健院的普通门诊就诊,但隐瞒基层医院的检测报告,要求仅做唐氏

筛查。第二次唐氏筛查结果显示正常,小张也没有向医院提出疑问,心存侥幸生下婴儿,结果胎儿出现了问题。

唐氏儿智力严重低下,生活完全不能自理,且携带多系统并发症,终身无法治愈。专家提醒,唐筛只能协助判断胎儿患有唐氏症的几率有多大,是风险概率评估,但不是诊断,不能清晰判断胎儿是不是患上唐氏症。同时需要孕妇了解的是,高风险结果并不

代表胎儿一定是唐氏儿,只是胎儿的患病风险比人群的患病风险高。筛查阳性严格意义上是指筛查结果高风险。高风险人群建议进行羊水细胞检查,俗称“羊水穿刺”等产前诊断确诊性检查,只有产前诊断阳性才是真正的患病。

唐氏综合征目前没有有效的治疗手段,最好的办法就是孕期发现后终止妊娠。因此,患者在就医过程中,一定要听从医嘱,不能心存侥幸。