

关注 世界心脏日

# 因病死亡患者超四成源于心血管疾病

## 心血管疾病成为我国居民首位死因，养成健康生活方式可将心血管病发病率降低80%

本报记者 楚燕 通讯员 刘云芳

在近日召开的中国心脏大会上，国家心血管病中心主任、中国医学科学院阜外医院院长胡盛寿院士表示，我国心血管病患者住院人数快速增长，无论是在城市还是在农村，心血管病都是我国居民的首位死因。由于我国老龄化、疾病危险因素流行，心血管病患者死亡率和病残率仍在增加，疾病负担下降的拐点仍未出现。

9月29日是世界心脏日。厦大附属心血管病医院(简称“厦心”)专家接受采访时表示，减少危险因素可将心血管病发病率降低80%。大力推行“零级预防”模式，加强对吸烟、酗酒、不健康饮食、缺乏体力活动等不良生活方式的干预，对心血管病防治有着重要意义。



厦心积极面向社会开展心肺复苏普及活动，提升群众急救救治能力。(资料图)

### A 戒烟限酒 健康生活有效预防

《中国心血管健康与疾病报告2021》显示，2019年农村、城市心血管病分别占死因的46.74%和44.26%，每5例死亡中就有2例死于心血管病；推算目前心血管病患者人数3.3亿人左右，其中卒中1300万人、冠心病1139万人、心衰890万人、肺源性心脏病500万人、房颤487万人、风湿性心脏病250万人、先天性心脏病200万人、下肢动脉硬化4530万人、高血压2.45亿人。

厦心内三科主任李惠吉介绍，过去30年，我国吸烟致死率显著增长；过去20年，男女居民身体活动水平分别下降了44%和36%，我国人群肥胖率逐年增长，血脂异常逐年增加，高血压、高血脂、高血糖的知晓率仅为30%，控制率不足10%。这些危险因素没有得到有效遏制，我国心血管病的发病率仍会上升趋势。

前几天，李惠吉到周边基层医院开展帮扶诊疗，一位老人顽固性心绞痛，已出现梗死症状，医生和家属苦口婆心劝说，老人仍坚持不做造影检查、不做介入手术。医生让老人戒烟，他不以为然，觉得吸烟和心脏病没关系。“面对这类病人，我们也很无奈。”李惠吉强调，吸烟与心血管疾病密切相关，即使放支架打通了血管，抽烟也会使得血管再狭窄的概率增加。厦心是全省首家无陪护管理医院，患者在住院期间不能

抽烟。有些患者住院7天没碰香烟，出院后在医生的鼓励下坚持1个月、3个月、半年，最终成功戒烟，这对长期预后十分有利。值得注意的是，时下电子烟受到部分年轻人追捧。李惠吉提醒，电子烟的焦油含量低一点、颗粒物少一点、抽烟者身上残留的烟味淡一点，但仍含有尼古丁，对心血管的危害不容小觑。

控制饮食也是防治心血管疾病的重要一环。“心血管医学界有一句话：没有胆固醇就没有冠心病。一定要少吃油腻食物，尤其要少吃动物脂肪、动物内脏。”李惠吉提醒，闽南人热衷于准备美味佳肴帮病人“补回来”，这种做法不可取，特别是含油脂多的汤要少喝。

目前全国每3个成人中，就有1人为腹型肥胖，这就成为心血管患病蓄积了大量的“后备军”。李惠吉介绍，除了饮食不合理，缺乏运动也是导致肥胖的重要原因，“管住嘴，迈开腿”有助于减少心血管疾病发生。

在预防医学里，一个核心策略就是“三级预防”。李惠吉指出，针对我国现状，医学界已提出了以健康环境、健康文化和健康生活方式为特征的“零级预防”模式。“错误的观念根深蒂固，则很难改变。全社会动员起来，从娃娃抓起，普及健康生活方式，能有效降低心血管疾病发病率。”

### B 早诊早治 胸痛千万别硬扛

急性心梗死亡率高，救治须争分夺秒，一旦发病，要争取在“黄金2小时”内开通堵塞的血管。然而，在我国，平均时间是5小时。这几年，通过胸痛中心建设，越来越多的医院缩短了院内救治时间。以厦心为例，病人从进入医院到开通血管，最短耗时仅7分钟。李惠吉表示，“厦心是中国胸痛中心区域认证中心(厦心)，负责华东六省一市的胸痛中心认证工作，已认证上千家中心，近期已启动胸痛救治单元认证工作，助力胸痛急救关口进一步前移。但是，很多患者发病后未及及时拨打120，而是选择硬扛，错失救治良机。如果胸前区巴掌大小区域出现压榨紧缩感，仿佛被人踩在胸口，是典型的心绞痛表现，一定要及时就医。”

李惠吉介绍，院前急救的关键，除了尽快就医，还包括及时给予心肺复苏和AED除颤。厦心深入社区、学校、机关企事业单位等，广泛开展科普宣教和公益培训，不断提升居民健康素养。“近几年，我们接诊了一些在地铁、球馆等场所发生心脏猝死，第一时间得到心肺复苏和AED除颤，并送到厦心救治的病例，预后都很好。”

防治心血管病，定期体检也很重要。对于心血管病高危人群而言，普通体检还不够，最好接受专业的心脏体检，做到早诊早治。

## 80台AED布设岛内 生命急救更有保障

本报讯(记者 楚燕 通讯员 崔群毛)厦门弘爱医院昨日举办“健康厦门 与爱同行——自动体外除颤器(AED)公益捐赠仪式”，助力健康厦门建设，共创新闻典范城市。

2020年，厦门弘爱医院联合厦门建发集团共同启动健康守护公益项目，由建发集团捐赠AED设备，厦门弘爱医院配套公益急救培训。该项目首批捐赠20台AED设备，昨日再捐60台。这80台AED设备布设在厦门健康步道、厦门市植物园、BRT沿线等

人流密集的公共场所。同时，该项目截至目前已公益培训5000余人次学习使用AED设备、掌握人工心肺复苏术技能，以更好地保障市民和游客的生命安全。

调查显示，我国每年发生54.4万例心源性猝死。AED设备能显著提高院前急救效果，防止猝死，而且普通人经过简单培训也能学会使用。

近年来，厦门以建设高水平健康之城为目标，逐步在全市公共场所配备AED设备。建发集团积极践行“回

报社会，服务社会”的公益理念，积极捐赠AED设备，展现国企担当。

厦门弘爱医院院长应敬刚介绍，除了配置设备，急救人员的培训也极其重要。厦门弘爱医院1500名在职医护人员均接受过专业急救培训。目前，厦门弘爱医院与相关公益组织联合开展近100次公益培训，帮助更多社会志愿者学习AED设备操作和人工心肺复苏术。“希望厦门市民主动学习AED设备的使用，加入志愿急救队伍，让我们的城市更加安全。”

### 关于征集2022年厦门市海洋与渔业发展专项资金项目的通知

为贯彻落实“海洋强国”战略，推动我市海洋经济高质量发展，不断做大做强海洋新兴产业，厦门市海洋发展局决定开展厦门市海洋与渔业发展专项资金项目征集工作，现将有关事项通知如下：

一、申报要求。请有意向申报的项目单位根据《厦门市海洋与渔业发展专项资金管理办法》(厦海规〔2020〕4号)和《厦门市海洋与渔业发展专项资金项目指南》(厦海〔2021〕42号)文件要求，如实填写单位和项目信息，向海洋发展局报送项目可行性研究报告(见附件3-4)。

二、申报时间。常年接受申报，近期集中受理，请有意向申报的项目单位将申报材料电子版和加盖公章纸质版报送至我局。

附件：1.《厦门市海洋与渔业发展专项资金管理办法》(厦海规〔2020〕4号)；2.《厦门市海洋与渔业发展专项资金项目指南》(厦海〔2021〕42号)；3.海洋经济发展重大示范项目可行性研究报告；4.海洋科技成果转化与产业化示范项目可行性研究报告；5.厦门市海洋与渔业发展专项资金项目预算编制说明。

以上附件请登录厦门市海洋发展局网站或公众号、厦门市发展和改革委员会网站、厦门南方海洋研究中心公众号查询下载。

联系人：吴国立 电话：0592-5108256  
邮箱：hjl\_kyb@xm.gov.cn  
地址：厦门市长青路191号劳动大厦8楼819室  
**厦门市海洋发展局**  
2022年9月26日

### 分类广告

581901  
550633

#### 公告启事

##### 遗失声明

本人叶树其(身份证号：352229198311020511)不慎遗失由厦门市滨溪置业有限公司开具的同安溪望项目11号楼A梯1层103室厦门增值普通发票，发票代码：035022100105，发票号码：07467816、00053553，特此声明。

##### 遗失声明

厦门英才学校：陈嘉新厦门市政府非税收入专用票据闽财(2008)票字第09号00596090发票遗失，声明作废。

##### 声明

谢珠璇(已故，女，汉族，福建省厦门市海沧区石塘村东坑人，原户口地址：福建省厦门市海沧区石塘村东坑112号，身份证号码：350211370913454)与谢珠璇是同一人。

代声明人：林明章

##### 遗失声明

柯达(中国)图文影像有限公司遗失董事会内部印章一枚，声明作废。

##### 遗失声明

厦门市雪莲贸易有限公司不慎遗失公章壹枚，声明作废。

### 诊室故事

地点：厦门大学附属第一医院儿内风湿免疫专科门诊  
时间：9月3日

## 花季少年没“脸”见人 医生妙手揪出“真凶”

少年患的是罕见的SAPHO综合征，为一种炎症性骨病

本报记者 楚燕 通讯员 罗超

9月3日，在厦门大学附属第一医院儿内风湿免疫专科门诊，14岁的小鹏面对医生的询问回答自如，举手投足间充满自信，帅气的脸上不时绽放灿烂的笑容。而就在一年多前，小鹏第一次踏足这间诊室时，坐着轮椅，脸上痤疮密布，手脚剧烈疼痛，说起话来声若蚊蝇。

小鹏患的是罕见的SAPHO综合征，经过一年多的治疗。目前他各项指标检查都恢复正常。用小鹏的话说：“现在终于不再觉得没‘脸’见人了。”

### 花季少年“面子”“里子”都出问题

一年多前，小鹏脸部、背部长满痤疮样皮疹，不痒也不痛，辗转多家医院，当作青春痘治疗了一段时间，皮疹没有缓解，还愈演愈烈。有些疹子带有脓包，一挤，乌黑的液体就流出来。小鹏感觉自己的“面子”荡然无存，自信心跌到了谷底，越来越沉默寡言，连学校也不想去了，成天戴着口罩不肯摘下来。

然而，更糟糕的是小鹏的手脚开始剧烈疼痛，渐渐地无法正常行走，连躺着也痛。“那时他痛得整夜翻来覆去睡不着，我和他爸爸在旁边心疼得直掉眼泪。”小鹏的妈妈回忆起辛酸往事，仍心有余悸。就这样，小鹏“面子”没了，“里子”也出了问题，每天活得痛苦不堪。

去年元旦期间，小鹏坐在轮椅上，由妈妈推着来到厦门大学附属第一医院儿内，找到儿童风湿免疫专家肖继红主任医师。“孩子被疾病折磨，受到很大打击，不怎么吭声，回答问题声音很小，得把耳朵凑到他嘴边才能听到。”肖继红对当时的情形记忆犹新。

### 揪出幕后元凶SAPHO综合征

详细了解小鹏的病情后，肖继红初步判断是自身炎症性骨病。

痤疮怎么演变成了骨病？小鹏的妈妈很是纳闷。很快，入院后的检查证实了肖继红的诊断。小鹏全身多处干骺端骨髓炎改变，结合重度痤疮、骨痛病史，最终诊断为SAPHO综合征。

“由于病因尚不明确，且发病率低，SAPHO综合征患者经常被误诊。”肖继红表示。

罪魁祸首揪出后，医生给予抗炎和免疫抑制治疗，小鹏的四肢疼痛得到缓解，面部及背部的皮疹也明显改善了。他重拾自信，投入正常的生活和学习当中，整个人变得开朗了不少。

“现在他再也没有喊痛了，脸上的痤疮也没再长了，原来的痤疮印也慢慢淡化。”小鹏一家终于放心了。

### 医生手记

## 长痤疮骨头疼 小心里患上SAPHO

肖继红 厦门大学附属第一医院儿内科主任

SAPHO是以滑膜炎、痤疮、脓疱病、骨肥厚和骨炎这几种病变的英文单词首字母命名。SAPHO综合征是一种罕见的慢性免疫介导的疾病，据国外报道患病率低于1:10000，以中青年女性多见。本病发病机制尚不清楚，与一定遗传易感基础上发生自身免疫介导的炎症有关。

SAPHO综合征主要表现为皮肤与骨关节的慢性无细菌性炎症，皮肤表现主要为脓疱疮和重度痤疮，女性患者指指脓疱疮发生率较高，男性以痤疮表现多见，皮肤病变发病率为20%-60%。骨关节炎主要表现为滑膜炎、骨肥厚和骨炎，多表现为受累部位疼痛、肿胀及活动受限，外周及中轴骨均可累及。最常见的骨受累为胸锁骨，其次为脊柱、骨盆、长骨，其中儿童和青少年以长骨干骺端病变为主，骨病变的发病率为90%。骨关节炎和皮损两大典型表现不一定同时出现，二者相隔时间最长报道甚至达到20年。

该病患病率低，临床表现多样且不典型，有较大差异性，加上病人往往先在皮肤科或骨科就诊，风湿科首诊率低，因此极易出现漏诊和误诊而不能得到及时治疗，给患者造成身心障碍。该病需长期用药，小鹏曾用自行停药2个月，结果皮疹、关节痛再度暴发。厦大附属第一医院儿内风湿免疫科是福建省首个儿童风湿免疫专科，全省90%的患儿在这里医治。目前我们接诊了五六例像小鹏这样的患儿，均取得满意疗效。

### 公告

张跃明、张跃进及张清年的其他继承人：  
根据《湖里区人民政府关于五缘湾营运中心二期旧村整村改造下边地块项目集体土地房屋征收公告》(厦府湖〔2021〕37号)，需征收你方坐落于湖里区五缘湾下边社区下边社267号房屋。请你方在接到本通知后，分别于2022年10月9日、11日、13日10:30携相关权属证明及关系证明材料前往五缘湾泗水道617号宝拓大厦1601-1602会议室进行商谈(联系人：钟艺超 联系电话：15659660420)。

若商谈不成有关部门将按《厦门市集体土地上征收与补偿若干规定》第二十四条规定执行。特此通知!

厦门市湖里区人民政府金山街道办事处  
2022年9月28日

### 说话突然变成“烟嗓” 警惕喉癌作怪

医生建议高危因素人员半年至一年检查一次

本报讯(记者 刘蓉 通讯员 周美玲 倪晶莹)不少人认为抽烟的人说话声音低沉哑，有点“烟嗓”没什么，甚至还有人觉得好听有磁性。近日，厦门市中医院接诊一位“烟嗓”患者，高度怀疑他患上了喉癌，并及时进行了手术治疗。

年过半百的张先生是40多年的资深烟酒爱好者，不仅加班熬夜，更爱烧烤小龙虾。1年前，张先生经常出现声音嘶哑的症状，在检查出声带息肉后进行了手术治疗。但他并没有因此改变以往的生活习惯，依然吸烟、喝酒、嗜辣，声音嘶哑等咽喉不适症状很快再次席卷而来，持续了数月均无好转，转至厦门市中医院高金虎副主任医师处，电子喉镜及NBI检查(内镜窄带成像技术)均提示高度怀疑喉癌，近日，高金虎通过激光为张先生切除病灶。

那么是不是只要出现声音嘶哑就一定会变成喉癌呢？高金虎列出一些常见症状供市民自我诊断参考，他表示，不必过度惊吓，但如果出现以下症状就需要立即前往医院诊治：

1.痰中带血：由于肿瘤生长迅速，且血供丰富，当血管受到侵蚀，即可在初期出现痰中带血的典型症状。

2.声音嘶哑：多见于肿瘤病位在声带或当肿瘤侵犯声带之时，患者即可出现声音嘶哑，讲话费力，并逐步加重、长期难愈。

3.颈侧肿块：声带癌由于解剖上的原因很少早期发生颈部淋巴结转移，但声门上区、下区的喉癌可能以同侧或双侧颈侧出现肿大的转移性淋巴结引起患者或医生的注意。

4.喉部疼痛或异物感：当肿瘤表面产生溃疡或吞咽刺激神经时，可引起喉痛或者异物感。

对于中老年男性，具有长期吸烟饮酒史、喉癌家族史、接触化学品等高危因素的人员，高金虎建议半年到一年前往医院检查一次为宜。目前检查喉癌最直接的手段是做电子喉镜及NBI，目前电子喉镜检查简单方便，且图像清晰，可以发现很多早期病变。另外，还有颈部检查、影像学检查等方法可辅助诊疗。



### 厦门疾控发布健康提醒：有涉疫城市旅居史 请主动报备

本报讯(记者 陈苑)9月27日全国新增报告119例本土确诊病例，625例本土无症状感染者，涉及22个省份。

天津河东区、南开、红桥区、津南区，贵州毕节市，湖北武汉市等地根据《新型冠状病毒肺炎防控方案(第九版)》相关规定新增划定高、中、低风险区。

市疾控中心提醒广大市民：

1.我市实行免费核酸检测服务(部分核酸检测点延长至20时)，国庆假期及前后，鼓励群众每72小时进行一次核酸检测。

2.所有入(返)厦人员抵达后应立即在一场两站(飞机场、火车站、汽车站)进行落地检(通过自驾等其他方式的第一时间就近检测)，并在第三天再检测一次(免费)。此间，非必要不参加聚集性活动、不进入人员密集的公共场所。

3.根据国务院联防联控机制有关部署，9月10日至10月31日，乘坐飞机、高铁、列车、跨省长途客运、跨省客运船舶等交通工具需查验48小时内核酸检测阴性证明。

4.有相关情况人员，请主动报备。报备途径：“i厦门”微信公众号，点击【i服务】→【入境登记】。



扫码了解详情

### 今日我市开放17个疫苗接种点

本报讯(记者 陈苑)今日，我市有17个疫苗接种点提供新冠疫苗接种服务，同步提供3岁至11岁儿童新冠疫苗接种服务。

接种新冠疫苗(含加强免疫)需通过“美丽厦门智慧健康”微信公众号预约或由单位、村居统一组织。市民还可到提供重组新冠病毒疫苗(CHO细胞)的接种点预约接种。



扫码了解详情

### 9月27日0时—24时 我市新增19例境外输入确诊病例

本报讯(记者 陈苑)据福建省卫健委、厦门市卫健委官网消息，9月27日0时—24时，福建省报告新增境外输入确诊病例19例(厦门市19例)。当日报告新增境外输入无症状感染者1例(福州市1例)。

目前，密切接触者、外地通报协查的密切接触者及其共同居住家属正在接受集中医学观察1640人。