

MATTERS OF THE

HEART

心脏问题



心搏骤停

- SCA是一种心脏停止搏动、血液停止流向大脑和重要器官的情况
- SCA通常是由心脏的电紊乱引起的, 这种电紊乱会中断泵血, 而心脏病发作则是由心脏血流受阻引起的。
- 如果不在几分钟内治疗, SCA会导致死亡。
- 疾病控制中心估计, 美国每年有2000名25岁以下的患者死于SCA。
- 运动员SCA的原因尚不清楚, 然而, 有潜在心脏病的年轻运动员在剧烈运动中的风险更大。

心脏震荡

- 心脏震荡是由非穿透性的钝性外力打击在胸口位置引起的。它能够造成室性心律失常, 即便是健康的心脏。
- 在那些由于心源性猝死的年轻远动员中, 20%是由心脏震荡造成的

做好心脏急症的准备

- 学校、俱乐部和体育设施应制定应急行动计划, 包括SCA的应急行动计划。
- 所有进行体育活动的场所均应配备自动体外除颤器 (AED), 并且保证急救人员能够在1-3分钟内取得AED设备
- 学校、俱乐部和体育设施的工作人员应接受心肺复苏培训。
- 当提供心肺复苏术, 并在晕倒后的前3至5分钟内实施AED自动体外除颤器时, 据报告心脏骤停的存活率高达74%。

运动员心血管疾病筛查

- 运动员应在参加运动前进行心血管检查。
- 心血管疾病筛查的最低标准应包括全面的病史、家族史和体检。
- 心电图检测能够帮助诊断那些高风险的潜在心脏问题。由于费用、医疗基础设施和对心电图检测技术敏感性和特异性的顾虑, 目前并没有心电图检测的标准规范。

运动员心搏骤停的症状与体征

男运动员	女运动员
胸痛、耳痛或颈痛	反复出现胸痛
剧烈头痛	晕眩
过度呼吸困难	呼吸短促伴有或无不适
隐约不适	有压力, 挤压, 胀满
头晕, 心悸	恶心、呕吐
异常疲劳	出冷汗
消化不良, 胃灼热	手臂、背部、颈部、下巴或胃部疼痛或不适

注意: 许多年轻的心脏骤停患者在心脏骤停发生之前可能没有任何症状。