

大小新闻客户端7月10日讯（YMG全媒体记者 刘洁 通讯员 王晶）不惑之年的Z先生是烟台某商贸公司的销售主管，因为工作需要，常年在外奔波。由于工作中接触到很多保险行业的朋友，Z先生的保险意识也在潜移默化中逐渐形成。15年前，他为自己购买了第一张保单《平安康泰》（保额3万）、《附加重疾》（保额6万），累计重疾保障9万元，成为一名忠诚的平安客户。

近年来，我国医疗费用增长过快，公众就医经济负担处于上升趋势。2016年在烟台平安人寿代理人的建议下，Z先生又购买了《平安福重疾》，将重疾保障金额从原有的9万元提升至76万元。彼时的Z先生觉得，这辈子都不希望有用上保险的一天，但如有万一，这份保障也算是他作为一家之主的责任与担当了。

2022年6月8日，正在青岛出差的Z先生忽然感觉后背有一过性疼痛，随后大量出汗、心慌，被同事发现后马上送医。经心电图、心肌酶等检查确定为急性心肌梗塞，冠脉造影显示前降支近端完全闭塞，遵医嘱植入支架。

出院后，Z先生联系烟台平安人寿保单服务人员，在其协助下完成理赔材料收集并线上提交理赔申请。

6月17日，烟台平安人寿完成对Z先生理赔审核，按照合同约定，76万元的重疾理赔款和7000多元医疗理赔款，合计76.7万元，顺利地打到了Z先生的账户中。

据悉，Z先生此次住院花费共计2.7万元，收到理赔款后，他对平安人寿的服务态度和理赔效率连声称赞，并随即给儿子及配偶进行了保障升级。

专家：这3大因素是心梗主要根源

很多人都认为心梗更多地出现在中老年人身上，殊不知，它正在悄悄地年轻化。越来越多的青年人成了心梗的“迷恋”人群，要想远离，必须改变生活方式、清淡饮食、适当运动，遵医嘱按时服药，积极预防心肌梗死的发生。

一、改变生活方式：避免劳累、工作压力过大，同时要保证充足的睡眠。然后需要戒烟、控酒，因为过度吸烟或者大量饮酒，对身体不利。然后适当运动，保证正常的体格，控制体重，因为体重越大，对心血管负担较重。

二、

清淡饮食，适时运动：预防心梗、高血压

的高危因素，在饮食方面需要保持低盐、低脂、清淡饮食，适当运动。另外预防高血脂的形成，脂质摄入中尽量控制油脂食物的大量摄入，而且还需要控制血糖，因为肥胖或胰岛素抵抗以及糖尿病病人，容易诱发心肌梗死。

三、按时服药，及时就医：如果本身已经患有高血压，建议适当规律服用相关降压药物，同时高血脂也需要适当服用控制药物。如果病人本身存在不稳定心绞痛或者动脉粥样硬化，需要服用相关对心肌有保护作用，减低心肌耗氧量的药物，预防心肌梗死的发生。

责编：马跃

审校：刘岩