

热点关注

元旦假期,各大医院心脑血管疾病患者爆满

冬季

别让疾病趁火打“节”

■ 本报记者 侯赛  
通讯员 全锦子 冯琼

“CCU 加床!”“又转来一位急性心衰患者,CCU 再加一张床!”……原本轻松快乐的元旦假期,我省各大三甲医院的心内科CCU(重症冠心病监护室)却上演一幕幕繁忙而紧张的场景。“病房都住不下了,只能不断加床!心脑血管疾病发病率比平时翻了一番。”海南省人民医院心内科主任医师吴忠告诉记者。“就这3天假期,我们13张病床的重症监护室重新住进了新一轮患者。”海口市人民医院心内科主任陈漠水感慨道,冬季本身就是心脑血管疾病的高发期,再加上节日期间,不少患者管不住嘴,一高兴,药也忘了吃,小酒也继续喝起,放松了对自身疾病的管理,心脑血管疾病自然趁火打“节”。

喝了瓶啤酒老人住了院

“早知道,打死我也不喝那瓶啤酒了!”1月2日,躺在病床上的60多岁的赵大爷不停地懊悔着前两天喝的那瓶啤酒。赵大爷是从长春来海南过冬的“候鸟”老人,前不久刚在老家做了心脏瓣膜手术,为了更好地恢复,他选择来到海南过冬。

元旦前一天,老家来了亲戚,赵大爷一高兴就喝了一瓶啤酒,喝完后,顿时感觉胸部闷闷特别不舒服。“那种感觉,就像进行了一场百米冲刺比赛,憋气难受死了!”赵大爷立即来到医院就诊,经医生诊断发现赵大爷已经出现心衰症状,及时进行了抢救,目前他的病情已经平稳。

“冬季,像赵大爷这样的老人几乎每天都会碰到。”海口市人民医院心内科主任陈漠水告诉记者,赵大爷还算幸运,抢救及时,没有留下后遗症,有的老人胸部疼痛,因为家人不在身边,总是先自己观察,不来医院就诊。还有的虽然来到了医院,医生建议手术治疗,病患却不肯相信医生,耽误了治疗的最佳时机。

“对于心脑血管疾病,时间就是生命。一分钟会导致180万个脑细胞的死亡,而这种伤害是不可逆的。”海口市人民医院神经内科副主任杨国帅告诉记者,心脑血管疾病具有“发病率高、致死率高、死亡率、复发率高,并发症多”即“四高一多”的特点。目前,我国心脑血管疾病患者已经超过2.7亿人,每5个成年人中就有1人患有心脑血管疾病,每年死于心脑血管疾病近300万人,占我国每年总死亡人数的1/3,平均每10秒钟就有1人死于心脑血管疾病。

心脑血管疾病“偏爱”元旦假期



“每年的元旦假期,都是心脑血管疾病的高发期,尤其是心绞痛、心肌梗死、脑卒中发病率最高。”陈漠水解释道,首先元旦期间气温比较低,寒冷容易刺激人体血管收缩,以及出汗减少,血压容易上升,尤其在突然降温或忽冷忽热的情况下,人体血管收缩、交感神经兴奋、血液流动加速,容易导致血压飙升或血栓形成。

急救莫错过“黄金3小时”

患有高血压、糖尿病多年,且有心房纤颤病史的78岁张奶奶同样在今年元旦期间经历了一场与死神的赛跑。

2017年12月30日19:30分左右,刚刚与家人用完丰盛晚餐,还沉浸在儿孙绕膝的欢乐中的张奶奶,突然感到上下肢无力,口角歪斜,不能自由活动。家人知道张奶奶有心脑血管基础病,立即预感到脑卒中的可能,于是迅速将其送往海口市人民医院。

一到医院,急诊立即开通绿色通道,张奶奶被直接送入抢救室。

“20:03入院,20:31接受溶栓治疗,21:20结束溶栓治疗,送来时还有15例,很多患者都是因为错过了‘黄金3小时’。”

陈漠水同样表示,如果患者出现胸痛症状,需立即到医院就诊。目前海口市人民医院在急诊科均已开设了脑卒中中心和胸痛中心,专门针对心脑血管疾病的急救患者,“以前急诊科收到心脑血管疾病的急救病例,还要打电话,请心内科的医生到急诊科会诊,现在心内科和神经内科医生直接坐诊急诊科,随时对患者进行溶栓、消融治疗。”



气温下降  
主动脉夹层高发  
医生提醒,控制血压是  
预防关键

■ 本报记者 侯赛 通讯员 冯琼

一提起血管病,多数人首先想到心脑血管疾病。但还有一种血管疾病严重危害大众健康,且一旦发作,几乎让患者命悬一线,那就是主动脉夹层,尤其在冬季该疾病明显高发。

50岁的王先生在元旦假期期间患上了被称为“旋风杀手”的主动脉夹层。“生还的机会非常渺茫!”基层医院的诊断道出了该病的凶险程度。家属抱着一线希望把王先生转到了海南省人民医院。在血管外科医务人员的精心呵护下,终于为患者赢得了手术机会。

据海南省人民医院血管外科主任肖占祥介绍,进入冬季,医院每周都有主动脉夹层患者就诊。

肖占祥介绍,主动脉夹层是由各种病理因素导致主动脉内膜和中膜受损而变薄弱,在此基础上,高速高压的血流将薄弱的内膜撕开了一个裂口,使内膜和外膜发生分离,主动脉呈真腔和假腔双腔病理结构,高速高压的动脉血涌入假腔内,并不断向下冲击,使内膜与外膜进一步剥离,缝隙不断扩张、膨大,并沿着主动脉壁向远、近端,尤其是远端扩展,可累及胸主动脉甚至整个主动脉的全程,有的还会导致血管外壁膨出形成“动脉瘤”。

“若不及时处理,外膜将单独承受血压力,随时会发生致命性的破裂,主动脉血会直接涌入胸腔、腹腔甚至心包,随时危及生命。”肖占祥表示,主动脉夹层就像人体内的“定时炸弹”,一旦发病随时会威胁人们的生命安全。一些日常生活中的不良习惯,比如提重物、用力咳嗽、长时间熬夜等是该病的常见诱因。

肖占祥提醒,主动脉夹层的病因很复杂,常见的有高血压、动脉硬化、外伤、炎症等,其中,以高血压因素最为多见,80%~90%的主动脉夹层患者伴有高血压病史,且大都在10年以上。

肖占祥提醒,控制血压是预防主动脉夹层的关键,要合理膳食、适量运动、控制体重、戒烟戒酒、注意休息、按时服药,一旦感到胸部疼痛、焦虑不安、大汗淋漓、面色苍白,请及时前往医院就诊。

健康百科

老人提高身体素质  
有助缓解痴呆症状

英国研究人员日前发布的一项新研究显示,老年人增加体力活动,提高身体素质,有助缓解痴呆症带来的认知能力衰退。

痴呆症是一种综合征,体现为记忆、思考、行为和日常活动能力衰退,主要在中老年人群中发病。

伦敦大学学院学者领衔的研究团队对30名痴呆症患者和40名未患病老人进行认知能力测试以及生活方式问卷调查等,他们年龄都超过65岁并居住在英国。研究人员分析收集到的信息后发现,老年人在患上痴呆症后,规划、组织以及记忆日常事务的能力会逐渐衰退,而如果进行一定程度的体力活动,则可以缓解衰退症状。

研究人员的论文发表在《公共卫生前沿》上。他们推测,出现这种缓解效果,很可能是因为体力活动能刺激大脑前额纹状体回路中的血液循环,有助改善认知功能。

报告作者之一、伦敦大学学院学者爱丽丝·霍兰比说,老人即便是在家中或花园里做点家务、短时间散步或游泳等,都有助缓解痴呆症的症状。

(据新华社)

常吃甜食,视力智商差

你是否经常拿糖果奖励孩子?孩子是否每天用甜饮料代替白开水解渴?专家指出,糖虽然是生长发育必不可少的能量来源,但长期大量吃糖严重威胁健康,从而引发以下疾病:

龋齿。由于儿童睡眠时间过长,睡眠时口腔处于静止状态,唾液分泌减少,对牙齿的清洁作用减弱,有利于细菌繁殖。口腔中残留的糖容易被细菌分解发酵,产生酸性物质,侵蚀牙齿。

甜食综合征。葡萄糖在人体中分解供能过程需要含有维生素B1的酶催化。人体不能自身合成维生素B1,全靠从食物中吸收。而大量吃甜食,不仅消耗维生素B1,还会降低食欲,影响葡萄糖分解供能,产生较多中间产物(如乳酸),这类物质在脑组织中蓄积,影响大脑活动,引起“甜食综合征”。孩子会出现烦躁、精神不集中、爱哭闹等问题。

营养不良。经常吃甜食降低味觉灵敏度,抑制胃酸分泌,削弱胃肠道的消化和吸收能力,容易使孩子出现厌食、偏食等问题。

肥胖。过度摄入高糖饮食,会使超负荷的糖以脂肪形式囤积在体内,从而引发肥胖。而肥胖是糖尿病、高血脂、心脑血管疾病的高危因素。

近视。遗传、长期眼疲劳等都是导致近视的原因。如果儿童过多地吃糖和高碳水化合物,体内微量元素铬的含量减少,会使眼内组织弹性降低,微量轴变长,最终导致近视。

影响智商。研究发现,儿童多吃甜食,一日三餐都会受影响,从而减少蛋白质和维生素的摄入量。儿童时期,大脑发育最旺盛,如果缺少蛋白质和各种维生素,将使大脑发育迟缓,影响智力发育。

专家提醒,无论何种国籍和教育背景,儿童对甜食的喜好都超过成年人。所以,必须从小养成好习惯,避免对甜食产生依赖。比如在孩子在哺乳期最好吃母乳。母乳喂养在孩子口味培养方面,比其他加工乳制品更有利。加工乳制品往往添加了糖或香料等,这会刺激孩子味觉,使他们对口味浓重的食物更感兴趣。孩子的味觉一旦发生改变,口味比较清淡的食物就不能再满足需要,不利于培养良好的饮食习惯。每天摄入的糖不宜超过孩子每公斤体重的0.5克。如果孩子体重为15公斤,每天摄入的糖量不应超过7.5克。(生命时报)

医生:孩子指甲剪太短  
当心患上甲沟炎

一些家长在护养宝宝时,常常喜欢把孩子手指甲、脚趾甲两侧的甲角剪得很短,认为这样更加清洁和美观。医生提示,这样做容易使孩子患上甲沟炎而疼痛难忍,正确的做法是适当留长甲角,保持孩子手部、脚部卫生。

专家介绍,指甲、趾甲的甲根与皮肤紧密相连,形成甲沟,其发炎时会有红、肿、痛甚至化脓现象,不良的修剪指甲、趾甲习惯是甲沟炎发病的重要原因之一。如果家长将孩子的甲角修剪掉或剪得太短,甲沟组织被挤向甲角,甲角就会嵌入肉中导致“嵌甲”,继而引发甲沟炎。

除了修剪甲角长度要适宜外,家长还要注意勿让年幼的宝宝啃咬指甲,避免撕扯对甲沟造成损伤。另外,孩子发育快,给孩子穿的鞋要大小适宜,穿太小的鞋容易增加脚趾受挤压的机会。同时要注意挤伤、踢伤或被他人踩伤后孩子的指甲、趾甲情况,教育孩子不要用手拔倒刺,防止异物刺伤甲沟。

医生提示,如果发现孩子患有甲沟炎,一定要及时到医院诊治。如果脓肿感染蔓延,严重时会导致指骨骨髓炎。(据新华社)

医技前沿

人体体重感应系统  
可能有助减肥

瑞典、美国和加拿大科学家在最新一期美国《国家科学院学报》上报告说,他们发现了人体存在内部体重感应系统的证据。这一机制可能有助人们更好地理解肥胖的原因,从而研发出新的减肥药物。

瑞典哥德堡大学等机构的研究人员发现,这一系统的运作方式类似于体重秤,能记录人体的体重和脂肪量。参与研究的哥德堡大学的约恩-奥洛夫·扬松在该校发表的新闻稿中解释说,体重由下肢记录。如果体重有增加的趋势,就会有一个信号传递到大脑,引导减少食物摄入量,以保持体重不变。

研究人员向实验鼠的腹部植入胶囊,胶囊的重量大约有实验鼠体重的15%。植入第二天,这些实验鼠的体重就有所降低。14天后的检测显示,人为增重的实验鼠减掉了体重,其减掉的体重相当于胶囊重量的约80%,其体内的白色脂肪量也随之下降,且血糖水平得到改善。

人体有两种脂肪组织,白色脂肪和棕色脂肪,白色脂肪主要用于储存热量,而棕色脂肪则负责消耗能量来发热。通俗来讲,白色脂肪是导致肥胖的“坏脂肪”,而棕色脂肪是能够减肥的“好脂肪”。

参与研究的哥德堡大学的克里斯·奥尔松教授认为,结合使用瘦素和激活体内的这一机制有可能成为一种减肥的有效方式。瘦素是一种由脂肪细胞分泌的激素,在抑制食欲的同时还能增加能量消耗,从而达到控制体重的效果。

此前一些研究将久坐与肥胖同人体健康状况不佳联系在一起。这一新研究结果可以解释其中的原因。奥尔松认为,当人坐下来的时候,人体内的体重秤会得出一个不准确的低数值。因此,人会吃得更多,体重随之增加。(据新华社)

早产儿比率不断提升,医护人员呼吁社会给予  
早产儿更多关爱

妈妈,请别过早放弃我

■ 本报记者 符王润

“欢迎宝贝。来,阿姨抱抱。”近日,海南省妇幼保健院的一处会议室,被精心装饰了一番。医护人员站在门口热情迎接每一位由父母带来的孩子。这些孩子,都是早到的天使——未足月出生的早产儿。海南省妇幼保健院为这些在该院进行过救治的早产儿进行体检,并对孩子的发育情况进行测评等。

据统计,我国每年有1500万出生的婴儿是未能完成37周妊娠的早产婴儿,其中有100万例婴儿死于早产并发症。早产是新生儿死亡的首要原因,并且是继肺炎之后五岁以下儿童死亡的第二大原因。研究显示,许多早产儿即使有幸生存下来,也将面临终生残疾,包括学习障碍和视力、听力问题。海南省妇幼保健院院长向伟介绍,我国属于早产儿大国,目前我国新生儿中,早产儿的比率约为5%~8%,这个比率还在不断提升。

向伟表示,由于医疗救治水平、社会等原因,很多家长会选择过早放弃早产儿的救治。“其实,随着医疗水平的不断提高,早产儿的救治成功率在90%以上。”向伟介绍,早产儿的很多器官功能未发育齐全,要存活下来需要度过呼吸、感染、康复等多道难关。医院通过模拟子宫环境,可以帮



助早产儿保持营养和器官发育成熟,“每个宝宝都是宝贵的生命,希望家长们不要轻易过早放弃早产儿。海南省儿童医院已经部分投入使用了,未来对早产儿的救治条件会更好。”

但是,由于救治时间长,早产儿的救治耗费,对大多数普通家庭来说是一笔巨大的费用。“一般一名早产儿的救治费用在十多万元左右,但报销比率却只有60%~70%。”向伟表

示,目前,虽然针对新生儿的其他疾病已经有了各种救治基金,但针对新生儿的救治基金却很少,有些家长出于经济原因考虑,也会放弃早产儿的救治。他呼吁,希望政府和社会能够多关注早产儿的健康问题,给这些早到的天使更多关爱。

“他特别好动,什么都想摸一看一看。”看着在自己怀里伸手去抓气球的孩子,小宝(化名)母亲满脸幸

福。小宝意外出生时,在妈妈肚子里只待了25周,出生时只有700克。“当时孩子的父母十分坚定要救孩子,十分配合我们的治疗。”省妇幼新生儿科护士长轩妍表示,早产儿的救治是一个艰辛的过程,除了医院,父母也需要付出极大的努力,“当时我们也需要给孩子喂母乳,小宝的妈妈就每天很努力地挤奶送过来。那段时间因为奶水不足挤奶太过用力,她的手都变形了。”

如今,一岁半的小宝已经和其他健康孩子别无两样,活泼可爱,很招人喜欢。轩妍介绍,通过定期随访,早发现早干预,很多早产儿都能康复得很好,能和健康孩子一样,“你看今天来的很多孩子,都很活泼。”看着现场玩得开心的孩子们,轩妍露出了笑容,“我们还为这些早产儿的父母建了一个微信群,让父母们在里面相互交流,并有医护人员为他们解答一些问题。”