速效救心丸成“抗累神器”？

专家提醒：速效救心丸、硝酸甘油、阿司匹林不能乱用

最近几天，“心源性猝死”引起了很多人的关注，也让更多的人开始焦虑。

某些电商平台数据显示，速效救心丸、硝酸甘油等心脏用药搜索量同比增长超过30倍。甚至有网友在社交平台传授经验，“加班累了吃一颗速效救心丸”“熬夜心慌含一片硝酸甘油”……

但速效救心丸、硝酸甘油、阿司匹林，到底哪个能防猝死？突发心脏不适，关键时刻又该用哪个？

图据《健康时报》

“关键时刻”用哪个？

速效救心丸、硝酸甘油、阿司匹林，虽然都是“心脏用药”，用法天差地别。浙江大学医学院附属第二医院药剂科副主任徐慧敏介绍：

速效救心丸：主要适用于气滞血瘀型冠心病、心绞痛，能通过扩张冠脉血供缓解胸痛。

硝酸甘油：扩血管药物，用于冠心病、心绞痛急性发作，需在症状出现后含服，不可提前预防。

阿司匹林：抗血小板药物，核心作用是预防血栓，适合冠心病患者长期规律服用，不是急性发作时的应急用药。

为什么突发心脏病，很多人吃了急救药也没用？徐慧敏提醒，更关键的是，吃完药后的操作：

含服速效救心丸或硝酸甘油后，若5分钟内症状未缓解，可重复含服，累计不超过3片。

若15分钟后仍未缓解，需高度怀疑心肌梗死，立即拨打120就医。

服药时需注意姿势，优先采取坐位或半卧位，避免站立服药引发低血压晕倒，也不宜平躺，以免加重心脏负担。

服药后若胸痛加重，需立即休息，严禁继续剧烈运动。

浙江大学医学院附属第二医院心血管内科副主任医师沈建表示，偶尔心脏不适，服药后缓解，未必代表心脏真有器质性问题。但若熬夜、重体力劳动后出现心前区不适，尤其伴有吸烟、肥胖等高危因素，应及时就医；一旦胸闷从偶发变为频发，比如每月多次甚至每天发作，更要尽快到心内科排查冠心病等问题。

哪个能“预防猝死”？

有人会问：速效救心丸、硝酸甘油、阿司匹林……能不能提前吃药，预防心源性猝死？徐慧敏的回答很直接：不能！

心源性猝死的病因复杂，年轻人多与遗传性心肌病、心律失常相关，35岁以上人群则多由冠心病、心肌梗死引发。徐慧敏表示，“速效救心丸和硝酸甘油仅能缓解心绞痛症状，如果真发生心源性猝死，含服这类药物已来不及，这时最关键的是立即进行——心肺复苏。”

沈建医生则提醒，心源性猝死虽多突发，但部分人会出现前兆。“如果近期莫名疲惫、心前区闷痛且休息后难以缓解，活动后乏力、心慌，或有家族猝死史、肥胖、抽烟、‘三高’等高危因素者，出现上述症状就要高度警惕。”

什么情况下可以“提前服药”？徐慧敏强调，提前服药只适用于已确诊冠心病，且有运动需求或运动后易发作心绞痛的人群；若需长期预防心绞痛，需在医生指导下服用单硝酸异山梨酯缓释片、美托洛尔等长效药物，而非依赖硝酸甘油。

乱吃三种药反而“要命”

不少年轻人把速效救心丸当成了保健品，甚至觉得自己有一点不舒服就吃一颗。徐慧敏提醒，“网传‘疲劳时提前吃速效救心丸抗累’是错误的，非心源性不适不仅服用无效，还可能掩盖病情。”

稳定性心绞痛人群可适当运动，运动中若出现胸痛、胸闷、气促、头晕等症状，应立即停止运动、休息并含服硝酸甘油，症状不缓解需及时就医；不稳定型心绞痛、近期心肌梗死、严重心律失常等患者不宜运动，需先控制病情，所有运动均需在医生指导下进行，确保安全有效。

西湖大学医学院附属杭州市第一人民医院心血管内科副主任杨建敏提醒，擅自服用速效救心丸虽暂时压制了不适感，却掩盖了真实病情，可能导致心梗症状出现时已十分危急。作为临床常用的急救药物，速效救心丸的使用有着严格的适应症和规范，绝非“万能缓解药”。杨建敏医生提醒，不是所有心脏不适都来自心脏本身，比如劳累、压力大引发的胸闷，或者胃食管反流、肺部感染等，都可能让人感觉“心脏不舒服”，这些情况并不适合用速效救心丸，反而可能因掩盖症状而带来更大风险。

哪些人需要常备这些药

面对这波囤药热，徐慧敏给出了明确的建议：只有以下这些人才有必要常备速效救心丸、硝酸甘油，普通人完全没必要盲目囤药。

1. 确诊冠心病的人。

2. 心绞痛的患者。

3. “三高”、高龄、冠心病家族史等高危因素的人群。

更重要的是，如果家里备了药，储存也要留心，避免药品关键时刻失效。

1. 硝酸甘油：需避光保存，开封后使用不超过半年，不宜贴身存放，避免高温导致失效，开封后一般3—6个月需更换。

2. 速效救心丸：需放在阴凉干燥处，建议温度不超过20℃，夏季可存放于冰箱冷藏。

速效救心丸的“爆火”，背后其实是人们对健康的焦虑，以及对药物功效的深深误解。面对疲惫、压力、身体发出的“警报信号”，比盲目跟风囤药更重要的是引起重视、及时就医、科学用药。

心脑血管病的急救本质上就是一场与死神的赛跑。家庭常备药箱的正确设置，只是院前急救的第一步。真正的安全防线还包括第一时间识别症状，及时拨打120，并且在关键时刻冷静地分析使用急救药物的必要性和安全性。而这些知识，需要每个成年人现在就掌握。

综合央视、《健康时报》报道

声明公告 刊登热线：13164692093

遗失声明武汉西坦商贸有限公司遗失公章、财务章、法人章、合同章各一枚，声明作废。

遗失声明张桥风，身份证号429004198506242559，因搬家不慎将位于H2-2-704房屋的《长丰村房屋拆迁产权调换安置协议书》遗失，特此声明作废。

《认定工伤决定书》公告

湖北安捷天宇建设工程有限公司(法定代表人:邓元力):

你单位职工冯家新申请工伤认定，我局依据《工伤保险条例》于2026年3月9日作出《认定工伤决定书》，并于2025年3月23日通过邮政EMS特快专递业务的方式向贵单位注册地址送达，因拒收无法送达，于2026年3月26日被退回，现予公告送达。自本公告发布之日起30日即视同送达。如不服该认定决定，可在公告届满之日起60日内向武汉市人民政府申请行政复议，或在六个月内直接向武汉市江岸区人民法院提起行政诉讼。

武汉市人力资源和社会保障局
2026年3月30日

《认定工伤决定书》公告

武汉佳屹建设有限公司(法定代表人:徐细飞):

你单位职工陈小强申请工伤认定，我局依据《工伤保险条例》于2026年2月28日作出《认定工伤决定书》，并于2025年3月17日通过邮政EMS特快专递业务的方式向贵单位注册地址送达，因拒收无法送达，于2026年3月26日被退回，现予公告送达。自本公告发布之日起30日即视同送达。如不服该认定决定，可在公告届满之日起60日内向武汉市人民政府申请行政复议，或在六个月内直接向武汉市江岸区人民法院提起行政诉讼。

武汉市人力资源和社会保障局
2026年3月30日

工伤认定申请举证告知书公告

湖北言卓征强科技有限公司(法定代表人:李强):

您单位员工张毅2026年2月25日向我局提交工伤认定申请材料，我局于2026年3月16日通过邮政特快专递业务的方式向贵单位注册地址送达《工伤认定申请举证告知书》及《工伤认定申请受理决定书》等资料，因拒收无法送达，于2026年3月24日被退回。现按规定向您单位及本人公告送达《工伤认定申请举证告知书》等资料。自本公告发布之日起30日视同送达，请您(单位)在本公告期限满后15日内履行用人单位举证责任，逾期未能举证，本局将依法做出认定决定。

武汉市人力资源和社会保障局
2026年3月30日

征集车棚安装公司
某单位车棚安装，投影面积约100平方米，比价确定。高先生，15871820587。

征集室内装修公司
某单位室内装修，面积约300平方米，比价确定。高先生，15871820587。

征集户外木地板维修公司
某单位户外木地板维修，面积约40平方米，比价确定。高先生，15871820587。

征集文化墙改造公司
某单位外墙改造，面积约250平方米，比价确定。高先生，15871820587。

遗失声明遗失湖北省海外旅游(集团)有限公司大悟恒顺门市合同16份，合同编号WHCJ160005891-WHCJ160005900。WHCJ180010461-WHCJ180010465。特此声明该合同作废。2026年3月27日。

遗失声明湖北福星惠誉学府置业有限公司遗失空白内部收据一本20份，编号为(6013961-6013980)，声明全部作废。

遗失声明武汉市新起发建筑工程有限公司91420112MAC2HNLMXE遗失公章、合同章、发票章、财务章、法人章，声明作废。

遗失声明鹏欢装饰工程武汉有限公司(统一社会信用代码:91420103MACEC80RX3)遗失公章(编码:42010310124959)一枚，声明作废。

遗失声明张毛祖遗失武汉市惠商丰华市场管理有限公司押金(C519~C522)号:6009078，壹万元。6009077叁万元。声明作废。

遗失声明周四华遗失武汉市惠商丰华市场管理有限公司押金收据(G4-109)，票据号:5368235，金额:伍仟元。声明作废。

遗失声明陈奋发遗失武汉市惠商丰华市场管理有限公司押金收据(G4-127)，票据号:2310981，金额:伍仟元。声明作废。

遗失声明武汉诺创源商贸有限公司91420100MACEJ5XE39遗失公章、发票章、财务章、法人章，声明作废。

遗失声明武汉知识产权研究会遗失湖北省社会团体会费专用票据一份，票据代码142070121，号码00006697566，金额8000元，声明作废。

遗失声明武汉市汉深正合餐饮投资管理有限公司遗失发票专用章一枚，编号42010410160325，声明作废。

遗失声明湖北头名实业有限公司遗失公章、财务章、私人章(孙绍雄)各一枚，声明作废。

遗失声明湖北蝉誉科技有限公司91420100086616753A，遗失公章、合同章各一枚，声明作废。

遗失声明武汉蜚声机电工程有限公司(914201005979339371)遗失原法人张瑞私章，声明作废。

遗失声明楚茶(罗田)农业科技有限公司(91421123760656749XM)遗失原法人易继华私章，声明作废。

遗失声明谢中华遗失湖北三峡职业技术学院毕业证明书，证书号1297912014100004，声明作废。