

市中心医院专家科普心梗知识 把握“黄金120分钟”

本报记者 张伟 邢季萌 通讯员 王子龙

随着生活节奏的不断加快，“隐形杀手”——心梗，正严重威胁着人类的生命。作为一种突发性心血管疾病，心梗的发生往往令人措手不及。

今年11月20日是第11个“中国心梗救治日”。为了让市民更全面了解心梗的危害，掌握心梗急救知识，市中心医院医信部主任、胸痛中心行政总监赵斌，心脏血管中心主任张焕轶，急诊内科主任袁军，结构心脏病与心律失常科主任尹鲁骅以及心内科CCU副主任医师宋玮等专家接受记者采访，他们结合心梗救治案例，为市民提供一份实用的心梗防治指南。

惊心

一场“生死时速”的救治

今年56岁的王先生是一位企业管理者，事业蒸蒸日上，家庭幸福美满，然而，突如其来的心梗打破了他平静的生活。近日，王先生突然感到胸口有剧烈压迫感，并出现冒冷汗、呼吸急促、头晕目眩等症状，家属随即拨打了120急救电话。

在急救车上，医护人员迅速为王先生进行了心电图检查与病情评

估，初步诊断王先生为急性心肌梗死，并将其心电图与生命体征信息实时传输给胸痛中心值班人员。120救护医师与胸痛中心心内科介入专家紧急沟通后，共同制定了急诊冠状动脉造影与介入治疗的方案。征得王先生家属同意后，医护人员将王先生护送至导管室，随后，专家团队为王先生进行了紧急

介入手术。得益于专业的快速救治，王先生在“黄金120分钟”内成功接受了介入手术，重新赢得生机。

王先生的救治案例正是设立“中国心梗救治日”初衷最好的体现。专家提醒，面对心梗情况的发生，应立即拨打120急救电话，让患者在“黄金120分钟”内获得专业救治。

解读

心梗早期症状与发病因素

心梗的全称为急性心肌梗死，是一种由于冠状动脉急性、持续性缺血缺氧所引起的心肌坏死。这种疾病具有起病急、进展快、死亡率高的特点，是心血管疾病中的“头号杀手”。

宋玮告诉记者，心梗的典型症状是突发性胸痛，这种胸痛通常表现为胸口有压迫感、紧缩感，常常伴随着出汗、呼吸急促、头晕等症状，疼痛的部位也可能是咽喉部、上腹部，或放射到左臂、下巴或肩胛骨后，使患者感到极为不适。“除了胸痛，心梗还可能伴随着其他症状，如恶心、呕吐、疲乏无力、心悸等，这些症状虽然不如胸痛那样明显，但同样不容忽视。”宋玮表示，一旦出现这些症状，患者应立即就医，以免错过最佳救治时机。尤为关键的是，在就

医方式方面，不提倡患者“自行来院”，倡导拨打120急救电话。

宋玮提醒，有些患者的症状并不典型，尤其是老年人和糖尿病患者，他们可能仅表现为轻微的不适或消化不良感，这种不典型的症状往往让患者和家属掉以轻心，从而延误最佳救治时机，因此需要特别留意。

据介绍，心梗的发病机制多样，主要包括冠状动脉粥样硬

化、血栓形成、心肌供氧不足等。冠状动脉粥样硬化是心梗最常见的原因，这种病变使得冠状动脉壁增厚变硬、管腔狭窄，导致心肌供血不足，随着时间推移，冠状动脉内的斑块可能破裂，形成血栓，进一步阻塞血管，进而引发心梗。

“需要注意的是，当代社会的快节奏生活和高压工作环境，使得越来越多的人处于亚健康状态，长期处于紧张、焦虑、抑郁等负面情绪中，也可能诱发心梗等心血管疾病。”宋玮指出，除冠状动脉粥样硬化外，高血压、糖尿病、高脂血症等慢性疾病，长期吸烟、饮酒、熬夜等不良生活习惯以及家族遗传史等都是心梗高危因素，这些因素可能单独或共同作用，增加心梗的发病风险。

科普

科学把握“黄金120分钟”

面对心梗这一突如其来的威胁，如何快速有效地进行救治是关键。其中，“黄金120分钟”对心梗救治具有重要意义。

“所谓‘黄金120分钟’，是指心梗患者从发病到接受专业救治的最佳时间窗口。在这个时间窗口内，患者接受及时、专业的救治，能够显著提高存活率，并降低长期并发症的发生概率。”张焕轶表示，每年11月20日是“中国心梗救治日”，“1120”的含义是面对心梗情况，要及时拨打120急救电话，争分夺秒把握“黄金120分钟”。

今年中国心梗救治日的主题是“心梗拨打120，胸痛中心快救命”，有何特殊意义呢？对此，袁军告诉记者，胸痛中心是通过多学科多部门合作，包括院前急救系统（120）、急诊科、心血管内科、心血管外科、重症医学科、影像学科、导管室等相关科室及基层协作医院，为患者构建从发病到救治的全程绿色通道，采取标准化的诊治流程，使危重症患者到达医院急诊室后得到最快速诊断和有效救治。“在胸痛中心，专业的医护人员会立即对患者进行心电图检查、血液检测等全面评估，并根据病情在120分钟黄金救治时间内制定相应的治疗方案。”袁军说。

尹鲁骅介绍，目前急性心肌梗死的主要救治方法包括药物治疗、介入治疗和手术治疗。其中，介入治疗特别是经皮冠状动脉介入术（PCI）已成为治疗急性心肌梗死的首选方式。医生通过造影检查确认心脏冠状动脉堵塞的具体位置，然后在阻塞的冠状动脉内放入一个小球囊将血管扩张，随后植入一个支架支撑血管，保持血流畅通。“介入治疗的优势在于操作时间短、创伤小、恢复快，尤其是患者在发病初期的黄金120分钟内完成PCI治疗，可有效恢复血流，显著提高患者生存率，减少并发症。”尹鲁骅说。

赵斌表示，预防心梗的发生比治疗更为重要，通过调整生活方式和积极干预高危因素，可有效降低心梗的发病风险，戒烟限酒、“低盐、低脂、高纤维”营养平衡饮食、适量运动、保持健康体重等都可以有效保持心血管健康，降低心梗发生风险；同时，保持心理健康也很重要，通过保持良好的心理健康状态，可以更好地应对生活中的挑战和压力，降低心梗发病风险。赵斌介绍，作为“胸痛中心全市模式”牵头单位，市中心医院持续优化急诊就诊服务流程，不断提升危重症救治能力；同时，市中心医院胸痛中心与危重症专家团队积极到学校、企业和社区等定期开展急救培训，包括心肺复苏和AED使用，让市民掌握基本急救技能，提升应对突发胸痛的能力，打通心梗等急症救治的“最初与最后一公里”。

时间就是生命，行动就是希望。市中心医院专家提醒市民，心梗是一种严重的心血管疾病，但它并非不可预防和治疗，科学认识心梗、积极调整生活方式、把握“黄金120分钟”的救治时机及积极预防高危因素等措施，可以有效降低心梗的发病风险。

