

杨迈

爱立信中国总裁,2004年4月,猝死在健身房的跑步机上,享年54岁。

王均瑶

均瑶集团董事长,2004年11月,因患肠癌医治无效,享年38岁。

陈逸飞

著名导演、画家,2005年4月,因胃出血去世,享年59岁。

孙德棣

网易代理首席执行官,2005年9月,因劳累导致癌症去世,享年38岁。

吴绍明

赣粤高速董事长,2006年2月,突发心脏病去世,享年56岁。

张生瑜

北京同仁堂股份有限公司董事长,2008年7月,因突发心脏病去世,享年39岁。

# 他们的生命为何戛然而止

普华永道女硕士潘洁的“过劳死”,让许多职场人开始意识到,原来“过劳”也可以致命。而这种致命的危险,有时你根本无法察觉。我们的周围,亦有太多的社会精英,因为过劳而离世,比如:逸飞集团的陈逸飞、赣粤高速董事长吴绍明、爱立信中国总裁杨迈……那么,究竟什么是过劳?导致过劳的杀手究竟是谁?

□主版主笔 快报记者 刘峻 安莹



## 高压、高强度 70.8%的职场人“过劳”

“过劳死是指在非生理的劳动过程中,劳动者的正常工作规律和生活规律遭到破坏,体内疲劳蓄积并向过劳状态转移,使血压升高、动脉硬化加剧,或者由于长期劳累,身体功能减退,导致基础疾病的恶化,进而引发急性循环器官障碍,从而使患者陷入死亡状态。”专家是这样对记者解释过劳死的概念的。

据智联招聘对5000名白领的调查显示,明确认为自己“过劳”或“有些过劳”的职场人高达70.8%,他们认为工作负荷已经超过了自己能够承受的状态,处于一种高压、高强度的工作状态中。

41岁的王先生是南京某高校的博士研究生,上个月,他住进了鼓楼医院。病情很简单,因连续6个晚上熬夜写论文,一星期前突然出现一条腿无法行

走,而且口齿不清,鼓楼医院诊断为脑梗死。王先生和家人都很奇怪:“平时身体状况还算好,并无高血压、糖尿病以及高血脂等异常。怎么就脑梗了?”医生仔细与他交流,才知晓,这名博士内心压力可不小,王先生已到中年,上有老、下有小,烦心事不少,更重要的是马上就要博士毕业了,自己的论文还没准备好,因此,最近他都在熬夜赶论文,每天睡眠时间不足三个小时,由于压力大,睡眠质量也不好,这样糟糕的状态持续了五六天。出事的凌晨,他突然发现右手取东西时使不上劲,右腿无法迈开走路,而且说话也说不清楚了。幸亏家人送诊及时,才不致于“过劳死”。

那么,人体到底是哪个器官容易在劳累之后“死机”,给人以致命一击呢?

## 它们“过劳”了 他们的生命就戛然而止了

**胃** 劳累会让消化系统负担加重,导致“过劳死”  
代表人物 陈逸飞

2005年4月上旬,陈逸飞就曾因胃出血住过两天医院,可病情稍有恢复他便又赶回《理发师》的拍摄现场,终积劳成疾,于4月10日病情恶化不治身亡。可以说,他的过劳,更多的表现在胃出了毛病。那么胃出血到底有多可怕呢?

南京市中医院消化科主任金小晶告诉记者,虽然引起过劳死的直接原因可能集中于心脏、脑溢血、脑梗塞,但是过劳对消化道的危害毋庸置疑,连续加班、熬夜,没日没夜地对电脑,饱一餐饥一餐,身体基础还不错的年轻人顶着个“老胃病”的帽子,本身体质较差的人往往会出现应激性溃疡,严重时会出现胃出血,甚至生命危险。

“我们也接诊过类似的患者,这名患者是个司

机,平时吃饭就是有一顿没一顿的,经常需要熬夜开夜车,为了多补贴家用,常主动加班,代别人的班,才三十出头的他常常胃疼得一身冷汗,都是喝点热水,吃点止痛片就了事。几个月前,跑了趟长途回南京,没有休息又赶紧开车去江浦,还没到长江大桥,胃疼得不行,感觉双眼发黑,鼻子有血,凭仅有的意识把车停在路边,整个人就不省人事,被紧急送往医院,一查是胃出血,经过抢救后,总算逃过一劫。”

南京市中西医结合医院消化内科专家刘万里副主任中医师介绍说,不规律的饮食,还会减少胃黏膜保护修复能力,胃内容物易造成幽门螺旋菌感染,使消化系统出现问题,而幽门螺旋菌感染也大大增加了患胃癌的风险。



陈逸飞



傅彪



王均瑶



沈殿霞

## 肝脏 应酬多了,肝脏也会“过劳死”

代表人物 傅彪

著名演员傅彪,因为工作关系经常应酬,最终身患肝癌,傅彪虽经两次肝脏移植手术,最终却未能挽救生命,于2005年8月于北京逝世。

解放军第八一医院全军肝病中心主任汪茂荣告诉记者,比劳累更可怕的是毫无节制地喝酒。在职场中,许多白领都面临着“酒场生意”,不喝酒就谈不拢生意,就没业绩。他们不得不违心地喝酒。在他的门诊中,很多40多岁的公司老总多年来因工作需要经常喝酒应酬,随着公司生意的蒸蒸日上,老总们酒量也逐步增加。很多人会在某一次的喝酒后,突感上腹部不适,随即呕吐大量鲜血,抢救及时

可以挽回一命,但很多情况下是抢救无效死亡。

适量饮酒对大多数人的健康并没有损害,但是如果长期过量饮酒,特别是饮用高浓度的酒,就会使肝细胞反复发生脂肪变性、坏死和再生,最终导致肝硬化。因此,我们要警惕酒精性肝硬化的存在。酒精可以让健康人形成酒精性肝硬化。不仅如此,酒精性肝硬化进一步发展可导致门脉高压、食管静脉曲张,易造成消化道出血。这也是最常见的酒精肝患者就诊的原因。严重肝硬化还可导致继发感染、腹水、脾肿大,后期甚至导致肝癌、肝昏迷甚至死亡。

## 肾脏 憋尿让肾脏泡脏水而“过劳死”

代表人物 暂无

专家告诉记者,虽然暂时没有名人因为过劳死于肾病,但过度劳累对肾脏的损害同样不可忽视。就在今年5月6日,有媒体报道,武汉有大学生因为压力过大,过劳染上肾病。这名25岁的大学生来自河南农村,家有兄弟3人,经济负担较重,但他连续两年考研失利,心里压力很大,备考时不顾身体,常常复习到深夜。过年至今,他感觉眼睛肿胀难受,腰疼得厉害,病情日益加重,无法静心学习,这才到医院就诊。专家说,上述症状都是早期肾病的典型症状。据介绍,眼下肾脏病发病呈年轻化趋向,不少患者才二三十岁,最小的只有十几岁。医生说,学习、工作压力大,生活无规律,是肾病年轻化的“元凶”。

江苏省中医院肾脏科主任孙伟告诉记者,劳累也是慢性肾炎的杀手。一个人每天的毒素是固定的,劳累之后免疫力下降,同时体内代谢产物增多,增加肾脏工作量,久而久之积劳成疾。

孙伟还特别强调有的时候感冒也能损害肾功能,病毒的侵袭加上抗生素的使用,肾脏的代谢功能紊乱,造成毒素和多余水分积聚在体内排不出来。除此之外,很多人因为工作忙碌连上厕所小便的时间都没有,经常是憋着。孙伟表示,憋尿一方面造成膀胱压力过大,松弛。另一方面膀胱输尿管反流,小便往回跑,相当于肾脏泡在脏水里,造成肾脏硬化。

## 胰腺 烟酒不离身,胰腺“过劳死”

代表人物 沈殿霞

2008年2月19日,被称为“开心果”的沈殿霞因胰腺癌去世,享年60岁。沈殿霞因工作劳累,烟酒不离身,最终导致“癌中之癌”的胰腺癌。

而过去的一个多月,对于老陈来说是个生死较量的日子。上月,老陈因劳累突发急性重症胰腺炎,生存几率微乎其微。东南大学附属中大医院普外科主任嵇正岭告诉记者,胰腺炎发展到重症感染期一般要两周至两个月,之后又快速进入到一个多器官系统衰竭阶段的暴发性感染期,全身高度肿胀,生命垂危,不得不进行手术。

记者了解到,重症胰腺炎的死亡率达30%。轻度胰腺炎较为常见,也容易医治;重症胰腺炎相对发病少,但死亡率高,而且治疗费用少则几十万,多则上百万,不少病人因此放弃了治疗。

嵇主任说,胰腺炎临床表现主

要是上腹疼痛,可牵及左肩及腰部,常伴有腹胀、恶心、呕吐。严重时,病人会出现面色苍白、出汗、四肢发冷、口唇青紫、血压下降、脉搏微弱等休克表现。很多人是因劳累而引发胰腺炎复发,其实,急性胰腺炎的主要诱因是暴饮暴食或大量饮酒。特别是空腹饮酒,会使胰液分泌过度旺盛,甚至引起胰管内压力增高,让胰液和胆汁在胰腺内汇合,激活胰液中的消化酶,引起相当于胰腺“自杀”的自身消化。节假日期间,因暴饮暴食或大量饮酒引发急性胰腺炎的患者相对较多,所以胰腺炎也称作“节日病”或“应酬病”。

人体因“过劳”而死亡,都和体内某个器官的损坏有关,但最关键的,无一例外,是心脏的最终罢工,那么,过劳,对心脏的影响又是怎样的呢?