

# 她总是心咚咚跳, 2个月晕倒5次

心内科医生说, 10个心绞痛病人中, 就有1个是更年期的原因  
更年期为什么会影响心脏? 怎么预防? 来听听妇科专家怎么说

本报记者 张苗 本报通讯员 孙美燕

女人的“麻烦事”挺多, 更年期就是其中之一。

更年期意味着什么? 失眠? 脾气暴躁? 抑郁多疑? 月经紊乱?

其实最严重的是, 它会变成心脏问题。更年期是怎么和心脏扯上关系的? 我们来看看一位医生的亲身经历, 请专家说一说这个问题。



浙江名医馆  
你的私人  
名医会所



微信扫一扫  
微信公众账号  
浙江名医馆  
或搜号码  
zjmyg1



扫一扫  
下载APP  
名医在浙里  
最牛最强  
名医有号

## 2个月里昏倒5次 各种检查找不出原因

杨萍是浙江大学医学院附属妇产科医院的麻醉科医生, 今年43岁。

杨萍曾经因为感冒得过心肌炎, 作为一名医生, 她对自己的心脏关注度一直很高, 身上常备速效救心丸, 有一点点不舒服, 就马上吃一颗药。

从去年开始, 她发现自己胸闷、心悸的情况越来越多了, “难道是之前的心肌炎造成问题了?” 她到心内科挂了号, 可是量了血压、做了心电图, 一切正常, 但持续性的疼痛并没有减少, 这让杨萍感到不安, 只能靠吃止痛药缓解症状。

今年3月的一天, 杨萍突然感觉心脏快速地跳个不停, “心慌, 根本站不起来。” 家里只有正在准备中考的女儿, 老公出差在外, “脑子里在飞快地想, 得赶紧让女儿打120, 把家里的门都打开, 我一倒下去, 女儿一个人肯定要吓坏的。”

杨萍就这样躺在沙发上, 伴随着心脏“咚咚咚”的跳动以及胡思乱想, 吃下速效救心丸的她终于缓过来了, 一摸额头, 都是汗, 她感觉像鬼门关走了一圈。

她又到心内科做检查, 奇怪的是, 仍然一切正常。

从3月到5月, 杨萍晕厥了5次。在单位交班的时候, 一屋子都是人, 一股潮热明显从身体往头上涌, 耳朵里是嗡嗡的耳鸣声, 好

像随时都要昏倒一样。

“想想同事都是心脏复苏专家, 就算在这个时候昏倒, 也应该能被救回来吧。” 杨萍就这样慢慢开导自己, 随着情绪渐渐放松, 症状也稍微缓和了一点。

可不安的感觉一点都没有消除, “检查都正常, 为什么我心脏这么难受?” 杨萍说, 那几个月里, 她都不敢睡觉, 每天晚上躺在床上都要握着丈夫的手, “很怕一睡过去, 第二天就醒不过来了。”

## 心内科10个心绞痛病人 就有1个在更年期

直到有一天, 在医院遇到了妇三科主任、浙江大学关爱女性健康公益基金会副主任周坚红, “你怎么不早点和我说啊。” 周坚红说, “你这就是更年期造成的。”

一般来说, 大多数人在45周岁以后进入更年期, 杨萍离这个年龄还差两岁, 月经周期也正常, 所以她从来都没往这方面考虑过, “每个人更年期时间不一样, 我前几天接诊过一位26岁的女病人, 已经卵巢早衰了。”

周坚红告诉钱江晚报记者, 浙江有500万女性处于更年期状态, 她们当中, 有高血压的占了15%, 像杨萍这样假性心绞痛的, 占29%。

“在心内科, 10个心绞痛病人里面, 就有1个是更年期的原因。” 周坚红说。

更年期到底是怎么对心脏造成负担

的?

周坚红告诉钱江晚报记者, 绝经是女性心血管疾病的高危因素, 许多更年期女性都会出现血压不稳定、心悸或胸前区不适、心律不齐、假性心绞痛等症状。

“更年期会造成激素水平的变化, 每个人的器官对于激素变化的反应很微妙, 像杨萍的心脏就对激素变化特别敏感。” 周坚红说, 激素造成了心脏功能上的变化, 而心电图只反映心脏器质性病变, 对于杨萍来说, 还没有严重到这个程度。

不过危险性同样很高, “如果心脏持续缺血, 结果同样是会致命的。”

要怎么治好杨萍的“心脏病”? 周坚红为她开了激素的贴剂, 剂量很小, 每天只需要贴在腰下部位半片大小, “许多研究表明, 雌激素具有保护心血管的作用, 绝经后激素治疗对心血管疾病有预防作用。”

效果很明显, 才一个星期的工夫, 杨萍就恢复到以前的正常状态了。

在周坚红看来, 中年女性最需要了解的是, 当出现血压波动、心悸、胸闷、胸痛、胸前区不适等症状, 又在心内科查不出毛病, 应该到妇科内分泌专科看看, 而对于激素治疗, 千万别抱敌视的态度。

## 想要宝宝的爸爸们 不要洗桑拿和泡澡了

体温超过38.5摄氏度, 精子就得休息三个月, 久坐也是不育“杀手”

本报讯 10月28日是男性健康日, 也是二孩全面放开后的第一个男性健康日, 在这一年, 越来越多想要第二个孩子的爸爸们, 发现自己突然被划入了“不育人群”, 到底是哪里出了问题?

“医生, 我和老婆想要第二个孩子, 努力到现在没成功, 是怎么回事啊?” 在浙江大学医学院附属妇产科医院男科, 35岁的王先生愁眉苦脸地对男科负责人张峰彬说。

妻子各项检查都没问题, 王先生便到男科来咨询。“你这一年感冒发烧过吗? 喜不喜欢泡热水澡? 是不是经常做桑拿?” 张峰彬问道。

“发烧是没有, 桑拿洗过, 但次数不多, 也

就两三次。”王先生说。

“怀不上孩子, 就是洗桑拿造成的啊。” 张峰彬很快找到了原因。

一年才两三次桑拿, 有这么严重吗? 张峰彬告诉钱江晚报记者, 每个月, 他总会遇到几位像王先生这样的“病人”, 因为洗桑拿浴, 导致精子质量出了问题。

“精子的生存温度不能超过35摄氏度, 比人的体温还低两度, 发烧超过38.5摄氏度, 就会影响精子质量3个月。”

张峰彬说, 洗桑拿至少40摄氏度的温度, 一年两三次, 想在这一年里怀孕, 难度就大了。

现在, 想要二孩的爸爸们, 面临的问题, 比新婚两三年还没有孩子的要复杂得多, “他们一般都是三四十岁的年纪, 工作压力、精神压力、睡眠不足、化学药物, 都会导致精子质量下降。”

除了不泡热水澡、不洗桑拿, 建立良好的生活习惯之外, 还需爸爸们重视的, 就是要改变久坐的习惯。

“IT行业的人和他的哥都属于不育高风险人群, 他们的工作特点就是久坐。” 张峰彬说, 特别是当椅子是不透气的面料时, 容易导致睾丸温度过高, 影响精子的存活。

本报记者 张苗 本报通讯员 孙美燕