中老年人要警惕主动脉夹层

（来源：大众网）

很多人知道心梗、脑梗等心脑血管疾病很严重，但很少人知道主动脉夹层比这些病更为严重。

什么是主动脉夹层

要了解这个病，需先从主动脉说起：人体的血液由心脏搏动，经动脉输送到全身各处，再由静脉回流到心脏，如此循环不息，成为生命的基本特征。动脉犹如树木一般，由主干及若干由大至小、由粗到细的各级分支组成。分布于全身各个部位，联结于心脏左心室承接心脏搏出之血的动脉称为“主动脉”，犹如树木之主干，是人体最粗大的动脉，为心脏搏出之血液输送至全身各处必经之路。主动脉的内膜一旦有了破口，血液便冲入主动脉壁中（注意：是血管的壁中不是血管腔中），并将主动脉血管壁的中层撕裂，撕裂并可沿着中层病变部位伸延，导致在血管壁的内膜与外膜之间形成了一个新的并充满血液的腔隙，即发生了“主动脉夹层”。压力过高之时，若突破下方的内膜，则其中血液又回归主动脉中，病情或可缓解；若突破外膜，则血液将如决堤之洪水源源不断冲入胸腔或腹腔之中，若无及时有效之治疗则性命危矣。

主动脉内膜的破口常发生于承受压力最大的主动脉起始部位，血液冲入中层使血管扩张变形，而此处恰为主动脉瓣所在之处，瓣膜所依附之瓣环（犹如门之门框）被牵扯扩大，以致主动脉瓣不能完合闭合，当心脏舒张时主动脉中之血液又返回到心脏，心脏劳而无功，很快导致急性心力衰竭；如果此处外膜破裂，则血液即冲入心包腔中，心包腔本身容量有限，血液进入其中必定压迫心脏，使之舒缩失灵，此种情况亦极为凶险。

“主动脉夹层”一旦发生，还可能涉及其主要分支，如通向头部、四肢、心、肺、肝、肾的血管，或因破碎组织、血块等堵塞而缺血，或因中层亦受损而扩张，引发如一侧上肢脉搏消失、锁骨上出现搏动肿块或出现神经症状等状况，若累及冠状动脉开口之处，还会出现类似心肌梗死之表现，如此等等，可见此病之凶险非比寻常。

当然，亦有少数由于发生病变的主动脉部位较低，如内膜破口在腔内压力已经较低的降主动脉部位等部位，或病变范围不大、未涉及重要的分支血管，起病亦较缓和的病例，但相对较为少见。

哪些人易出现主动脉夹层

由于年龄增长等各种原因，主动脉血管壁可出现顺应性下降，也就是我们常说的血管弹性变差。此时血管内的血流对管壁造成的压力也会增大，从而进一步损伤血管壁，使主动脉血管内壁出现破口。血液从破口流入血管壁，最终形成主动脉夹层。

高血压是发生主动脉夹层最为重要的危险因素。有文献报道，50.1% ~ 75.9% 的主动脉夹层患者有高血压病史。此外，血压瞬间飙高，也是出现主动脉夹层的一个重大诱因。生活中有很多事情容易引起血压短时间飙高，如发怒、提重物、极度兴奋、甚至是便秘……中国有 3.3 亿高血压人群，许多人不知道自己有高血压，还有一些即便意识到自己有高血压也不规律地治疗，认为没症状就可以不吃药。但是，血压高高低低的波动，最先受损的就是劳苦功高的主动脉。在各种难以控制的高血压患病人群中，主动脉夹层的发病率明显增高。

动脉粥样硬化容易导致主动脉夹层。尤其是长期吸烟、血脂异常、合并糖尿病等疾病的患者要特别注意。

血管结构天生异常的人，如马凡综合征患者发生主动脉夹层的风险明显升高。马凡综合征是一种染色体显性遗传性疾病，是因为纤维素原基因缺陷导致的，一般具有家族聚集性。马凡综合征患者通常手长脚长（身高大多是 1.9 米，甚至 2 米以上，容易被选为运动员），中青年时期容易发生心血管疾病。例如 20 世纪 80 年代，世界排坛的超级球星海曼在一次比赛中突然倒地，医护人员全力抢救仍无法挽回她的生命。事后的尸检诊断海曼就是死于“马凡综合征”的“主动脉夹层破裂”。

如何预防和识别主动脉夹层

70% 以上的主动脉夹层与高血压密切相关，老年人由于年龄的因素多伴有主动脉硬化，这就导致了高速、高压的血液长年累月地冲击主动脉硬化的内膜，如果血压得不到很好的控制，很容易将内膜壁冲破，形成主动脉夹层。血管壁一旦破裂，夹层“决堤”，病人就会因大出血而死亡。事实上几乎所有的主动脉夹层患者都存在血压控制不良的现象，换句话说，高血压的控制对于主动脉夹层的预防、治疗、预后有全面影响，是最基本和最不能忽视的治疗和预防手段。高血压的患者要每天至少两次监测血压的变化，采取健康的生活方式，合理的应用药物控制血压在正常的范围。

平时患有高血压，经常熬夜，心理压力较大，长期吸烟嗜酒的朋友，在体检中增加超声、胸片等检查，如果发现血管异常，完善 CT 扫描，以明确病变情况。

当主动脉夹层发作时，最明显的症状为心前区或胸背部突发撕裂样疼痛，疼痛持续不缓解，甚至因疼痛出现晕厥、意识丧失。随着夹层的进一步撕裂，疼痛可向胸骨后或背部沿主动脉走行向腹部及下肢发展。一旦出现以上症状，千万不可忽视主动脉夹层的发生，应尽量保持镇定，平卧位休息，避免大幅度活动和情绪激动，及时拨打 120 急诊就诊。对于确诊为主动脉夹层的患者，需要尽快缓解疼痛、降低血压、控制心率，减少主动脉壁所承受的压力，避免夹层破裂。

在我们的日常生活中，应该规律生活，劳逸结合，坚持锻炼身体，戒烟少酒，同时提高对主动脉夹层的认识，防患于未然，将疾病扼杀在萌芽状态。一些瓣膜畸形的患者也要及早进行手术，伴有主动脉瓣二尖瓣化畸形和马凡综合征的患者要定期体检，限制剧烈的活动，多吃清淡、易消化的食物，避免进食过于油腻和辛辣刺激性的食物，监测病情变化，一旦发生主动脉夹层要及时进行手术，预防更严重的并发症。■