

心源性猝死 为何“盯”上年轻人?



■警惕心源性猝死。新华社发 徐骏 作

□新华社记者 黄筱

心源性猝死发病急、进展快、死亡率高,同时近年来出现发病年轻化趋势。专家提醒,无论年轻人还是老年人,都要重视心脏健康、保持良好的生活习惯、定期体检,密切关注身体发出的“求救信号”,一旦出现不适及时就医。

据了解,心源性猝死是指因心脏原因(如心脏骤停)导致的急性症状发生后1小时内的自然死亡。其本质是心脏的电活动突然出现严重紊乱,导致心脏无法有效泵血,全身器官迅速缺血缺氧。

“很多人以为猝死就是‘心脏病发作’,其实两者并不完全等同。”浙江省中山医院心血管科主任侯宏伟解释,心源性猝死最常见的原因是恶性心律失常(如心室颤动),此时心脏并非停止跳动,而是处于一种无效的“颤抖”状态,无法向大脑和全身输送血液。黄金抢救时间通常只有4-6分钟,一旦错过,抢救成功率急剧下降。

值得注意的是,心源性猝死并非只发生在有明确心脏病史的老年人身上,隐匿性心脏病、长期过劳、睡眠不足、剧烈运动诱发的电解质紊乱等,都可能成为压垮心脏的“最后一根稻草”。

与老年人群相比,青年人群猝死更凶险。专家表示,老年人往往伴有高血压、心脏病等慢病,血管老化过程中会形成缺血预适应。而青年猝死者往往具有“无明确心脏病史、预警症状不典型、病情进展极快”三大特征,极大增加了风险预警与早期干预的难度。

浙江大学医学院附属第一医院庆春院区急诊科主任陆远强介绍,长期吃外卖和喝高糖饮料、熬夜加班、频繁应酬、吸烟喝酒、运动不当、情绪起伏等,都是年轻人诱发心源性猝死的高危因素。但不少年轻人自恃年轻、身体好,对轻微不适觉得扛一扛就过去了,即使出现胸痛、胸闷等关键信号也未重视,一旦急性发作,往往错失抢救时机。

虽然心源性猝死发生突然,但往往在事发前一个月、一周甚至一小时,身体已经发出过警示信号。

侯宏伟表示,部分患者在事发前一个月,会出现持续数周的极度疲劳感,即使充分休息也无法缓解。同时可能伴有不明原因的心悸、胸闷和间歇性头晕。这些症状在压力增大或熬夜后会明显加重。

第二阶段是提前一周的“功能警示”。当身体进入危险倒计时,会出现更明显的功能障碍,如轻微活动即感气喘、夜间睡眠中突然惊醒并感到窒息、出现短暂性眼前发黑或视力模糊。部分患者会描述“心脏似乎停跳了一下”的感觉。

同时,事发当天也会出现“危急信号”。在猝死发生当天,患者可能经历剧烈胸痛、严重心悸、大量冷汗、恶心呕吐,或突然发生的意识模糊。恶性心律失常特有的前兆包括:突发性眩晕、眼前发黑、瞬间意识丧失但很快恢复。

“这些瞬间的症状往往被患者误认为是低血糖或没休息好,实际上可能是心脏传导系统出现致命问题的信号。”侯宏伟强调,一些运动爱好者在运动后发生的晕厥、严重胸闷或呼吸困难,绝非“累了”那么简单,很可能是恶性心律失常的前兆。

据国家心血管病中心统计数据,我国每年心源性猝死者高达50多万人。如果在1分钟内实施心肺复苏,3至5分钟内进行AED(自动体外除颤器)除颤,可使心脏骤停患者存活率达到50%-70%。

而心源性猝死的最佳抢救时间是黄金4分钟。突然发生心脏骤停后的3-4秒会出现头晕、黑蒙;10-20秒意识丧失;30秒到60秒呼吸就会停止;4-6分钟脑细胞将发生不可逆损伤。如果大于10分钟,则会出现脑死亡。

陆远强表示,抓住“黄金4分钟”、掌握救助方法尤为关键。例如施救者拨打120后,可通过拍、喊、摸、看四个步骤判断患者是否有意识、有心跳、有呼吸,通过胸外按压、人工呼吸进行心肺复苏。同时查询附近有无AED,正确使用AED进行急救。

同时专家提醒,生活方式的改善、预防远比抢救重要。戒烟、控体重、调饮食、调工作节奏、不熬夜、适度运动等,是当下每一天都应该关注的健康事。(新华社杭州3月25日电)

美国抛“讲和”计划 伊朗:请摆正位置

□新华社记者 刘品然 蒋妍 程帅朋

中东局势瞬息万变。美国特朗普政府24日被曝向伊朗方面转交一份旨在结束冲突的“15点计划”。从伊朗的角度来看,“战略失败”的美方“漫天要价”“动机不纯”,且早已“诚信破产”。

美国和以色列媒体披露了美方“15点计划”细节:伊朗承诺永不发展核武器,不在伊朗境内开展铀浓缩活动,放弃扶持地区“代理人”,开放霍尔木兹海峡为“自由海域”,限制弹道导弹数量和射程等。作为交换,对伊朗所有制裁将全面解除,美国协助其发展民用核电项目等。美国有意与伊朗停火一个月以讨论这份计划。

此外,美国和由巴基斯坦、埃及、土耳其组成的调解小组正在讨论最早于26日与伊朗举行高级别谈判的可能性,但目前这一提议“仍在等待伊朗方面回应”。

表面上看,美方方案“细节满满”。但分析人士认为,美方“要价”较冲突之前并无实质调整,对当前正逐步将美以拖入战略困境的伊朗而言,是难以接受的苛刻条件。而最大问题在于,美国在外交谈判这件事上早已“诚信破产”。

首先,是战是和,伊朗不会任由“美方摆布”。

伊朗虽在战术层面遭受一定损失,但在战略层面占据一定主动。美国智库卡内基国际和平研究院高级研究员卡里姆·萨贾德普尔指出,本轮战争中“伊朗不输就是赢,美国不赢就是输”。对伊朗而言,美方先释放缓和信号,实为压力之下的被动妥协,呈现“美方先眨眼”的态势。

伊朗军方一名发言人25日向美方喊话,美国已陷入“战略失败”,“不要把你们的失败称作协议”。

曾任白宫国家安全委员会伊朗事务主任的纳特·斯旺森说,伊朗领导层的核心判断是,相较美国及其地区盟友,伊朗更能承受得起长期对抗消耗。在对美的“非对称作战”中,局势走向正由伊朗而非美国主导。

其次,美方“漫天要价”,与伊朗诉求相去甚远。

美方的最新谈判要点实际上仍是战前的三大要求,即伊朗放弃核计划、限制导弹能力、削弱地区影响力。英国《卫报》文章分析,美方的“15点计划”几乎沿用了去年5月对伊朗提出的要求,其内容严重滞后于当前局势变化,美方诚意与计划可行性备受质疑。

伊朗新任最高领袖军事顾问穆赫辛·礼萨伊23日明确表示,伊朗唯有获得全额战争赔偿、全面解除制裁,并获得美国不干涉伊朗内政的国际法保障,才会停止军事行动。

前白宫国安会高官、核问题专家埃里克·布鲁尔表示,伊朗有很多理由不接受“15点计划”,其中最关键的是,这些条款本质上是在向一个“并未战败的国家”强加“类似投降的条件”。上海外国语大学教授王有勇认为,美方计划明显带有“战后重构”和“战败约束”的色彩,让伊朗难以接受。

第三,特朗普政府信誉破产,伊朗担忧美方“动机不纯”。

在外界尤其是伊朗看来,特朗普政府早已丧失外交谈判信誉,其表态更多是为了安抚市场、扰乱伊朗国内抵抗意志、为后续升级冲突做准备。

美方2月28日在美伊谈判进程中对伊朗发动军事袭击,这让伊朗彻底看清其“以谈掩打”的策略,伊朗对美国信任度降至谷底。

多家媒体24日报道,伊朗拒绝接受美国总统特使威特科夫和特朗普女婿库什纳作为美国谈判代表,指责两人“背信弃义”。伊朗官员已向试图在美伊间斡旋的国家表示,伊朗已被特朗普政府欺骗过多次,“我们不想再被愚弄”。

就在“15点计划”被媒体披露当天,美方宣布调派陆军第82空降师约2000名士兵赴中东,海军陆战队第31远征队也预计于27日抵达中东。军事部署与谈判提议同步推进,让伊朗更倾向于认为美国要“以谈掩打”“以打促谈”。有分析认为,美方所谓谈判实为缓兵之计,旨在等待军事增援部署到位。

上海外国语大学中东研究所教授丁隆表示,美以伊战前景仍然扑朔迷离,不排除美方是假缓和、真备战,但巴基斯坦等国愿意出面斡旋是一个积极信号,这场冲突最终唯有通过外交谈判才能真正结束。

(新华社北京3月25日电)

航空工业成飞研制出混合动力氢能源无人机

新华社成都3月25日电(记者 谢俊)记者近日从航空工业成都飞机工业(集团)有限责任公司(简称“航空工业成飞”)获悉,该公司自主研发的“长航时静音混合动力氢能源无人机”日前完成首飞,实现太阳能——氢能——锂电“三能一体”混合能源动力技术在低空飞行器上的应用。

长航时静音混合动力氢能源无人机飞行画面。新华社发

据介绍,该无人机兼具超长航时、静音、绿色环保等能力特点,无人机平台使用光伏、氢燃料

电池、锂电多种供能形式进行优势互补,实现最佳能源管理控制,续航能力较单一能源动力提升10%以上。

这一新型无人机首飞时,创新性应用了智能着陆控制算法,降低起降环境约束,提升其在森林、山区等多障碍物环境下的起降能力。在混合能源系统综合管理、自主导航架构设计等前沿技术加持下,该无人机能够在复杂环境下持续作业,通过配备多种模块化任务载荷,执行巡线巡检、森林防火、测绘勘探等任务。