# 70岁大爷因心梗导致心衰

YMG全媒体记者 黄钰峰 通讯员 李成修 姜宗延

心力衰竭是各种心脏疾病的严重表现或终末阶段，发病率呈每年上升趋势，死亡率和再住院率居高不下。烟台毓璜顶医院心血管内科副主任医师李军提醒市民，有心脏基础病的患者一定要及时治疗，否则很容易发展为心衰。

## 心梗导致心衰，心肌大部分坏死

70岁的张大爷患冠心病，曾因在家突发胸痛被送往医院诊治。

李军检查后发现，张大爷是急性心梗，建议进行冠脉支架治疗。张大爷的家属担心张大爷的身体情况承受不住手术，选择保守治疗。在治疗一段时间后，张大爷的症状有所缓解，出院回家休养。回家不久后，张大爷出现心衰症状，又再次住院进行治疗。这次即使进行了手术，治疗效果也大打折扣：心肌大部分坏死，造成了不可逆的伤害。

“有心脏基础病的患者一定要及时治疗，否则很容易发展为心衰。”李军说，心力衰竭是各种心脏病的严重表现或终末阶段，有冠心病、高血压等心血管基础病的患者一定要定期进行健康检查，及时采取治疗措施，避免心力衰竭的发生。

## 心衰的这几个早期信号要记牢

“冠心病、高血压、糖尿病、肥胖是心衰的‘先遣部队’。”李军说，大家平时一定要注意心衰的早期信号。

左心衰最典型的症状是程度不同的呼吸困难，活动时加重，严重者端坐呼吸、咳嗽并伴大量白色绒粉红色泡沫痰。右心衰最典型的症状是食欲降低、双下肢浮肿、肝区胀痛、肝大、腹胀、恶心、呕吐、少尿、黄疸等。

心衰是一种进展性的疾病，重在预防，治疗越早，效果越好。如果不及时治疗，心衰的症状会越来越严重，每一次加重都会给心脏带去不可逆的伤害。

怎么预防？要控制导致心力衰竭的危险因素，如高血压、冠心病、糖尿病等基础疾病；规范药物治疗，控制血压，防止心力衰竭进一步发展。患者要注意，特定药物一定要在专科医生的指导下使用。

## 快收下这份保健“锦囊”

李军说，心衰患者日常生活应注意限水、限盐。患者每天液体摄入量限制在1.5L–2.0L，有助于减轻症状。可以在喝水的杯子上做好记号；不口渴，不要饮水；如果嘴干，尝试含冰、糖等；需要关注每天所吃的药物、水果中的含水量；腿肿、心衰加重的患者应保证每天的入量比出量略少或者平衡，患者和家人应学会记录每天出入量；适当控制每日盐的摄入量，应比一般人偏少。

心衰患者要戒烟戒酒、少食多餐，饱餐可诱发或加重心衰；注意适度休息和运动，多与家人朋友沟通，排除焦虑和孤独等负面情绪；学会自我监测，填写日常管理记录表，每天检查脚踝、腿有没有水肿，注意不要过度运动。

# 女性生育后重返职场 母乳喂养率明显下降

联合国儿童基金会和世界卫生组织8月1日发表联合声明，呼吁用人机构等为员工提供更多条件支持和保护母乳喂养，以进一步提升母乳喂养率。

声明指出，母乳喂养可以保护婴儿免受常见传染病的侵袭，增强婴儿免疫系统。相比于纯母乳喂养的婴儿，没有接受过母乳喂养的婴儿在1周岁以内死亡的概率高出14倍。过去10年，全球纯母乳喂养率提高了10个百分点，达到48%，但还需要多方加强努力以实现到2030年提高至70%的全球目标。目前，全球6个月以下婴儿中只有不到一半能获得纯母乳喂养。

声明表示，不少女性生育后重返职场时母乳喂养率明显下降，如果工作场所提供相应条件将能明显改变这一现象，而为母乳喂养提供便利能促进女性留在职场，减少雇主因雇用和培养员工带来的损失，对职场女性、家庭和雇主都有好处。为此，联合国儿童基金会和世界卫生组织向各国政府、投资者、民间团体和用人机构呼吁，为所有职场母亲提供母乳喂养环境，为照顾孩子的人提供足够带薪假期，并增加对支持母乳喂养的政策和项目的投资。

每年的8月1日至7日是世界母乳喂养周，今年母乳喂养周的主题是“助力职场家庭，促进母乳喂养”。

据新华社

# 机体针对痴呆症 有天然防御机制

日本研究人员在新一期美国《科学进展》杂志上报告说，他们发现机体针对痴呆症的一种天然防御机制，未来有望为治疗痴呆症和其他中枢神经疾病提供新思路。

日本京都大学近日发布新闻公报说，高血压、糖尿病、血脂异常等慢性疾病会出现动脉硬化和血管狭窄等情况，这会使大脑进入慢性低血流量状态，进而出现脑白质损伤，最终可能在神经细胞死亡之前的阶段出现认知功能障碍等神经功能异常。但是这一发病机制仍有很多未解开的谜团，机体所具有的防御机制迄今也不为人所知。

公报说，对比野生小鼠和TRPA1通道基因缺损的模型小鼠，研究人员发现，在大脑中数量最多的神经胶质细胞——星形胶质细胞中表达的TRPA1通道的活性化能促进白血病抑制因子的产生，从而抑制导致认知功能障碍的脑白质损伤。也就是说，在星形胶质细胞中表达的TRPA1的活性化作为针对痴呆症的生物防御机制发挥着作用。TRPA1通道基因缺损的模型小鼠比野生小鼠更早出现脑白质损伤及认知功能障碍。

公报说，本项研究有望帮助研发痴呆症以及其他中枢神经疾病的治疗药物。 据新华社

三联家电
买家电到三联 三联家电保修终生
码上报名有惊喜
聚焦8月5-6
三联8.05
第10届
只为自己人
全“礼”以赴 一年就一次
成套购买最实惠
只为自己人 惠
购2件商品以上
满8805元 送养生壶/乳胶三件套
满18805元 送落地风扇/莱克手持吸尘器
满28805元 送荣事达茶吧机
满48805元 送冷柜
满68805元 送价值2899元莱克吉米吸拖洗一体机
50000元现金大放送
活动期间，购物累计满10000元即可现场参加
现金大红包 赶紧来领取
（部分品牌 特价机除外、图片以实物为准 详情店内咨询）
只为自己人 砸
抽100台冷柜大奖！
抽奖就是这么任性
8月5-8月6日每天下午4点抽出
（详询店内海报）
只为自己人 免
只为自己人 存
即日起至8月4日联系三联家电内部员工或认筹处：20元购入场手册，凭手册入场，并可享受如下优惠：
满600元抵20元+送78元礼
满1000元5倍翻抵100元+送78元礼
2件换购 凭2张礼品券及发票 可兑换价值158元 夏凉被
4件换购 凭4张礼品券及发票 可兑换价值298元 养生壶/养生陶瓷煲一个
分享豪横送
即日起至8月4日，关注“三联家电官方平台”转发活动信息5天+单次积赞38个，
8月5日可到各门店服务台免费领取富锶矿泉水一箱
活动期间在抖音平台带话题#805只为自己人 发布视频作品，并@烟威三联家电 官方账号点赞850个以上排前5名的作品送
华为手表WATCH GT3
在抖音、快手平台等观看人数超200人的送价值78元的情侣咖啡杯
只为自己人 礼
只为自己人 积
会员积分抵现金
200积分兑换100元现金券
（限兑500元/人）
现金券
空调尊享
活动期间购空调
免高空作业费、免支架、免空气开关 一年内免费移机
购一拖四以上中央空调送500元的空调安装抵用券
只为自己人 享
青年路商场 地址：青年路333号（长途汽车站南侧） 电话：0535-2127666
开发区商场 地址：长江路彩云城 电话：0535-6378989
福山区商场 地址：福山家电一条街 电话：0535-6367229
牟平商场 地址：工商大街636号三联广场 电话：0535-3397369
海阳商场 地址：虎山街114-9号（市人民医院西） 电话：0535-3108989
蓬莱商场 地址：南关路118号 电话：0535-3356567
栖霞商场 地址：霞光路万家购物中心对面 电话：0535-3377179
黄城商场 地址：花木三街141号（原一百商场） 电话：0535-8903399
龙港商场 地址：龙口西城区大建行南邻（原沃迪客电器） 电话：0535-8830111
威海商场 地址：世昌大道与张一路路口（原服装五厂） 电话：0631-3652199
文登商场 地址：龙山路44号 电话：0631-3567799