

# 新冠诱发心肌炎 概率不比感冒大

医生称,不用过分夸大两者间的关系,感染后必须严格休息



近段时间,“心肌炎”三个字成为热议词。心肌炎并非新冠后的特殊后遗症,实际上,在感冒、流感等常见疾病病愈后,也有一定的几率感染心肌炎。此外,大部分心肌炎患者症状较轻,在得到充分休息后,甚至可以自愈。市民对心肌炎需警惕,但也不必过分担心。  
文/记者 匡惟 通讯员 石青青 刘云芳  
漫画/小牛

## 链接

### “阳了”后心跳加快 不一定是心肌炎

为什么很多人“阳了”之后会心跳加快呢?有人以为是得了心肌炎,其实有多种原因:

**①发热** 体温每升高一度,心率大约增快10次/分,如果伴有发冷、发抖等症状,心率增快幅度可能更高。而体温下降之后,心率就会慢慢恢复正常。

**②服用各类药物** 服用缓解症状的药物中,有些成分可能导致心率增快。例如止咳药里的咖啡因、氨茶碱成分,平喘药、某些雾化吸入的药物等。这些药物可以缓解症状,但是不能杀死病毒。所以应该在有明显症状的时候吃药,否则吃了药帮助也不大。

**③血容量不足的躯体反应** 感染后,因为进食不足、腹泻、呕吐、感染或药物导致胃肠道反应等,可能引发一定程度的血容量不足,心率会代偿增快。因此,在感染期间,应该适当增加饮水,少吃多餐,甚至可以喝口服补液盐。

**④各类疼痛导致心率增快** 不少人在感染新冠后经历了“上面开颅,下面锯腿,后面砍腰,前面剖腹,刀割喉咙”的各种疼痛,这些疼痛足以刺激心率增快。

**⑤躯体对病毒感染的应激反应** 感染病毒后,人体免疫系统激活,免疫激活本身可能伴随基础心率增快。

**⑥严重缺氧** 这是比较严重的心率增快的诱因,通常伴有呼吸急促、严重咳嗽、肺部影像改变等,俗称重症感染。

**⑦心肌炎** 心肌炎通常发生在病毒感染后期或1-2周后,除了心率增快,心电图会有变化,心肌标志物会显著增高。

(据健康时报)

## 案例

### 感染新冠后突发心肌炎 使用ECMO救回患者性命

近日,30多岁的阿艺(化名)在感染新冠后的几天后,突发心悸、胸闷、气喘、呼吸困难,被120送到厦门大学附属中山医院就诊,检查后发现肌钙蛋白数值爆表,患上了心肌炎。患者血压低、血氧差,处于休克状态,随时有生命危险。

医护人员为其进行气管插管辅助呼吸,药物强化治疗。心内科副主任医师贾春文团队在与家属交谈之后,必要时选择使用ECMO(体外膜肺氧合)进行治疗,所幸救回阿艺性命。

### 初中生心肌炎治愈后 不好好休息险些复发

初中生小姚(化名)患上心肌炎,到厦门大学附属心血管病医院(简称厦心)就诊,因程度不重且及时就诊,经过治疗后顺利出院。但好强的他面临中考,在休息半年后,又重新恢复备考状态,每天睡眠时间不足6小时,同时开始体育锻炼。

小姚每三个月会找厦心内科副主任医师郭惠娇复查,上次复查时,磁共振结果显示心肌再度水肿,意味着心肌又进入急性状态,郭惠娇严厉劝阻了他的行为:“运动绝对不能再做,必要时我们可以开证明免除体育考试。还有,作业可以有选择地做,保证休息才是第一位。”

## 分析

### 新冠后患上心肌炎 绝大部分属于轻症

贾春文和郭惠娇两位心内科医生都表示,近段时间,心肌炎的患者数量有所增加。不过,虽然新冠可能诱发性心肌炎,但不用过分夸大新冠与心肌炎之间的关系。

贾春文说,“其中病毒感染是引发心肌炎的主要原因之一。感冒也有可能诱发性心肌炎,在我们临床中也曾有接诊过多例这样的病例。”郭惠娇也说,新冠后诱发心肌炎的概率不见得比感冒或流感更多,只是近段时间新冠感染基数大,患上心肌炎的总人数才有所增加。

另一方面,新冠后患上心肌炎的患者绝大部分属于轻症患者,致命性不高,甚至不需要特殊治疗,主要是通过良好的休息来恢复即可。

### 年轻人免疫系统活跃 更容易诱发心肌炎

“病毒性心肌炎多发于青少年、青壮年。”郭惠娇解释,病毒性心肌炎的致病机制有两种,一种是病毒直接损伤心肌,另一种则是因身体免疫系统攻击,引起的心肌损伤,而年轻人免疫系统更为活跃,在与病毒斗争中,产生比较强的免疫反应,从而诱发心肌炎。

“除了病毒以外,放射线、肿瘤化疗药物等也是较为多见的心肌炎的诱发因素。”郭惠娇介绍。贾春文说,还有细菌、寄生虫等也可能诱发心肌炎,无关年龄、性别,任何人群都有可能得心肌炎,有基础疾病、体质较弱者、长期熬夜及过度疲劳,更是心肌炎的高危人群。

### 心肌炎患者分为三类 爆发性心肌炎最严重

郭惠娇介绍,心肌炎患者一般分为三类,轻症、重症、爆发性心肌炎。轻症患者心肌损伤范围较小,没有引起胸闷、心率失常等症状,部分患者甚至不知道自己患过心肌炎。这部分患者不需要特殊治疗,在休息之后,心肌炎自行痊愈。重症心肌炎患者的心肌损伤范围较大,病情可能随时发生变化,需要及时就诊进行治疗。爆发性心肌炎则是最严重的一种,短时间内患者心肌大面积受损,心脏这个“收缩泵”无法顺利收缩,患者被送往医院时,往往已经出现心源性休克,此类心肌炎恶性程度高,死亡率高。

“爆发性重症心肌炎可以导致全身多器官损伤,甚至需要使用被称为拯救生命的‘最后一根稻草’的ECMO救命。”贾春文也提到,“其早期临床表现甚至可能不典型,容易被忽略,但是这是最为凶险也是最需要警惕的一类心肌炎。”

## 提醒

### 养成良好生活习惯 做到不熬夜不喝酒

不过,在被查出心肌炎后,即便只是轻症,也应当好好休息。“必须更严格的休息,一旦放松警惕,很可能就会再度复发。”郭惠娇说,“一部分患者症状较轻但没有得到及时救治,或是病程较长无法自愈,导致疾病进入慢性期,心脏慢慢扩大、变薄,最终发展为扩张型心肌病。”

贾春文提醒,轻症心肌炎患者饮食上以低盐、低脂、高蛋白为宜,最重要的是不要进行剧烈运动,不进行重体力劳动,同时养成良好的生活习惯,不熬夜、不喝酒。

### 若患有其他基础疾病 会有病情加重的风险

若呼吸道感染后有胸闷、气促、头晕、眼花、晕厥及呼吸困难等症状,很可能是并发心肌炎,应立即就医,进行相关辅助检查。此外,虽然新冠直接诱发心肌炎的发生率不高,且大多数症状较轻,但是原本患有冠心病、心衰、高血压、糖尿病及恶性肿瘤等疾病的患者仍需要警惕,多种原因相互作用下,会有病情加重的风险。

### “阳康”后恢复运动 需要时刻注意心率

“阳康”后究竟什么时候才能运动?贾春文说,自己觉得体力有所恢复后,可逐渐开始运动,可从较为缓和的太极拳、八段锦等运动做起。

运动时,需时刻注意自己的心率、呼吸变化,一般心率数值控制在“190-年龄”这个范围。举个例子,如果是40岁的人,运动后心率应当控制在150次/分钟以下。如果出现心率过快、气喘,甚至呼吸困难,务必终止运动。

### 厦门思明瑞来春 中医门诊部

(闽-厦-思)医广[2022]第04-27-02号  
电话:0592-5363903  
地址:湖滨北路育秀中心裙楼1-2楼  
(体育东村公交站旁)