



不知从何时起，“压力山大”成了都市白领自嘲的流行语。

最新的一项“2012关爱职场白领、关注白领健康调查”显示，2/3的受访者认为自己的身体状况处于亚健康状态，危害身体健康的主要因素中，工作压力、环境污染和缺乏锻炼位列前三。

然而这些危害因素，最终导致了“过劳死”。据调查数据显示，我国每年过劳死60万人。一时间，“过劳”一词让无数人谈之色变。

记者 董亚飞 李鹏云

一份针对白领的健康调查显示 超半数受访者自认亚健康 工作压力和缺乏锻炼是危害健康的主要因素 晚报提醒：再忙也要歇一歇

过劳是促使疾病突发的诱因

近年来，“过劳死”成为一个威胁职业人群健康甚至生命的名词。然而，医学专家并不这样简单认为。

“并不是每一个承受相同过劳负荷的人都会‘死’，同样环境下，为何他周围的同事都安然无恙？大部分‘过劳死’中壮年本身就潜伏有心血管疾病，但很可能他自己都不知道。”郑

州大学第二附属医院内科主任医师邵磊说，自身有基础病是主因，而过劳则是促使疾病突发的诱因。“患有血管病变、冠心病、主动脉瘤等心脏疾病的人群，血压非常容易受情绪以及体力影响而波动，太过高压、劳累势必导致短时间内血压急剧升高，从而导致心脏供血不足，引发猝死。”邵磊说。

四大人群谨防“过劳死”

“其实绝大多数猝死的人群在之前就有发病先兆，如胸闷、心绞痛等，而且只要稍事休息就能缓解此类迹象，但很多人都忽略了这个危险‘信号’，一旦恢复没事就继续从事繁重工作，没有考虑是否存在心血管疾病的可能。”河南省中医院内科主任医师史小青说，临床发现，越来越多30~40岁的男性开始出现冠心病，“一般而言，男性比女性早发病十年左右，女性受雌激素水平保护，多在绝经后发生冠心

病，而男性则中壮年已可能有心脏病潜伏体内，但很多人则没有察觉。”

她指出，以下四大危险因素占据一项以上者都属于高危人群：高血压患者、高血脂患者、糖尿病患者、吸烟者。“家族史里有男性早于45岁前发生冠心病、女性早于55岁发病者，而自己年龄也已达到中壮年，就应纳入高危人群范畴，这些人群每年体检都不能省略心脏检查，而且平时应密切留意自身是否有心血管疾病引起的不适。”

“张褒佳式好医生”名医系列 之 陈秋生 仁心仁术 为患者撑起一片蓝天

俗话说，生命只在呼吸间。顺畅的呼吸是人体最基本的需求，也是健康的首要条件。可是，就有这么一群人，他们常年承受着不能自由呼吸的痛苦。直到遇到了这么一位医者，从医二十多年来，和他的团队一起，让无数受呼吸系统疾病困扰的患者享受自由顺畅的呼吸，深得患者的爱戴与尊重。他就是郑州大学附属郑州中心医院呼吸内科主任陈秋生。 记者 董亚飞 李鹏云 通讯员 郜继恩

他与时间赛跑 抢救危重病人

一个普通的凌晨，家住中原区的老李在睡梦中痰堵塞了气管，使脸涨得发紫，昏迷的老李被家人立即送到了郑州大学附属郑州中心医院。正在值班的陈秋生即刻组织医护人员用设备为病人清理呼吸道，灰黄色的浓痰不经意间溅到他身上，但陈秋生此时关注的只是病人的呼吸和面部变化，随着老李脸色的慢慢转红，陈秋生才放松精神关注到自己。而此时已经是上白班医生开始工作的时候。

“来自焦作，患有严重呼吸疾病并发呼吸衰竭的陈小突然发病，面对生死垂危的他，陈秋生全力抢救，将陈小从死亡线上拉回来。”

“两岁的小美吃糖时一不小心堵住气道，危急情况下陈秋生及时将异物取出。”“39岁的孕妇王琳，由于肺部急性感染，引发呼吸、心跳暂停，陈秋生紧急抢救，使孕妇胎儿脱离了危险……”这种种危急时刻，却是陈秋生这二十多年中一个个普通的工作场景。

“危重病人多是我们科的特点，我们的ICU病房每天都能住满，这意味着作为呼吸科的医生，我们的每一次诊疗，都是在跟时间赛跑，我们所要做的就是跑得快一点、抢救及时一点、用药准一点。迅速帮病人解决呼吸困难的问题，帮助患者正常呼吸。”陈秋生说。

他触类旁通 曾被聘为“非典”“甲流”专家

陈秋生说，由于呼吸内科病人年纪大得较多，很多患者同时患有高血压、心脏病、糖尿病等多种疾病。作为科室主任，不仅要熟练掌握本专业的技术，更要对呼吸系统相关的疾病症状了如指掌。

在呼吸内科住院的70多岁史阿姨头痛好几天，做了头部CT，也没能找到原因。陈秋生凭着多年的医疗经验，将史阿姨头痛的原因集中在眼睛上，并立即请来眼科大夫会诊，最终发现是青光眼引起的头痛。

“在病房中，住院的张放，不经意的一句我最近瘦了十斤，陈秋生帮其发现他已患糖尿病”、“因气胸发作的胡勇，在检查中，细心的陈秋生及时发现了他心脏方面的问题。”他这触类旁通的

“本领”，帮助很多患者及时发现问题，解除病痛。

正是由于他对患者的责任，他积极开展肺功能的测定、呼吸机的使用，特别是重症哮喘、慢性呼吸衰竭的治疗，帮助患者缓解了痛苦，加速了治愈疾病的进程。

正是他这种“多面手”的能力，他被聘为“2003年郑州市防治非典专家组专家”“2009年郑州市防治甲流专家组专家”。

近期，他率先开展的无创气道炎症检查更是市级医院的首创，这项技术被称为“革命性的新技术”，它准确的量化患者气道炎症的严重程度，减少患者使用激素的频率，降低患者的发作率，更是减轻了患者的经济负担，为病人的康复作出了重要贡献。

专家简介



陈秋生 主任医师 呼吸内科二病区主任

擅长呼吸内科常见病、疑难病症的诊疗工作，各种原因引起的肺部感染，慢性支气管炎，慢性阻塞性肺疾病，肺心病，支气管哮喘，间质性肺疾病，肺动脉高压，各种原因引起的胸腔积液，不明原因发热等疾病，擅长呼吸系统疾病介入诊断和治疗、纤维支气管镜的检查和治理、应用机械通气抢救危重病人等。

爱贝美® ARTE COLL

前额皱纹
眉间皱纹
眼角皱纹
下眼睑细纹
鼻唇沟纹
丰盈嘴唇
面部填充
丰盈下巴
颈部皱纹

你的面部年龄 是多少岁?

20多岁白里透红的苹果肌，饱满有弹性的面庞，你想要吗？
30多岁面部下垂，皱纹，没有弹力的面庞，该如何改观？

爱贝美 微整形系列呈现给你

拥有23年全球历史，10年中国历史，5分钟永久性消除一切皱纹，呈现年轻化面庞

30多岁有生机，神采奕奕的面庞你想要吗？

11月10日爱贝美中国首席注射专家王毅超亲临河南整形美容医院，特开通专家绿色通道。
您想要20多岁的面庞吗？拨打电话0371-65311888，或者手机扫描二维码，专家在线为您解答。