

## 他 42 歲天冷晨跑突昏倒 失去意識險猝死

2019-03-13 11:53

聯合報 記者余采澄／即時報導

42 歲上班族李男一向有晨跑習慣，上月初清晨和太太去運動場跑步，運動一半時突然昏倒，並失去意識，好在同行友人立即施行心肺復甦術，並通知救護車送往大甲李綜合醫院，經診斷為急性心肌梗塞，立即施行心導管手術保住性命，目前已平安出院。

大甲李綜合醫院心臟內科醫師馮致中表示，許多年輕人平時根本沒有不適症狀，竟也是急性心肌梗塞的高危險族群，且往往不自知，通常一發作就是猝死。造成急性心肌梗塞發作的元凶，包括心臟冠狀動脈狹窄、血管斑塊突然破裂。如果之前有心臟冠狀動脈狹窄，就可能在發作前一段時間，大概是半個月至一個月前持續胸悶、喘不過氣，甚至因冠狀動脈狹窄的嚴重程度，使得這些前兆有日漸加劇的情況。

年輕人由於體力好、工作繁忙，使得症狀不易察覺，通常有症狀也因工作繁忙一再延遲未就醫。一個月前，李太太覺得李男運動時臉色不好，已警覺有問題，但未抽出時間看醫生，直到發病差點發生不幸的事。

馮致中提醒「預防勝於治療」不是標語而已，每年定期體檢，包括一般體能、血液、生化(包括空腹血糖、糖化血色素、低密度膽固醇、腎功能等)，還有十二導程心電圖，以了解是否有心肌梗塞的危險因子，若有異常要積極與醫師討論控制與治療，不要只檢查而不治療。

馮致中說，大家都知道運動的重要性，卻忽略「安全的運動」，包括不要在天冷、太熱、及下雨天運動，運動前要熱身，運動後也要緩身再休息，任何時刻若出現視力模糊、四肢無力、胸悶、呼吸不順甚至喘、或與往常不一樣的感覺時，都應立刻停止運動並立即就醫，以避免不幸事件發生。



大甲李綜合醫院心臟內科醫師馮致中提醒，「預防勝於治療」不是標語而已，每年要定期體檢，每年定期心臟檢查預防心肌梗塞，有異常要積極與醫師討論控制與治療。圖／大甲李綜合醫院提供