

小心心梗“找上”年轻人

医生：早期预防 保持健康生活方式



□ 全媒体记者 程呈
通讯员 张冰

近日,《啦啦啦小魔仙》中一名25岁女演员因心肌梗死猝死,让很多人感到惋惜。过去只要提起心肌梗死(简称心梗),很多人第一反应是老年病。然而,随着年轻人不良生活方式和饮食习惯的养成,心梗已不再是老年人的“专利”,如今心梗已经越来越趋向于年轻化。对此,专业医生提醒道:摒弃不良生活习惯,对自己的生命负责。

碳酸饮料当水喝 男子突发心肌梗死

1月4日晚,一名男性因胸痛赶到南京鼓楼集团安庆市石化医院急诊室。经检查,该男性确诊急性心梗发作,因为到医院就诊及时,半小时后经过心脏支架介入手术疏通血管后,症状得到了明显缓解,最终脱离了生命危险,目前身体情况已趋于稳定。

该男性今年刚满40岁,体型偏胖,平时有不良的饮食习惯,尤其爱喝碳酸饮料,常年将碳酸饮料当水喝,导致肥胖和血脂偏高,突发心梗。

“好在该患者住家离医院近,昨晚全身出冷汗,出现胸痛症状后,送医非常及时,半小时后就进行了手术,最终安全度过了危机。”1月5日,南京鼓楼集团安庆市石化医院副院长、心内科主任汪念东在采访中告诉记者说。

“心梗的根本原因是供应心脏的主要血管被堵塞,导致心脏缺血坏死,心脏功能出现障碍,是猝死的常见疾病。一般来说,这是个自然老化的过程,发病人群以60岁以上的老年人居多。然而由于各种各样的原因,生活方式、饮食结构的改变,以及社会压力、不良生活方式的增加,这个疾病已经呈现年轻化趋势。”汪念东说。

最年轻患者仅22岁 心梗为何“盯上”年轻人?

1月4日,记者从安庆市立医院心血管内科获悉,2020年该院接诊急性心梗患者412例,其中40岁以下有15例,40岁至50岁有30例。据副主任医师孙爱娇介绍,年轻患者人数较十年前有明显增多,尤其是40岁以下患者已不再罕见。

目前,该院接诊的心梗患者最年长的为92岁,而最年轻一例仅为22岁男性。去年也有两例30岁以下患者,均为男性。“受多种因素影响,男性患心梗的几率要大于女性。”孙爱娇说。

心梗为何频频盯上年轻人?孙爱娇表示,大多数年轻人发作心梗,往往都能找到明显的诱因,如:高血压、糖尿病、爱熬夜、抽烟、酗酒、爱吃高盐油腻的食物、长期缺乏运动等,这些都是心梗找上年轻人的高危诱因。

如何识别心梗?孙爱娇介绍,心梗出现时症状不一,最典型的症状是胸痛,可能还伴有身体其他部位疼痛、冒冷汗、恶心呕吐等。心梗发作,一定要第一时间到医院就诊,把握发病后120分钟的黄金救治时间。

“对于医生来说,抢救突发心梗的患者无异于与死神进行赛跑。心梗抢救越早越及时,患者就获益越多。如今,心梗已经年轻化,年轻人也应该重视心血管疾病的早期预防,保持健康的生活方式是预防心血管疾病的最佳途径。”孙爱娇说,年轻人不能抱有侥幸心理,要戒烟、限酒,还要控制体重,适度运动,养成少油、少盐、低胆固醇的饮食,多吃水果蔬菜等,只有健康生活才能远离心梗。

今日“冻”感十足

大风降温 路面易结冰

本报讯(全媒体记者 刘惠子)今冬来最冷天气已上线!安庆市气象台1月7日上午继续发布寒潮蓝色预警信号。相信大家已经感到了这股寒意,昨天安庆站最低气温-5.3℃左右,全市最低气温出现在岳西,最低气温达到-12.7℃。今天早晨出门仿佛又像是打开了冰箱门一样,就是冻。受冷空气南下影响,我市气温持续下降,预计今晨安庆站最低气温-7℃,湿滑路面将出现结冰现象。

元旦过后的这次冷空气,带着满满的寒意而来,让我们体验最低-7℃的透心凉,白天最高气温也只有1—2℃。由于这次降温没有暖湿气流的深度配合,所以只有大风降温,不会出现雨雪天气。

中央气象台分析,全国大部分城市近日都在接受寒潮的洗礼,哈尔滨、长春、沈阳、呼和浩特、太原、北京、天津、石家庄、西安、兰州、银川、西宁、济南、郑州、南京等15城最低气温将创入冬后新低。在河北中部、黄淮南部、长江沿线地区及青藏高原、南疆等地,今天依然全天气温都在0℃以下,对于没有暖气的长江沿线地区而言,走出门如同速冻水饺一般。

安庆气象台说,本次冷空气持续时间较长,对大家生产生活造成不便。不过有了上次寒潮的经验,想必大家防冻害肯定也是得心应手了。家里的水管、水表、太阳能管要做好防冻措施,喜欢花草的市民记得将花草搬进室内,不要冻伤了,老人和小孩等易感人群尽量避免外出。时值寒冬,没有最冷,只有更冷,保暖不能停。

现在正值一年中最寒冷的“三九”时段,“滴水成冰手难舒”。天气变冷,人的活动变少,四肢血液循环变慢,加上不注意保暖,受到寒冷刺激后,皮下小血管收缩反应相对强烈,出现血液瘀滞,便引发冻疮。提醒市民做好防寒保暖措施,多吃红枣、萝卜、牛肉、鸡肉等食物,提高抗寒能力。



1月7日下午,迎江区一小410名学生没有像往常一样回家,而是继续留在学校接受课后延时服务。

近段时期以来,迎江区多所学校在前期服务留守儿童课后延时服务基础上,以“政府主导、学校主体、社会参与、学生自愿”为原则,全面展开“四点半课堂”延时服务,通过开设校本课程、作业辅导等志愿服务方式,切实解决家长后顾之忧。

全媒体记者 路欣
通讯员 张贤好 摄

不提交纸质材料、不到现场办理、不用省市县来回跑

58项司法行政政务服务事项“跨层级全程网办”

本报讯(全媒体记者 杨一 通讯员 张德梅)记者从市司法局了解到,我市58项司法行政跨层级全程网办政务服务事项认领、编制、测试工作已全面完成,2021年内将在全市全面推行,我市律师、公证员等今后办事无须提交纸质材料、不用到现场办理,也不用在省市县三级来回跑动。

全面推行“跨层级全程网办”,是我市司法行政系统推深做实7×

24小时不打烊“随时办”服务的一项举措。58项跨层级全程网办司法行政政务服务事项中,省市两级联动事项35项,省市县三级联动事项23项。

过去,律师、司法鉴定人执业证遗失、损坏补换发等事项,有区县初审、市级转报、省级审批三个环节,申请人需前往县(市、区)、市、省三级司法行政政务服务窗口办理,今后只需通过电脑、手机在市级或

县级一次申请,不需要提供纸质材料、不需要现场申请,即可通过“数据跑路”打破业务层级、区域壁垒,实现办事零跑动、不见面审批。

另外,依托7×24小时政务服务地图,我市司法行政部门推出“手机办”“网上办”“窗口办”等多种办理渠道,线上直接链接办事入口,线下精准导航办理场所,让信息多跑路,群众少跑腿,提高行政审批效率和政务服务水平。



近日安庆天气情况:
1月8日晴天,-7—1℃。1月9日晴天,-4—5℃。