

# 明明是“顶级运动员心跳”却很危险

## 有这个特征的人猝死风险高



图据AI生成

本报讯(通讯员 王蕊 张文明)64岁的老宋怎么也没想到,自己一直引以为豪的慢心跳,在浙江大学医学院附属第一医院国际保健中心做体检时竟然直接亮起“红灯”。

老宋多年来竟从未接受过系统体检。直到最近,他才在生意伙伴的“安利”下来做了人生第一次全面体检,结果一出老宋就被医生“留”下了,国际保健中心通过绿色通道安排心血管内科郑良荣主任医师看诊。老宋的24小时动态心电图显示,平均心率只有54次/分,夜间心跳最长停跳3.5秒,超声心电图还发现左

心室心肌异常增厚。

“正常人平均心跳是60-100次/分,只有顶级运动员心跳才会比常人慢,这难道不是证明我的身体好吗?”老宋心中疑惑。郑良荣严肃地叮嘱:“你这种情况绝非和运动员一样因为长期运动训练心脏强健而心率比正常人低,而是病态窦性心律过缓合并心肌增厚,必须高度重视。”

考虑到老宋症状不明显,郑良荣嘱咐他日常生活中避免剧烈运动,每年要做一次超声心电图,3-6个月复查24小时动态心电图,如有晕厥或黑蒙症状,应考虑安装起搏器。

“不是这次体检,我可能还蒙在鼓里,说不定哪天就……”回忆起这次体检经历,老宋心有余悸。

郑良荣表示,在临床上,不少自认为心跳慢是心脏强健表现的普通人,实则存在心肌结构异常或心脏电传导系统病变,而这些隐患在早期往往被低心率的表象所掩盖。

同样是低心率,如何区分是生理性还是病理性?生理性低心率是指经过长期系统训练的运动员,心脏会发生适应性改变,表现为心肌收缩力增强,每搏输出量显著增加。当心脏每次能泵出更多血液,自然可以用更低的心率满足全身供血需求。而病理性低心率则是指当心脏自身病变导致的心率降低,还会伴随一些典型症状,如供血不足导致头晕、乏力、眼前发黑,甚至晕厥;心脏结构异常,肥厚型心肌病患者的心肌异常增厚;发生传导阻滞风险,如老宋这样夜间出现长间歇停跳,存在突发性心律失常甚至猝死的高风险。

### 日本女性平均寿命连续40年居世界首位

据日本厚生劳动省发布数据显示,去年日本人平均寿命为女性87.13岁,男性81.09岁,与上一年的结果相比,女性平均寿命下降0.01岁,男性没有变化。在统计并公开国民平均寿命的国家中,日本女性平均寿命已连续40年位居世界首位,日本男性平均寿命则位于瑞典、瑞士、挪威等国家之后,排在世界第六。

统计结果显示,去年的国民平均寿命虽与前年基本持平,但去年因心肌梗塞等心脑血管疾病死亡的人数减少的同时,因自然衰老死亡的人数增多。 据环球网

### 特殊手环通过手势实现人机交互

美国Meta公司推出的全新神经运动手环,能让用户通过手写动作这类手势与计算机进行交互。

该装置利用蓝牙接收器与计算机通信,能实时识别手势,实现对一系列计算机交互的省力操控。这些操控可用于完成虚拟导航和选择任务,以及每分钟20.9个单词的手写文本输入(手机键盘打字速度平均为每分钟36个单词)。

该神经运动手环为身体机能各异的人士提供了一种可穿戴的计算机通信方式。神经运动接口很适合进一步研究,以探索该技术的可及性应用,如改善行动力下降、肌无力、手指截肢、瘫痪等人群与计算机的交互。 据《科技日报》

## 蹚水湿鞋后要防“脚病”

本报讯(通讯员 边可 潘金波)近日,吴阿姨在上班途中蹚过几个水坑。忙于工作的她,穿着湿漉漉的鞋袜忙碌了一天。次日,她感觉体温越来越高,左腿又红又肿,赶紧“拐”到了杭州市第三人民医院。

经医院皮肤科边可主治医师诊断为患上了丹毒。丹毒大多是由乙型溶血性链球菌感染引起的一种急性感染性皮肤疾病,最常见的感染部位是下肢和面部,局部淋巴结也会肿大。糖尿病、下肢静脉曲张患者等,更容易会让危险顺着伤口进入淋巴管,引发丹毒。

丹毒本身若及时治疗,危险性相对不大,但其并发症可能引起严重后果,特别是婴幼儿、老年人和体弱者。严重者可能发展为败血症或脓毒血症,危及生命。

除了丹毒,道路积水、不明水洼中还藏着其他危险。医院重症医学科曾接诊过一位50多岁的患者,他不明原因出现发烧、头痛、小腿痛等症状。医生得知高烧40℃的他有暴雨后赤脚下田清淤的经历。经检查,患者最终确诊为钩体病。

潘金波主任医师介绍,钩

体病是钩端螺旋体感染引起的急性传染病,典型症状为高热、头痛、眼结膜充血、小腿痛、乏力等;病情严重者可出现黄疸、肾功能不全和出血倾向等症状,常被称为Weil综合征。无论有无黄疸,弥漫性肺出血正越来越被认为是重症钩体病的重要致死性表现,发病率虽较少见,但致死率高达50-70%。钩端螺旋体大多数寄生在老鼠、猪、狗等动物体内。而当人的免疫力低下或者皮肤有破损时,接触到被感染的鼠类和猪的排泄物污染的水体就就可能被感染。