

# “情感应激类”患者首次冲入去年“120急救榜”前十 千余人因生气差点儿“背过气”

本报讯(实习生 周芷含 记者 杨艳)近日,2021年“120急救榜”出炉,“情感应激类”患者首次冲入榜单前十。据悉,去年哈尔滨市因生气引发情感应激症拨打“120”急救电话的患者有1200余人。

几天前,42岁的刘女士与爱人大吵了一架,看到爱人摔门而去,刘女士气得大哭起来。一个小时后,爱人返回家中,发现妻子身体蜷缩、痛哭不止,肢体麻痹、十根手指僵直呈“鸡爪样”,急促地喘息让妻子的眼睛也只能半睁着。丈夫见状立即拨打了急救电话。“来,用鼻子呼吸,慢慢吸气憋住,憋不住的时候再慢慢呼出来,跟我一起调整好呼吸……”市急救中心211分中心急救医生孙国玲赶到现场,见状一边指导刘女士恢复正确呼吸,一边为刘女士进行心电图检查。一个小时后,刘女士的四

肢逐渐恢复了知觉。“她的状态太吓人了,多亏你们及时赶到。”丈夫懊悔不已,不停地感谢急救医生的积极救治。

据孙国玲医生介绍,人争吵时情绪过分激动,可能会出现呼吸困难、急促、气息紊乱等情况,随即会发生头晕、四肢麻痹、抽搐等呼吸性碱中毒症状,这一症状被称为情感应激症。因此,大多数情况下,让患者恢复正常呼吸,让体内保有足够的二氧化碳,便会渐渐恢复正常。“当一个人的情绪波动剧烈时,极有可能出现休克状态,危及生命。”孙国玲说。

更年期女性、情绪压力过大、易怒等人群更容易在情绪波动时失控,在日常生活中要找到平和方式自我解压,用一些兴趣爱好排遣压力,可降低情感应激症的发生几率。同时,当出现情感应激症时,拿一

个塑料袋或牛皮纸袋放在口鼻处进行呼吸,也可得到有效缓解。

在日常生活中,出现情感应激症的状况时有发生。去年8月的一天,李先生与妻子因琐事发生争吵,随后没吃早饭就上班去了。到了中午,李先生的情绪越来越差,大口喘息,站也站不稳,弯着腰浑身抽搐,说话也变得断断续续。同事见状立即拨打了急救电话,市急救中心平房分站急救医生韩艳赶到现场,为李先生做了心电图检查,再辅以降心率药物,进行呼吸指导后将其送至医院进行恢复治疗。

据韩艳医生介绍,大多数人患情感应激症的主因是生活压力过大,加之情绪调节失控。像李先生这样,是因为本身心情郁闷,随即而来的工作压力与不快又叠加出现,内心的压抑聚集过多出现了情感应

激症状。因此,在类似情况下,患者要转移注意力,分散对苦闷原因的关注。激烈争吵中出现的情感应激症状,需要患者首先注意呼吸频率,发现自己心跳异常、胸闷时要尽量冷静下来。

据了解,2021年全市共有1200余位患者因情感应激症拨打了急救电话,这些患者中有夫妻矛盾、子女与父母间意见不合,还有的是陌生人间语言冲突。“急救人员赶到现场时,会为患者进行心电图检查、测量血压等,若患者没有器质性病变,会安抚患者的情绪,并建议患者戴上口罩或者面罩,增加体内的二氧化碳存量,缓解症状。而年龄较大吵架后出现情感应激症状的患者通常会送往医院,避免引发其他疾病。”哈尔滨市急救中心医务科科长张珣介绍。

## 自诊有病乱吃药 不重检查拖成心衰 面对心脏疾病 这些误区千万别再进

□本报记者 刘菊

随着健康意识的提高,市民越来越重视自身健康问题,尤其是面对心血管病。记者从哈尔滨市第四医院心内一科了解到,近日科室接收了不少心血管疾病患者。结合患者情况,心内一科主任郑春霞医生发现了几个误区,即一些就诊患者特别重视疾病,以至于自诊自疗;还有一些则是太“粗心”,因忽视身体的预警信号延误了治疗。

### 过度重视症状 女子自诊心脏病大把吃药

陈女士(化名)今年60岁,随着年龄增长,她经常感到胸闷、呼吸困难。因为很重视自身的健康问题,多年来她不断求医问药。详细检查后,医生表示她的心脏确实存在频繁早搏的现象,应注意休息,但不够诊断为冠心病的标准。

“不可能,如果我没得冠心病,我不会这么难受,肯定是没检查出来。”陈女士很担忧自己的症状,所以不愿相信检查结果,便自诊自己为冠心病。为了治疗“疾病”,她还四处打听冠心病患者该吃什么药,然后买来大把大把地吃。

近日,陈女士发现自己呼吸困难的状况越来越重,便在朋友介绍下找到了郑春霞医生。“患者一直坚持说自己有冠心病,但经进一步检查,我们发现她虽然血压、血脂偏高,可冠脉非常平滑。排除其他疾

病后,诊断她可能是过度重视健康导致的焦虑情绪的躯体化反应。”医生告诉记者,心内科治疗不仅要治愈心脏疾病,还很注重心理治疗,达到“双心”同治,才能更好地帮助市民恢复健康。

结合陈女士的情况,医生为她制定了降压、降血脂和抗焦虑同时进行治疗方案,经过药物调控和“暗示”治疗后,陈女士的症状基本缓解。

医生强调,冠心病确诊有明确指标,市民不必对这种疾病过度恐慌。“我还遇到过一些患者,来医院后好像‘点菜’,直接和我说想要吃某某药,想让我给他开一份。”郑春霞医生说,发现症状时,市民应及时到正规医院就诊,在医生指导下对症治疗,不要自行诊断、服药,以免服用不必要的药物给器官带来负荷。

### 总觉得自己身体好 心脏病患者拖成心衰

医生表示,气温降低后,人体血管受冷收缩,血压也会随之上升,导致心血管疾病患者数量增多,但有一些患者却不够重视身体出现的健康预警信号,从而延误了治疗。

赵女士(化名)今年63岁,近日出现了呼吸困难的状况,甚至晚上睡觉都无法躺平,必须坐着睡才能喘上气,孩子便带她来到哈尔滨第四医院就诊。

经过检查,郑春霞医生发现赵女士的心包、胸腔内都有积液,诊断她为心衰。“患者一定存在心血管病才会导致心衰,但她几乎没有过不适症状,自认为很健康,因此从未做过体检,没能及时发现患病,结果天冷等因素刺激,疾病便发作了。”医生为赵女士进行对症治疗后,症状基本缓解。

通过询问,郑春霞医生发现赵女士的孩子也有心血管疾病,还曾进行过支架治疗,他们一家人的情况符合早发冠心病家族史,指的是母亲65岁以前发病、父亲55岁以前发病。

据了解,心衰是所有心脏疾病的终末期,会极大影响患者的生活质量,如果早发现、早诊治,是有可能避免的。医生建议市民首先要注意保暖,避免冷空气刺激血管,其次要注意定期体检,存在心脏病家族史、高血压、糖尿病、肥胖、吸烟、情绪不好等高危因素的市民,建议半年进行一次检查;其他情况如出现胸闷、呼吸困难等状况时,应随时到有资质的正规医院检查。生活中要控制好危险因素,监控好血压、血糖、血脂、尿酸等生理指标,规律作息、合理膳食、适当运动。

## 女子胆囊似“零钱包” 大大小小塞了16块结石

本报讯(记者 徐日明)女子的胆囊里竟塞了大大小小16块结石。医生手术后感叹,这位患者饮食不规律至少得有10年,患者表示医生说得完全正确,自己吃饭不规律有20年了。

60岁王女士“胃疼”已有多年,每次饭后必定上腹疼痛。医生最终锁定,病根儿原来在胆囊。“手术中,我们在患者的胆囊中取出了4块大石及12块小石,形状和颜色都跟车厘子差不多。这16块结石把患者的胆囊挤满了,就像一个塞满的零钱包,让胆囊失去了应有的功能。”哈尔滨市第四医院普外一科医生孙海明说。

“这是长时间不规律饮食造成的结果,至少得有10年的时间。”该科副主任顾伟民教授说。面对医生的询问,王女士说自己是一名教师,此前因为工作原因,至少有20年饮食不规律。她每天上班早,基本吃不上早饭,有时候甚至一天只吃一顿饭。因为吃得次数少,所以每餐必多,餐后总觉得胃疼,却不知是胆囊在抗议。

医生介绍,胆汁等消化液是按照正常生物钟排出参与消化的,胆汁排出



后,90%会进入胆道参与消化,另外的10%则会进入胆囊。如果没能按着生物钟时间及时吃饭,浓缩的胆汁就无法排出,时间久了就会形成胆结石。胆囊内的空间原本就不大,形成结石后空间会被结石挤占,同时因结石间相互研磨,部分患者会出现上腹胀痛的症状。医生表示,王女士的胆囊原本已经失去了功能,做了切除手术也不会对其生活造成过多影响。

目前,王女士正在康复中。

## “烧心”把肺“烧”感染 胃食管反流病不容忽视

本报讯(记者 刘菊)刘女士(化名)今年54岁,有咳嗽的老毛病,却一直没在意。近日,她发现自己咳嗽加重,咳出的痰有明显的臭味,到医院检查后得知是自己的左肺下叶出现了问题。多方打听后,刘女士来到哈医大四院就诊。

“我年轻时就经常烧心、反酸水,通常口服奥美拉唑就能缓解症状,所以这20年来我没因此看过医生。”仔细询问病情后,胸外科主任徐进志教授初步判断刘女士可能罹患了食管裂孔疝伴肺感染。

经进一步检查,徐进志教授发现,刘女士存在食管裂孔疝伴食管反流,左肺下叶脓肿与主动脉关系密切。据介绍,胃食管异常反流可引起肺部病变,反流物质通过环咽部括约肌进入下咽

部时,极有可能被误吸入气管,引发呼吸道症状,刘女士就是被反流的物质感染了左肺下叶并形成了肺脓肿,包裹了胸主动脉。

结合刘女士的病情,徐进志教授为她进行了达芬奇机器人辅助下的左肺下叶切除术和食管裂孔疝修补加胃底折叠术。

徐进志教授表示,患胃食管反流病的患者会有反酸、烧心、胸痛、打嗝、食物反流、咽痛、咽堵等症状,会严重影响生活质量,因此一定要注意饮食习惯和饮食卫生。肥胖、长期患有慢性咳嗽、不明原因贫血、出现呕吐、哮喘等人群,早期可以进行X线平片、钡餐等项目的检查,如果反流症状很明显,则适合内镜检查,以便及时确诊。