

# 10年烟龄每天两包,28岁就心梗了

专家提醒:与老年人相比,年轻吸烟者心梗危险性增加了400%



CFP供图

## 身体棒棒的小伙,却患上急性心梗

张某在南京从事体育工作,身体素质一直很好,但在一周前却突发胸口疼痛,渐渐地症状加重,胸口疼到身体出汗,被家人送到中大医院急诊中心。经过心电图等相关检查,明确诊断其为急性心肌梗死,需立即进行急诊介入手术。冠脉造影检查过程中,陆静发现患者的左前降支有很多血栓,正是因为斑块破裂,血栓形成,堵塞冠状动脉,导致了心肌梗死的发生。术中,通过用血栓抽吸装置,将冠脉内血栓抽出,然后放

入一枚支架。术后,患者张某胸痛不适的感觉明显缓解。

据了解,张某并没有冠心病家族史,在发病前也没有发现有高血压、冠心病。但是,他每天抽烟两包,而且烟龄已有10多年了,另外平时熬夜多,心脏负担大,这些不健康的生活方式,往往是诱发心绞痛甚至急性心肌梗死的祸根。幸运的是,张某就医及时,及时介入手术,否则患者的心肌功能会受损,严重的话会危及生命。

## 年轻人的心梗更“凶”,吸烟是祸首

“虽然年轻人的心脏强健,但一旦发生心肌梗死,却更为凶险。因为他们血管比较光滑,一旦突发急性心肌梗死时,血管会大面积痉挛,导致心肌缺血,其危害性会更大,预后也不太好。”陆静介绍。

专家指出,年轻心梗猝死患者的主要高危因素有抽烟、酗酒、熬夜、心情焦虑、剧烈运动。抽烟、酗酒、熬夜,都会给血管带

来损伤,而心情焦虑、剧烈运动也可能成为发作的诱因,导致不堪重负的心血管突然发难。特别是吸烟问题要高度重视,因为吸烟是心血管疾病重要的致病因素,吸烟可引起冠状动脉痉挛,容易诱发心绞痛甚至心梗等心脏危机事件,是年轻人心肌梗死的最重要危险因素,与老年人相比,年轻吸烟者心肌梗死危险性增加了400%。

## 最年轻患者才24岁,胸痛尽早就医

近年来临幊上心梗人群中,中青年的比例上升明显。专家指出,心肌梗死、肺栓塞、主动脉夹层等是急性胸痛最常见的三种疾病,占胸痛高危患者的90%,不及时抢救会有生命危险,而发病120分钟内是心肌梗死的黄金救治时间。

据介绍,中大医院国家级胸痛中心包括急救医疗系统(120)、心血管内科、急诊科、胸心外科、介入科等在内的多学科合作,对急性胸痛患者进行快速而准确的分类诊疗。自2014年

成立以来,每年接诊300多例心梗患者,数据分析显示,平均心梗患病年龄在60岁左右,最小的只有24岁。其中,中青年占到100余例,约占心梗总发病人数的三分之一。

除了及时有效地救治外,专家提醒,患者当发现有胸痛、胸闷症状时,千万不要强忍错过最佳抢救时间,应及时到医院就诊。专家说,心梗患者在发病前或多或少都有过心绞痛症状,只是因为他们当时不留意,没有及时到医院就诊,所以最后演变为心梗。

## 医生呼吁

### 赶快行动起来 改变不良生活方式

在临幊上发现的这些年轻患者给所有的年轻人预防心梗敲响了警钟。专家指出,预防心肌梗死并不都是中老年人的事情,年轻人也需要注意。

近年来的报告显示,欧美国家心梗发病在下降,中国心血管疾病的发病率死亡率却急剧增加,特别是中青年人群增长迅速。其危险因素包括睡眠不足、高胆固醇、吸烟、糖尿病、高血压、腹型肥胖、缺乏运动、饮食缺少蔬菜水果、精神紧张、大量饮酒等。

因此,人们从年轻时就应养成良好生活方式,已有不良生活方式者,应赶快行动起来改变不良习惯。

陆静副主任医师提醒,应定期检查血糖、血压和血脂,一旦出现胸痛、胸闷尤其在劳累、运动后加重的情况,要及时就医。每天要保证运动半小时以上,可以预防高血压、冠心病;远离高脂、高盐饮食,以清淡饮食为主;保证充足睡眠,并在医生的指导下戒烟,最大程度避免心绞痛甚至心梗等心脏危机事件发生。



## 动动手指,免费计生药具包邮上门

快资讯(通讯员 穆芳 记者 刘峻)8月22日,南京市计划生育避孕药具发放服务平台建成上线,市民通过南京卫生12320网站、健康南京APP及南京12320微信公众号的免费药具专栏,就能实现药具申领、网点查询、药具简介等功能“一网打尽”。也就是说,通过网上申请,避孕套等免费计生药具就包邮上门。据了解,此举尚属国内首创。

据南京市计划生育药具管理站站长许林介绍,现阶段,免费药具发放主要依靠基层人员上门服务、育龄群众主动自取以及自助领取等三种方法。前两种方法,药具供需者面对面,公众会有些接触的尴尬。自助领取也遇到了一定的困难。原来全南京铺设400台自助机,目前正常使用只有178台,故障率比较高。由于需要扫身份证领取,且每个月每人只能领取1次,因此也不是太能领到领取者接受。一个多月前,南京市计划生育药具站调查结果显示,75%的用户选择了通过微信、12320网站等网络渠道获取免费避孕药具。

据了解,南京市计划生育避孕药具发放服务平台提供的避孕药具,全部经过国家认证。而且,相比较以往发放的药具,更舒适、更安全、更丰富。对于公众关注的隐私问题,平台将严格保护用户的个人信息,保障用户的隐私安全。此外,除了线上可以免费获取计生药具,线下南京还准备铺设100台扫码智能发放机,无需登记身份证,每个手机号可以三天内领取一次。

## 省内医保目录9月起实施 患者不再望“药”却步

为贯彻落实国家人力资源和社会保障部对医疗保险工作的要求,自2017年9月1日起,全省职工基本医疗保险、城镇居民医疗保险、工伤保险、生育保险统一执行2017年版《国家医保目录》,该目录所列药品按规定纳入医保支付范围。

此次医保目录调整距2009年版医保目录已过去8年时间,重点纳入治疗肿瘤、糖尿病、心脑血管疾病等重大疾病常用药品。

截至2015年底,我省职工基本、城镇居民医保参保人员合计4015万人,参保率超过98%;我省新农合参保率在99%以上,政策范围内基金平均支付比例在75%左右。江苏省人民医院肿瘤科主任束永前教授介绍说:“以往我省肺癌患者主要接受化疗为主,靶向药物的使用率很低,这其中价格是患者主要的顾虑之一。此外,部分患者通过不明渠道购买良莠不齐的仿制药,无形中为患者的治疗安全带来极大的风险。今后靶向药物纳入省级医保报销范畴,患者每日自付部分的治疗费用大幅降低,总体

治疗费用比化疗还要低。可以说,药品目录的调整切实减轻了患者经济负担,让肺癌患者可以安心、无忧地进行治疗。”

从医保目录调整中不难发现,一代EGFR-TKI肺癌靶向药物均被纳入医保目录。随着发病率持续增长,肺癌已超过其他癌种,跃居江苏省第一大致死癌症。近年来,随着精准医学的不断发展,靶向治疗给肺癌患者新的希望,经研究发现,

靶向治疗对于EGFR基因突变的晚期非小细胞肺癌疗效显著优于化疗。东南大学附属中大医院胸外科薛涛教授强调:“在我国,非小细胞肺癌患者约占肺癌病例总数的85%,其中约30%~40%会发生EGFR基因突变,在吉非替尼等靶向药物规范治疗下,患者生存时间将得到大幅延长,且靶向治疗的副作用明显小于化疗,生活质量也随之提高。目前一代TKI靶向药物已成为了国内外各类型临床指南推荐的一线标准治疗。我们也相信,通过医保目录的调整,未来会有更多患者享受到原研靶向药物带来的益处。”