胸痛不只是心脏的事！盘点胸痛背后的“五大元凶”

贾春艳
（深圳市龙华区中心医院急诊科，广东深圳 518000）

在急诊科，每天都能遇到捂着胸口、脸色苍白冲进诊室的患者，他们大多第一反应是“我是不是心梗了？”。确实，心脏问题引发的胸痛常常危及生命，但是，胸痛并非全是心脏惹的祸。如果只盯着心脏，很可能错过其他致命性疾病的最佳救治时机。本文将带大家认清胸痛背后最常见的五大元凶，教你学会初步辨别，关键时刻能救命。

1 心绞痛及心梗

提到胸痛，心绞痛和心梗是大家最熟悉的危险分子，二者都与冠状动脉供血不足有关，但疼痛程度和紧急性天差地别。



心绞痛多在劳累、情绪激动或寒冷天气时发作，疼痛位置通常在胸骨后或心前区，就像有只无形的手紧紧压榨着胸口，还可能伴随左肩、左臂内侧甚至下颌的放射性酸痛，一般持续 3~5 分钟，休息或含服硝酸甘油后能快速缓解。

而心梗的疼痛则是升级版，往往毫无征兆突然发作，疼痛程度更剧烈，那种压榨感会变成撕裂般或窒息般的痛苦，即使静止不动也无法缓解，持续时间通常超过 20 分钟，还可能伴有大汗淋漓、恶心呕吐、呼吸困难甚至意识模糊。这时必须立即拨打 120，每延迟 1 分钟，心肌细胞就会大量坏死，错过黄金 4 小时救治时间，可能留下终身心衰的后遗症。

2 肺栓塞

肺栓塞是最容易被误诊的胸痛原因之一，它发作时可能没有典型症状，但死亡率却很高。这类患者大多有长期卧床、久坐（比如长途坐车、坐飞机）、下肢静脉曲张或近期手术的经历，因为这些情况容易导致下肢深静脉血栓形成，血栓一旦脱落，就会随着血液流到肺部，堵塞肺动脉，引发胸痛。

肺栓塞的胸痛有个明显特点：与呼吸相关。患者吸气时会感到胸口针刺样疼痛，不敢深呼吸，同时还会伴有呼吸困难、咳嗽（有时咳血）、心跳加快等症状。需要提醒的是，肺栓塞的胸痛容易被误认为是胸膜炎或肌肉痛，如果有高危因素，出现这类症状一定要及时做肺部 CT 血管造影检查，避免漏诊。



3 主动脉夹层

主动脉夹层堪称胸痛中的致命炸弹，它是由于主动脉内膜破裂，血液进入主动脉壁内，把主动脉分成真假两腔，一旦主动脉完全破裂，患者会在几分钟内死亡，死亡率较高。这类胸痛的特点是突发、剧烈、撕裂样，疼痛通常从胸骨后或心前区开始，迅速蔓延到背部（尤其是肩胛骨之间），甚至到腹部、下肢，患者会感觉像被刀从胸口划到后背，同时伴有血压急

作者简介：贾春艳，主管护师，研究方向：急危重症患者急救护理。

剧升高（即使服用降压药也难以控制）、大汗淋漓、焦虑不安等症状。这类情况必须争分夺秒，一旦怀疑是主动脉夹层，要立即让患者保持安静、控制血压，同时联系心外科准备手术。



4　气胸

气胸多见于年轻人，尤其是瘦高体型的男性，常发生在剧烈运动（如打篮球、跑步）、咳嗽、提重物或突然用力后，由于肺部肺大泡破裂，空气进入胸腔，压迫肺组织，导致胸痛和呼吸困难。

气胸的胸痛多为单侧，疼痛位置固定在患侧胸部，呈胀痛或刺痛感，患者会感觉胸口发闷，喘不上气，咳嗽或深呼吸时疼痛会加重。需要注意的是，气胸如果不及时处理，肺部压缩越来越严重，可能导致呼吸衰竭，尤其是张力性气胸，会迅速导致休克，必须立即穿刺排气急救。

5　食管疾病

除了心脏和肺部问题，消化道疾病也会引发胸痛，最常见的是胃食管反流病和食管溃疡，这类胸痛容易被误认为是心脏病，临床上经常遇到患者因为胸痛挂心内科号，最后发现是食管出了问题。

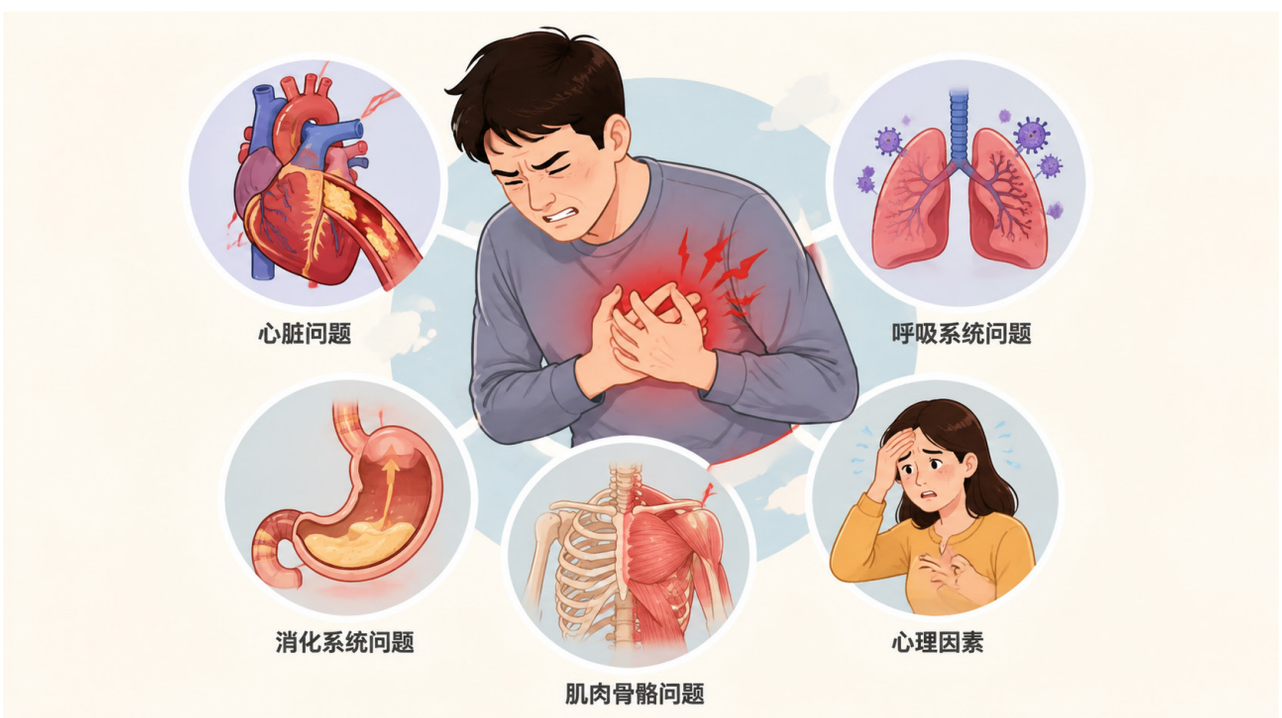
食管疾病引发的胸痛多位于胸骨后，伴有明显的烧灼感，也就是大家常说的烧心，同时可能伴有反酸（胃酸反流到咽喉部，感觉嘴里发酸）、吞咽困难或吞咽时疼痛加重等症状。这种胸痛通常在饭后半小时到 1 小时出现，尤其是吃了辛辣、油腻食物或弯腰、平躺时会更明显，而站起来走动或服用抑酸药（如奥美拉唑）后，症状会有所缓解。需要提醒的是，如果胸痛伴有烧心、反酸，且与饮食、体位相关，不妨先去消化科检查，避免不必要的心脏检查。

6　胸痛的正确行动指导

（1）立即停止活动。不管是在走路、工作还是运动，出现胸痛后要马上停下来，找个安静的地方坐下或躺下休息，避免加重心脏或肺部负担。

（2）观察伴随症状。记住胸痛的位置、性质（是压榨感、刺痛感还是撕裂感）、持续时间，以及是否伴有呼吸困难、咳嗽、咳血、反酸、血压变化等，这些信息能帮助医生快速判断病因。

（3）及时拨打 120。如果胸痛持续超过 5 分钟



不缓解，或者疼痛剧烈、伴有上述危险症状，务必立即拨打 120，不要抱有再等等看的侥幸心理，更不要自己开车去医院，以免途中发生意外。

（4）避免盲目用药。除了明确是心绞痛（有既往病史，且症状典型）可以含服硝酸甘油外，其他情况不要随便吃止痛药或心脏病药物，比如肺栓塞、主动脉夹层患者服用硝酸甘油可能会加重病情，掩盖症状。

胸痛就像身体发出的红色警报，它可能是心脏的求救信号，也可能是肺、主动脉、食管等器官出了问题，每一种元凶都可能危及生命，容不得半点忽视。胸痛不只是心脏的事，也不是忍忍就能过去的小事。当胸痛来袭时，正确的做法是不恐慌、不拖延、早求救，及时就医，才能在关键时刻守住生命健康。