心梗先兆多在发病前一周出现

出现这五种症状,大家一定要当心

阅读提示

发生心梗要牢记两个“120”,及时拨打120急救电话,把握黄金救治120分钟,如果患者得不到及时有效的救治,心肌就会出现不可逆的坏死。

我国每年新发心梗60万例,死亡比例在三成以上,心肌梗死为什么这么致命?

其中一个重要原因是一些不典型的先兆症状没有得到患者重视,等到突然发病,救治不及时就容易造成致命危险,所以及时识别急性心肌梗死的先兆症状很重要。

急性心肌梗死的先兆症状多在发病前1周出现,少数甚至可能提前数周,约40%的病人发生于梗死前1~2天,有的病人可以反复发作。

其主要表现为:1、心绞痛发作频率加快,而且痛疼加重;2、心绞痛持续时间延长,伴出冷汗、恶心、呕吐等;3、心绞痛诱因改变,更易发作,在休息时也会发作;4、原来可缓解疼痛的方式失效;5、发作时伴心跳缓慢或心动过速、休克、晕厥等。

发生了心梗该怎么办呢?要牢记两个“120”,及时拨打120急救电话,把握黄金救治120分钟,如果患者得不到及时有效的救治,心肌就会出现不可逆的坏死。

当患者出现类似心肌梗死的表现,应让其静卧,并尽快呼叫120与急救站联系,不要随意搬动患者或陪同患者步行到医院诊治。尝试让患者含化硝酸甘油片,一般常规剂量即可,不建议给太多的硝酸甘油片。

既往有冠心病史患者,高度怀疑发作急性心肌梗死时,可立即给阿司匹林300mg嚼碎,含在舌头底下,阻止血栓继续形成。

及时将病人平稳地转送至有诊疗条件的医疗场所,在此之前应密切观察病人的脉搏。如果病人脉搏细不规则,进而摸不到,呼吸断续停止,出现抽搐,应进行心肺复苏的人工心脏按压和口对口人工呼吸,直到送入医院为止。 据《健康时报》

杭州新版控烟令值得全国效仿

1月1日,杭州新版“最严控烟令”——《杭州市公共场所控制吸烟条例》正式实施,其中,电子烟也被纳入禁烟范围。北京市控烟协会会长张建枢表示,杭州的升级控烟令在全国“率先走出了一步”,呼吁北京今后在修法中也将电子烟纳入控烟范围。

电子烟算不算是一种“烟”,一直有争议。很多国家的研究和论证,都认定它也是一种烟,因为电子烟不但产生烟雾,而且含有尼古丁等烟草的基本“内涵物质”。电子烟该不该和卷烟一样列入控烟禁烟之列,则争议更多。

反对的观点认为,电子烟较卷烟的危害小得多。然而,公众健康意识和权利意识越来越“严苛”的今天,对危害的容忍度也越来越低。何况,公众对于二手烟危害的认知,早已突破了传统的“尼古丁危害”,又多了雾霾、颗粒、pm2.5等概念。电子烟尽管尼古丁含量较低,但其烟雾会给周围空气造成污染,其中含有多少pm2.5成分,也都是叫人不放心的问题。

电子烟也是烟,同样会污染空气,造成二手烟的危害,这是不争的事实。但因为制度缺失,使得这种烟一直堂而皇之地在公共场所出现。对此,不管是管理者的管理,还是公众劝说,都没有依据。

这一次,杭州新版的“最严控烟令”将电子烟也一并禁之,这“率先的一步”可谓是“填补”了地方控烟法规的“空白”。北京市控烟协会会长呼吁北京市积极跟进;相信各地公众都会有这种想法。笔者认为,国家相关部委应对电子烟产品给予明确定性,以促使地方控烟法规的完善。

今年8月,国家市场监督管理总局、国家烟草专卖局联合发布了《关于禁止向未成年人出售电子烟的通告》。此举的目的,不仅为避免电子烟伤害未成年人,还因为,吸电子烟同样会产生烟瘾。未成年人吸电子烟时间长了,有了烟瘾、产生依赖,就可能进一步去吸卷烟。其实,对成年人来说,也存在这种问题。电子烟确实可以成为一些烟民戒烟过渡期的替代品,但同时,电子烟也具有从不吸卷烟向吸卷烟过渡的“初级烟草”功能。如果国家层面明确了电子烟也是烟,电子烟包装物上也应标注“吸电子烟有害健康”的警示文字。 据《羊城晚报》

冬天手脚冰凉,三张古方暖起来

冬季天气寒冷,有的人常感觉手脚冰凉,喝热水、多穿几件衣服也暖和不起来。这多是由于末梢血液循环差,脂肪组织少,保温性能差所致。中医认为,身体是否暖和,靠的是体内阳气,当阳气不足以温暖皮肤、肌肉,就会冰凉没劲。今天,为大家推荐的《金匮要略》中三个古方,有助缓解症状。

黄芪桂枝五物汤,温阳活血。

该方组成:黄芪、桂枝、芍药各9克,生姜18克,大枣4枚。主要功效为益气温经、活血通痹,主治血痹,常见症状为肌肤发麻,脉微涩而紧。

四逆散,理气通络。

该方由柴胡、芍药、枳(zhǐ)实、甘草各6克组成。主治阳郁厥逆证,表现为手足不温,或腹痛,或排便时下腹部及肛门有沉重坠胀感,脉弦;肝脾气郁证,表现为胁肋胀闷、脘腹疼痛,脉弦。手脚冰凉者服用此方,可透邪解郁、疏肝理脾。

肾气丸,补肾助阳。

该方组成:干地黄12克,山药、山茱萸各6克,泽泻、茯苓、牡丹皮各4.5克,桂枝、附子(炮)各1.5克。主治肾阳不足证,患者多表现为腰痛脚软,下半身常感觉冷,自觉下腹部牵引不适,还可能伴有小便异常,特别是夜间加重,阳痿早泄,舌淡而胖,脉象虚弱。

据《生命时报》

中国体育彩票排列5第19003期开奖公告信息

开奖日期:2019年1月3日
本期全国销售金额:11,231,848元
本期开奖号码:54293

本期中奖情况

奖级	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计
一等奖	24注	100,000元	2,400,000元
合计	24注	…	2,400,000元

205,762,103.40元奖金滚入下期奖池。
本期兑奖截止日为2019年3月4日,逾期作弃奖处理。
本信息若有误以公证数据为准。

福彩3D

第2019003期
开奖号码:4 3 5
销售总额47257462元

奖等	浙江中奖注数	每注奖额(固定)
单选	1575	1040元/注
组选3	0	346元/注
组选6	1524	173元/注
其他投注方式中奖额9585元		

浙江销售:3045694元,返奖额:1911237元。
本信息若有误以公证数据为准。
2019年1月3日

福彩15选5

第2019003期 投注总额574958元
中奖号码(无需排序) 01 04 09 12 14

奖级	中奖条件	中奖注数	奖金
特等奖	中5连4(常规)	0	0元
一等奖	5个号全中(常规)	115	1661元/注
二等奖	中任意4个号(常规)	5150	10元/注

奖池累计105.5301万元滚入下期
本信息若有误以公证数据为准
2019年1月3日

福彩双色球

第2019002期
全国销量:345144344元 浙江销量:27661664元
中奖号码:红色球(●) 蓝色球(★)
04 05 06 08 09 18 | 11

奖级	中奖条件	中奖注数	奖金
一等奖	●●●●●●+★	9注	7273230元/注
二等奖	●●●●●●	129注	198246元/注
三等奖	●●●●●+★	1352注	3000元/注
四等奖	●●●●●/●●●●+★	74631注	200元/注
五等奖	●●●●/●●●+★	1506728注	10元/注
六等奖	●●+★/●+★/★	6555174注	5元/注

本期兑奖截止日为2019年3月4日,逾期作弃奖处理。
奖池累计12.9468亿元滚入下期,本期若有误以公证数据为准。
2019年1月3日

中国体育彩票浙江省20选5第19003期开奖公告信息

开奖日期:2019年1月3日
本期销售金额:159,912元
本期开奖号码:01 08 10 14 20
本期出球顺序:20 01 10 08 14

本期中奖情况

奖级	本地中奖注数	单注奖金
一等奖	6注	6,297元
二等奖	349注	50元
三等奖	4,624注	5元

0.00元奖金滚入下期奖池。
本期兑奖截止日为2019年3月4日,逾期作弃奖处理。
本信息若有误以公证数据为准。

中国体育彩票排列3(浙江省)第19003期开奖公告信息

开奖日期:2019年1月3日
本期浙江销售金额:1,389,276元
本期开奖号码:542

本期中奖情况

投注方式	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计
直选	239注	1,040元	248,560元
组选3	0注	346元	0元
组选6	579注	173元	100,167元
合计	818注	…	348,727元

3,634,353.64元奖金滚入下期奖池。
本期兑奖截止日为2019年3月4日,逾期作弃奖处理。
本信息若有误以公证数据为准。