

“防猝死套餐”突然走红！真的管用吗？

有电商平台数据显示,近期速效救心丸等心脏用药品类相关搜索词暴涨,同比增长超过30倍,不少年轻人还把速效救心丸装在口袋里,当成抗疲劳、缓解熬夜不适的“万能药”。就连自动体外除颤器AED等医疗器械的搜索量环比都增长了10倍。

除了药物和医疗器械,在社交平台上,包含辅酶Q10、鱼油等保健品的所谓“防猝死套餐”也迅速走红。这些东西真的能防猝死、保健康吗?危急关头,什么样的操作才能挽救生命?又该如何科学预防心源性猝死?

成交额增长超10倍

某电商买药平台数据显示,3月24日20点至3月26日17点,硝酸甘油相关药品成交额同比去年同期增长近19倍;速效救心丸成交额同比增长超过10倍。

用葫芦形状瓶装的速效救心丸在过去常被看作是“老年人常备药品”,如今,年轻人正在成为速效救心丸等急救药的购买主力。据了解,近期在这家买药平台上搜索速效救心的用户中,36岁至45岁的用户占比超过53%,

同比增长超过50%;26岁至35岁的用户占比为23%;深圳、广州、成都为购买最多的城市。

速效救心丸等药物对心源性猝死是否真有效?阜外华中心血管病医院主任医师李牧蔚表示,速效救心丸和硝酸甘油都是冠心病、心绞痛急性发作时的急救药,能起到快速扩张冠状动脉血管的作用。但这两种药物都没有办法挽救已经心脏骤停的猝死患者。“一旦血管完全堵死,再吃这类药物就没有用了。”

熬夜吃一粒,胸闷吃一粒,在网络平台上,速效救心丸被标榜成要随身携带的“抗疲劳神药”。山东大学齐鲁医院急诊科副主任陈良表示,速效救心丸并不是万能药,擅自服用可能会暂时抑制不适感,掩盖真实病情。

陈良介绍,不能把速效救心丸神化,它是处方药,一定要在医生的指导下服用。”

“防猝死套餐”真管用吗?

不仅急救药受关注,一些保健品也被贴上了“防猝死标签”。在电商平台上,有商家推出了“防猝死综合套餐”,声称可“保命续

命,防心梗猝死”。

在社交平台上,网友分享各类“防猝死套餐”有多个版本,总结下来,基本由辅酶Q10、鱼油、叶黄素、维生素B族、维生素D族等保健品组成。

保健品真的能防猝死吗?江苏省人民医院(南京医科大学第一附属医院)心血管内科副主任张凤祥表示,保健品不能替代药物,绝对不能靠吃保健品来预防猝死。辅酶Q10、鱼油只是辅助养护营养心肌,调节血脂,没有治疗的疗效。叶黄素主要的作用是保护视力,和心脏猝死没有关系。如果有心脏病,一定要去医院,通过医生的明确诊断来服用药物。

仅建议高危病人家庭配备

随着公众对心源性猝死急救的关注,可自动诊断特定心律失常并实施电击除颤的自动体外除颤器(AED)也进入大众视线。AED是否需要普通家庭自备?对此,张凤祥表示,绝大多数无高危因素的家庭,使用AED的几率极低。

张凤祥认为,一旦病人发生猝死,AED是急救的关键设备。

比如以前有过室速室颤、心衰,发生过晕厥、晕倒的高龄高危病人的家庭,医生会建议配备AED。

如何预防心源性猝死?

如何科学预防心源性猝死?李牧蔚表示,心源性猝死通常会出现前兆,身体不适要及时就医,高危人群要定期检查。

每个人的症状表现不一样:出现心前区不适,胸闷伴随着颈部紧缩感,或是额面部的疼痛,又或是左下肢酸沉等。但短时间内出现,很快消失,反复又出现类似的表现,要高度重视,及时就医,避免发展成心梗和不良事件。

怀疑心脏有问题,或者心脏不适、有冠心病家族史的患者;生活压力比较大,熬夜等生活不规律的患者,建议做冠脉CTA(冠状动脉CT血管造影)检查,了解自身冠脉血管是否有斑块。

陈良表示,减少过度的精神压力,是守护心脏健康的基础。大众对心源性猝死不必过度焦虑,与其盲目囤药,不如从养成健康的生活习惯做起,做好日常健康管理。

据中国消费者报

达州汉子·热血川超——聚焦2025-2026川超



达州砂锅米线。

“川超”为达州餐饮持续注入新动力

等下吃得饱饱的再准备返程。”

“平时一天卖一百多份,上次主场比赛那天,一天做了两百多份,其中有四五十份是凭票根兑换的。”店主陈老板语气里带着甜蜜的烦恼,“今天从早上开门,一直忙到中午,都没歇口气。预计今天的人比上次还多。”他笑着说,看到外地球迷认可自家的米线,心里特别高兴。

据了解,达城共有13家店铺参与此次免费吃米线活动,“达县米线”作为本地特色美食的先行代表,收获了外地球迷的广泛好评。当然,本地球迷也可凭球票免费品尝,共享这份福利。不少来达州的外地球迷表示,除了观赛、为主队助威,品尝当地风味同样是此行的目的之一。

灯影牛肉、七星椒、凉虾等本地特色美食,迎来销量增长。特色夜宵也在赛事期间受到追捧。达州与绵阳赛后,达州市体育中心附近一家烧烤店内,几位绵阳球迷仍对主队的失利耿耿于怀,举着啤酒杯,热闹地复盘着赛况。“那一记头球太可惜了,被达州守

门员扑出来了!”烧烤店店主在一旁搭话,氛围热络。店主表示,当天比赛期间,店里一直在直播比赛,电视刚关掉不久,“没买到票的几波达州球迷就在这儿看的球,激动得不行,兴高采烈地走了,接着又迎来这批‘失意’的绵阳球迷。”

“我们的球队是城市的一张名片,我们的特色小吃就是这张名片上的‘味道符号’。”达州市商务局相关工作人员表示,川超联赛的持续举办,为达州餐饮行业注入了新活力,也让更多人通过“舌尖上的达州”记住了这座城市的热情与温度。以赛事为媒、以美食会友,体育与消费的深度融合,正成为展示城市形象、释放消费潜力的重要窗口。

除了餐饮业的热火朝天,住宿、零售等相关产业同样受益。据了解,赛事期间,达州市体育中心周边酒店入住率大幅提升,尤其在比赛日当晚,多家高档酒店、快捷宾馆、家庭旅馆一房难求。此外,连日来,商场向球迷提供的无门槛优惠券,也兑换出了数百张。

本报讯(记者任株早 摄影报道)川超赛场激情飞扬,市井巷陌烟火升腾。上周末,达州队主场上演逆风翻盘好戏,打破绵阳队“不败金身”,收获决赛阶段首胜。达州这座充满韧性与活力的城市再次聚焦全省目光,竞技热血与城市温情在此交汇,一场“体育+美食”的消费盛宴正在达州的春日启航。

3月29日,比赛日次日中午,达城一家米线店内座无虚席。有本地市民看到外地口音的顾客在等候用餐,热情招呼着拼桌而坐。来自绵阳的赵先生夫妇落座后连声道谢,感慨道:“达州的米线早有耳闻,这次来除了看球,吃米线也在计划当中。凭球赛票根还能免费吃,达州的迎宾服务太贴心了,