

心房颤动:患者为何把简单的疾病拖延复杂了

心房颤动(AF)是指心房以不规则且通常快速的方式搏动,这是一种常见的心律失常,可导致心脏泵血功能受损,增加血栓形成的风险,进而可能引发脑卒中及其他严重并发症。据统计,中国60岁以上人群中房颤的患病率约为2%-4%,而在80岁以上人群中则高达7%-10%。此外,城市地区的房颤患病率普遍高于农村地区。尽管房颤可通过一系列治疗手段得到有效控制,但患者有时因各种原因延误就医,导致疾病管理复杂化,增加了治疗难度和并发症风险。

房颤的早期诊断与干预

房颤的早期症状可能较为隐匿,如轻微的心悸、疲劳或短暂的胸部不适,这可能导致患者忽视或低估这些症状的重要性。因此,提高患者对房颤症状的认知,鼓励其在出现疑似症状时迅速就医,对于实现早期诊断具有决定性意义。医务人员亦应加强对房颤的筛



查意识,特别是对高风险群体,如老年人群、高血压患者、糖尿病患者等,应实施定期的心电图监测,以便尽早发现房颤。

延误治疗的临床后果

心功能退化:未及时治疗的心房颤动可能导致心房扩大和心室功能下降,增加心力衰竭的发生概率。长期快速的心室反应会引起心脏负荷过重,久而久之可损害心脏结构和功能。

血栓形成与脑卒中:房颤使心房内血液流动缓慢,易于形成血栓。一旦血栓脱落并随血流进入脑部,即可引发脑卒中,这是房颤最为严重的并发症之一,可能导致严重的神经功能障碍乃至死亡。

治疗挑战增加:随着房颤病程

的延长,其治疗难度也随之上升。例如,房颤持续时间越长,心房组织结构和电生理特性发生改变的可能性越大,这将使恢复正常心律的治疗更具挑战性。

经济负担加剧:延误治疗不仅增加患者的健康风险,还可能导致医疗成本的上升,治疗周期延长,给患者及其家庭带来沉重的经济压力。

房颤的积极管理策略

生活方式干预:戒烟、限酒、维持适宜体重、规律运动和均衡膳食是房颤管理的基础。这些生活方式的改变有助于控制血压和血糖水平,降低心血管疾病风险,进而改善房颤症状。

药物治疗规范化:根据患者

个体差异,医生可能会开具抗心律失常药物、心室率控制药物或抗凝药物。患者应严格按照医嘱用药,并定期接受药物疗效和安全性的评估。

介入治疗选择:对于药物治疗无效或不适宜的患者,可考虑采用电复律、射频消融术或左心耳封堵术等介入治疗方法。这些治疗手段可在一定程度上有助于恢复正常心律,减少血栓形成风险。

心理社会支持:房颤患者可能因担忧疾病发展和并发症而产生焦虑和抑郁情绪。因此,提供心理支持和社会服务,帮助患者树立积极态度,对于提升治疗依从性和改善生活质量具有重要作用。

尽管房颤是一种常见病症,但若忽视或延误治疗,将对患者的健

康造成重大影响。通过增强对房颤的认识,促进早期诊断和积极治疗,患者能够有效控制病情,避免疾病从简单演变为复杂。医务人员、患者及其家属需协同合作,采取全面的治疗措施,提升房颤的管理质量,以维护患者的健康和生活质量。

上海交通大学附属胸科医院刘旭团队经过多年的临床经验和理论探索提炼出的“肺静脉隔离及转子消融的胸科术式”和“房颤转子-胸科标测方法学”,除此之外还在国际上提出了用腔内超声替代食道超声检查,并在上海率先开展房颤零射线消融手术。

最后还是要提醒大家发现心动异常,一定要早就医,听取专业医生的建议,选择适合自己的治疗方案,远离房颤的危害!



刘 旭

上海市胸科医院内科主任医师,教授,博士生导师。上海市优秀学科带头人;上海市领军人才;上海市优秀医务工作者(2012-2014年度);国务院特殊津贴获得者;上海交大优秀博导;上海银蛇奖提名;中国Rotor俱乐部创始人。现任上海交通大学心房颤动诊治中心主任。自1998年在国内率先开展房颤经导管射频消融基础和临床研究,至今累计完成各种心律失常介入手术50000余例,房颤导管消融手术近30000例。

Email:dzlx@xmwb.com.cn
主办:上海市慈善基金会 新民晚报社



蓝天下的至爱

2024年7月24日 星期三
编辑:胥柳曼 视觉:竹建英

新民晚报

“一米书桌”为困难青少年点亮梦想

7月以来,上海市慈善基金会浦东新区代表处和上海乐群社工服务社携手开展“一米书桌”项目,旨在为有需求的困难家庭青少年提供学习环境微改造,打造一个简易但功能齐全的居家学习空间。通过社会工作者的专业服务,15名浦东新区困境青少年有了合适的书桌和椅子,同时他们还得到了亲子沟通辅导、课业辅导等专业服务。

据悉,自项目启动以来,浦东新区共有28户家庭踊跃报名。今年5月,上海乐群社工服务社组建了一支项目团队,对28户困难家庭进行了细致的走访和评估。项目团队的社工走进了孩子们的家,看到了那些简陋的学习

角落和几乎无法容纳书籍的破旧桌子,很有感触。更让乐群社工感动的是:尽管条件艰苦,这些困难家庭的孩子们依然保持着对学习的热爱和执着,他们用稚嫩的手在纸上书写着梦想,他们渴望走出困境,追求更广阔的世界。

“一米书桌”的到来,无疑为孩子们打开了一个全新的世界。这不仅是一张书桌,更是一个希望的起点、一个梦想的摇篮。每一张新书桌都配备了储物功能,可以整齐地存放书籍和学习用品,让孩子们的学习环境更加整洁有序。值得一提的是,这些书桌还能调节高度,在孩子生长发育过程中,确保孩子始终保持正确的坐姿。这样的设计不仅体现了对孩子身体健

康的关怀,也展现了项目团队的用心和细致。

除了硬件设施升级,项目团队在暑期期间将为这些家庭提供一系列后续支持,例如组织收纳整理小课堂和亲子沟通小课堂,通过打卡的方式鼓励家庭成员共同参与,增进亲子间的互动与交流。这不仅让孩子们学会了如何整理自己的东西,还让他们学会如何与家人有效沟通,共同解决问题。

在“一米书桌”项目开展的过程中,志愿者们见证了许多感人的瞬间:有的家庭为了给孩子创造更好的学习环境,主动整理杂物、优化空间;有的家庭在社工的建议下,学会了如何更有效地与孩子沟通和互动。这些变化不仅提升了孩

子的学习效率,也加深了家庭成员之间的情感联系。

“一米书桌”项目相关负责人表示,项目的意义远不止于提供一张书桌那么简单。它是开启孩子们心灵的钥匙,是连接家庭与社会的桥梁。希望孩子们能够通过这个项目认识到,每个人都有潜力去改变自己的命运,社会的关爱和支持是他们成长道路上不可或缺的力量。同时,也希望家长们能够珍惜这次机会,积极参与到孩子的教育和成长中,共同为孩子的未来打下坚实的基础。在未来的日子里,“一米书桌”项目将继续前行,为更多需要帮助的家庭送去关爱和希望。

李一能

7月15日下午,“关爱我的父亲母亲”——社区公益点映活动,在市政协委员活动中心四楼大礼堂圆满举行。本次活动以“携手共赏经典 传承红色精神”为主题,由上海市慈善基金会、上海市电影发行放映行业协会共同发起并组织,并得到了上海市政协的大力支持。主办方将舞剧电影《永不消逝的电波》作为本次公益社区点映活动的主题影片,邀请来自静安区的社区党员群众、社区青少年等群体代表,旨在通过电影的力量,传播社会正能量,

“关爱我的父亲母亲”社区公益点映活动举行 让更多人感受电影魅力

促进文化交流,丰富市民的精神文化生活。

活动伊始,上海市电影发行放映行业协会秘书长金辉阐述了举办公益电影放映活动的深远意义。他表示:“电影不仅是一种艺术形式,更是一种文化的载体。希望通过这次活动,让更多人感受到电影的魅力,同时也为社会公益事

业贡献一份力量。”

舞剧电影《永不消逝的电波》改编自同名原创舞剧,全程虽然没有一句对白,但演员们的情感爆发淋漓尽致地表现在了肢体语言上,比任何一句台词都具有张力。电影放映前,主办方还特别安排了李白烈士的后人李立立与电影导演崔轶,与观众们进行近距离的互动与交

流,分享电影背后的创作故事和深层含义,进一步加深了观众对电影的理解和感悟,得到了现场观众的积极响应和广泛好评。他们纷纷表示,影片情节紧凑、表演细腻、画面唯美。虽然没有台词,也没有后期特效,但却依然深受震撼,让人久久难忘,深受教育。

主办方表示,今后将继续举办更多类似的公益活动,以电影为媒介,连接社会各界,继续在光影的世界里寻找感动,传递爱与希望,共同推动社会的进步与发展。

李一能

上海青年创业夏令营开营

7月14日,第十九届上海青年创业夏令营在虹口区北科创生物技术产业园开营。2006年至今,上海市慈善教育培训中心已成功举办了十八届上海青年创业夏令营,得到上海市慈善基金会和各界爱心企业和个人200多万元善款支持,先后有90多所高校、中职校2000多名学生参加夏令营。多名校友在上海市、全国乃至全球创业精神大赛中获得佳绩,一批学员成功走上创业之路。

本届青年创业夏令营由上海市慈善教育培训中心与上海市虹口区人力资源和社会保障局主办,上海市虹口区凉城新村街道办事处、上海市虹口区广中路街道办事处和上海市虹口区就业促进中心承办,得到了上海市慈善基金会、上海市就业促进中心和上海市学生事务中心指导。

上海市慈善教育培训中心主任阮显忠在开营仪式上致辞,他希冀本期学员们:一是刻苦学习,勇于担当,做新时代的有为青年;二是积极实践,勇于探索,为成长成才成功积累经验;三是培养开拓者、奋斗者的精神,探索属于自己的成功之路。新时代是奋斗的时代,唯有奋斗才能成就精彩人生,祝愿学员们成为新时代的奋斗者,以更高的境界、更强的本领、更好的精神状态,迎接人生未来的挑战。 李一能