

心绞痛发作, 万万不能忍

文 / 北京市房山区第一医院 张少楠

“心绞痛发作, 万万不能忍!”, 这是心内科主任多次叮嘱我们务必要转告患者的话。

在急诊工作中, 患者心绞痛发作后治疗不及时, 虽然最终脱离了生命危险, 但是造成心脏不可逆严重损害的事件时有发生。总结后我们发现, 寄希望通过“忍”来度过心绞痛的人并不在少数——尤其是年轻人, 由于缺乏医学常识, 感觉自己年轻底子不错, 出现症状时更倾向于强忍疼痛。但是, 心绞痛发作后治疗不及时, 可能导致心肌大面积坏死, 造成心脏不可逆的严重损害。

为警示大家“心绞痛不能忍”, 我们就再来聊聊心绞痛。

一、为什么会发生心绞痛

负责供应心脏血液循环的动脉叫作冠状动脉, 其围绕心脏形成一个皇冠的形状, 因而得名。冠状动脉虽然“行走”在心脏表面, 但是能够通过毛细血管深入滋养心肌细胞, 提供心肌细胞生活和工作所必需的能量和氧气。



冠状动脉粥样硬化性心脏病简称冠心病, 是冠状动脉发生了粥样硬化性的改变, 使管腔变狭窄或闭塞, 进而导致心肌缺血、缺氧或坏死而引发的心脏病。那么, 什么会导致冠状动脉粥样硬化呢? 罪魁祸首是低密度脂蛋白胆固醇(LDL-C)。

LDL-C俗称“坏胆固醇”, 其可以穿过血管内膜, 到达血管内壁, 并发生沉积、氧化, 形成斑块, 引起炎症反应, 导致内膜向血管的管腔侧增生, 引起管路狭窄, 使血液供应受到阻碍。而且, 这些新形成的斑块表面很不稳定, 一旦破裂, 就会导致

血栓发生。血栓在局部聚集, 使得原本就狭窄的管路雪上加霜, 进一步变狭窄甚至完全闭塞。

这时候, 我们的心脏就会发出强烈的疼痛“信号”——心绞痛。

二、心绞痛是种什么感觉

心绞痛的感觉/症状可能因人而异, 但是大多包含4个识别特征:

(1) 发病部位: 心绞痛的发生部位主要在胸骨的中、上段之后, 或心前区, 界限不是很清楚。有的人会放射至左肩、左臂内侧达无名指和小指, 或放射至颈、咽及下颌部。

(2) 持续时间: 心绞痛一般

持续3~5分钟,严重发作时持续10~15分钟,极少超过30分钟。所以,如果胸痛(如针刺样)长达1小时,很可能不是心绞痛。

(3)疼痛性质:疼痛范围往往较大,不是用手指可明确指出的“一个点”或“一条线”,而是拳头或手掌大小的“一片”。心绞痛常为压迫样、憋闷感或紧缩样感,也可有烧灼感,但与针刺或刀割样锐痛不同,偶伴濒死感。不过,有些患者仅会觉得胸闷而非胸痛。

(4)诱因:通常来讲,心绞痛的发作有一定的诱因,一般是因为心脏的负担增加所致,如过度劳累(体力劳动)、剧烈运动(如爬楼梯)、情绪激动(发怒、争吵)、精神紧张、饱食(进食过饱)、受寒、吸烟等。

三、心绞痛为什么不能忍

这里,我们可以观察一下冠心病患者的血管变化(图1)。首先,由于血管内皮受损和“坏胆固醇”沉积,动脉粥样硬化形成,正常冠状动脉的管腔会变狭窄。如果管腔的狭窄程度达到70%~75%,患者静息状态下可能没有症状,但是当劳累或情绪激动时心脏工作量过大,就会出现供血、供氧不足,引发心绞痛。此外,有些新形成的粥样斑块不稳定,一旦破裂会诱发血栓形成,加重管腔狭窄,甚至使血管完全闭塞,导致其负责的心肌细胞彻底“断粮”,遭受灭顶之灾。

你知道吗,如果心绞痛发作时强忍疼痛,而不是及时去医院清淤和疏通血管,心脏可能会先后经历几个可怕的变化(图2):

(1)在心绞痛发作的最初几个

小时内,心肌细胞虽然已经受损,但是还没有完全坏死,如果及时恢复血供还可以起死回生。

(2)如果继续忍痛,24小时后心内膜下的心肌细胞开始坏死,也就是图2中的黑色区域,这就是我们所说的急性心肌梗死。心肌细胞不可再生,坏死的心肌细胞将失去所有的功能,包括电传导和肌肉收缩。

(3)如果还是没有及时就医,1~2天后心肌坏死的范围会接近心室壁全层,2~3天后心室壁全层的心肌都会坏死,这就是所谓的透壁性心肌梗死。数周后,心室壁被纤维化组织所取代,纤维化的组织没有电传导和收缩(弹性)功能,随着心室壁压力的增加,逐渐向外膨出,形成所谓的室壁瘤,甚至有发生心脏破裂的风险。

(4)心肌梗死后的这些损害使得心脏逐渐走向心力衰竭,最终要么进行心脏移植,要么死亡。所以,对于心绞痛的忍,并不能说明您多么坚强,只会导致心脏不可逆的损害!

总之,如果您已经被诊断为冠心病,有任何心绞痛症状都请立即就医!如果您没有被诊断过冠心病,当出现的疼痛症状(如部位、性质、持续时间和诱因)接近前面的描述时,也请立即到医院急诊(胸痛中心)就医!

四、心绞痛患者如何自救

(1)原地休息:患者应立即停止一切活动,原地休息以减少耗氧量,减轻心绞痛发作的程度。

(2)拨打急救电话:请身边的人马上拨打120/999急救电话,等

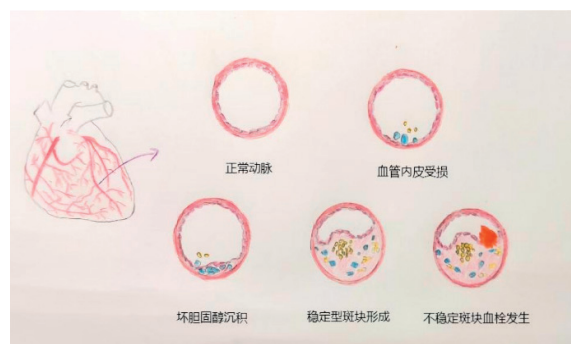


图1 冠心病患者的血管变化

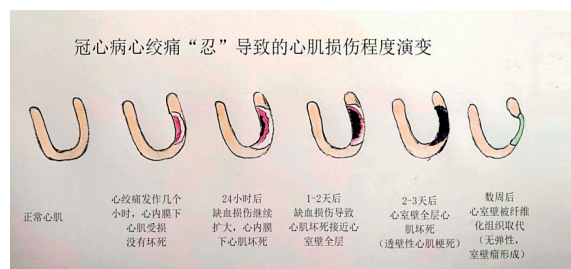


图2 冠心病患者心室壁缺血时间延长而发生的病变

待救护车到来,切忌步行回家或自驾、打车去医院就诊。心肌梗死突发,黄金救治时间只有120分钟,而急救车上会提供一些基础治疗,且在运送途中就会根据患者情况与医院取得联系,到有诊治条件(冠脉介入治疗或溶栓治疗)的医院直接急诊治疗,省却挂号、等待的时间,更有利于挽救患者的生命。

(3)舌下含服硝酸甘油:可以让患者舌下含服(切记不是用水吞服!)硝酸甘油、速效救心丸、丹参滴丸等药物进行急救。硝酸甘油可以每5分钟含服1片,直至疼痛缓解。如果15分钟内给药3片,胸痛仍不缓解甚至出现加重,应立即就医。

最后再次提醒您:心绞痛发作,万万不能忍!一旦有症状,立即舌下含服硝酸甘油,同时迅速拨打120/999急救电话,前往医院的胸痛中心就诊。**医脉通**