

就医提醒

脑卒中,就是脑中风,对于这个病,人们对它并不陌生。说起脑中风,大多数人想到的首先是口眼歪斜、行动不便,但你可能不知道的是,脑中风危害不仅是影响人们的生活质量,而且致死率已超过心血管疾病、癌症,成为我国致死率第一的疾病!脑卒中在众多的慢性病中属于可以预防的疾病,但因为脑卒中在发病前期隐蔽性很强,一般人都很少留意,实际上只要注意预防,是可以避免卒中对人体形成进一步危害的。

面部手脚突麻木 脑卒中或“骤然而至”

脑血管疾病后果

1. 均可能导致患者的死亡。
2. 绝大多数患者均有不同程度的后遗症,包括:
 - ◆ 完全瘫痪(卧床不起,生活不能自理);
 - ◆ 部分瘫痪,部分生活自理;
 - ◆ 精神行为异常,包括:痴呆、记忆力减退等。
 - ◆ 肢体麻木、没有疼痛等。

■ 出场专家



张青山 主任医师
市中心医院神经内三科主任

毕业于徐州医学院,深造于首都医科大学北京友谊医院。获省厅新技术引进二等奖及市新技术引进奖各一项。擅长脑血管病、神经遗传、变性、脱髓鞘病及癫痫等发作性疾病的诊治。

专家门诊时间:周二全天
咨询电话:18952172098

脑卒中前兆易被忽视

张青山主任告诉记者,脑卒中的发生看似突然,但实际上这种病绝非一天形成,而且是可防可控的疾病。因为在中风之前,患者本人一定会有些征兆,只不过很多人对脑卒中前期症状认识不够或没有引起足够的重视,才带来严重的后果。

“小中风”,就是脑卒中的预警信号,一般出现在爆发中风前的几小时或几天内。例如,突然感到眩晕或剧烈头痛,或胸闷、心悸、低热、打嗝、呕吐;突然感到一侧面部或手脚麻木;突然口齿不清、说话模糊或理解障碍;全身明显乏力,肢体软弱无力,行走困难;双眼突感一时看不清眼前事物、高血压患者鼻出血等,这些症状可维持几分钟至数小时。而发生小中风后,大部分患者会在两星期内发生大中风,如果能在小中风发生时及时治疗,患者的生命将较有保障。

脑卒中:“骤然而至”

脑血管病由各种原因引起,脑的动脉系统与(或)静脉系统发生病理性改变,引起脑部血液循环发生障碍而直接影响脑组织,致使脑细胞发生功能紊乱,或出现不可逆的损害,由此所导致的各种疾病。临床上常说的“脑血管病”通常是指急性脑血管病,即脑卒中。其症状主要有脑功能障碍,如突然出现一侧肢体无力、偏身麻木、言语不利及口角歪斜,严重时甚至突然昏倒及不省人事等。

简单说来,脑卒中就是由于脑部的供血

管发生突然堵塞或破裂,当大脑失去了血液供应,难以发挥正常作用,而它作为“人体司令部”的功能也就消失了。“指挥系统”失灵,人体自然陷入瘫痪状态,而之所以将此类疾病称为“卒中”,就是因为此类疾病的猝不及防。

不能随便搬动中风患者

“脑卒中的发生往往非常突然,卒中的发生对患者的脑神经损害非常大,缺血性脑卒中发生后,每分钟有190万神经细胞死亡,患者在发病后一定要在4至5小时之内送到医院进行溶栓治疗,”张青山主任还特别提醒,如果患者突发脑卒中,一定不要随意搬动患者,以免加剧脑出血,最好是打120求助于专业人员。

“六步走”防卒中

张青山主任表示,脑卒中二级预防的主要措施有两个:一个是寻找和控制危险因素;另一个是长期药物治疗预防复发,如服用抗血小板、降压和调脂的药物等,这些药物需要长期服用,甚至是终身服用,而不是吃吃停停,自行间断。

1. 控制好“三高”。
2. 积极、适度做锻炼。
3. 管住嘴,常称重。
4. 限制酒精摄入。
5. 不抽烟、不吸二手烟。
6. 避免情绪激动。

对于出现急性脑梗塞的病人,赶抢“三小时时间窗”是预后良好的关键。在病发三小时之内,如果能及时送到医院诊断明确,第一时间采取溶栓治疗,那病人康复后出现后遗症的概率就会大大缩小。我们医院专门为脑血管病人设置了就诊绿色通道,最大限度地缩短就诊时间,为溶栓赢得机会。

张青山主任提醒

健康支招

寒冷冬季,警惕4大“暖气病”

最近冷空气频繁光临,徐州甚至出现了零下8度的低温天气,而屋子里热气腾腾的暖气让我们在寒冬倍感呵护,但随之而来的暖气病也占据了冬季疾病的主角。冬季4大暖气病最猖狂,专家教你怎么防!

皮肤瘙痒

冬季,人的皮肤本身就容易出现干燥、瘙痒,来了暖气后,室内温度较高,更会加速皮肤水分流失,使皮肤纤维失去韧性而导致断裂,从而形成无法恢复的皱纹。老年人皮肤瘙痒,不当抓挠还会造成湿疹。

专家支招:冬天不宜洗澡太勤,一般每周一两次即可,而且水温不要太高,尽量不用肥皂,洗澡后应涂抹甘油等油脂较多的护肤品。双手皮肤干燥的人可以两手抱拳,从虎口接合、握紧,再转动双手,直到两手感到暖烘烘的,能促进血液循环和新陈代谢。

心血管疾病

心血管系统推动全身的血液循环,暖气过热“抢走”人体的水分,会导致血液黏稠度增高,引起血压下降及心绞痛等心血管疾病。专家介绍,屋里暖气过热,和室外温差太大,可能导致血压波动大,冠状动脉“不堪重负”,引发冠心病。同时,对肺心病、心功能不全患者而言,“暖气病”引发的呼吸道感染很容易导致心慌、胸闷等症状。

专家支招:每天通风半小时。专家提醒,东北人有“猫冬”的习惯,冬季户外活动减少,更要适当开窗通风。最佳时间段为上午9点至下午5点之间,开窗通风半小时左右。

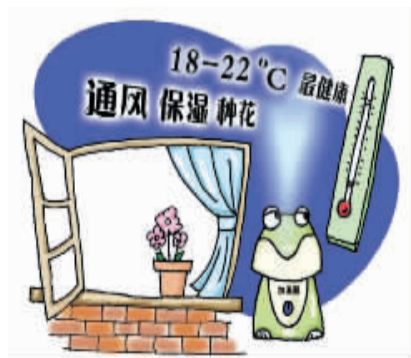
红眼病

冬季户外风干物燥,如果回到室内又因为温度高造成机体缺水,会影响泪液的循环,造成干眼症。专家介绍,眼结膜干燥极易增加患“红眼病”的风险。

专家支招:促进泪液的循环和分泌有一个很简单的方法——多眨眼。工作间隙,先远眺2分钟,然后做1分钟眨眼运动,60次左右即可,最后闭目休息2分钟。另外,可在电脑桌前放一杯清水,或者使用滴眼液。

呼吸道感染

嘴唇干裂、鼻咽干燥、干咳声嘶,都是“暖气病”引起的上呼吸道症状。通常,如果及时补水,这些症状都能得到缓解,但如果持续时间太长,使呼吸道黏膜分泌物减少,灰尘、细菌等附着在黏膜上,刺激喉部引发咳嗽,容易引发上呼吸道感染,发生支气管炎、支气管哮喘等疾病。



喘等疾病。有了暖气后,干燥温暖的室内无异于一个病菌的“温床”。研究表明,当空气湿度低于40%的时候,感冒病毒和其他能引发感染的细菌繁殖速度会加快,随着空气中的灰尘扩散引发疾病。

专家支招:暖气片上放盆水。空气中相对湿度在45%~65%时,人体感到最舒适。用加湿器时,一定要保证每天换水,每周清洗一次,否则容易滋生细菌,引发呼吸道感染。

临床提示

别把急性胰腺炎当成胃病

病例回放:

55岁的曹先生连续两个星期都睡不着觉,胃口也不是很好,上周吃了几只螃蟹后,胃就感到有种烧痛感,因为年轻的时候曾患过胃病,自己也没太在意,每天还是按时上下班。前天晚上,因为有应酬就多喝了几杯酒。半夜,他在昏昏沉沉中捧腹喊叫,抽搐起来,老伴一看他面色铁青、浑身冰凉赶紧找人把他送到医院,诊断是急性重症胰腺炎,后经医生全力抢救才将他从死亡线上拉了回来。

消化科吴萍主任医师提醒:

由于急性胰腺炎和胃病都有类似恶心呕吐等症,现代人又抱有“十人九胃”的思想,对胰腺炎缺乏正确的认识,容易把急性胰腺炎误当做肠胃病,一旦耽误了最佳治疗时机,极易危及生命。

胰腺是人体极为重要的腺体器官,它既有分泌胰岛素的内分泌功能,又有分泌胰液的外分泌功能。形象地说,急性胰腺炎的发作就像“大水冲了龙王庙——自家认自家”。其实质是,制造消化液的胰腺组织反被自己制造的消化液给消化了。这可以说是消化系统的自身调控失取造成的灾难。而“大吃大喝”正是这场灾难的启动因素。

如何判断到底是不是急性胰腺炎呢?

急性胰腺炎有它的典型表现,常在饱餐或饮酒后,突然发生上腹剧痛,呈刀割样、持续性疼痛,或有阵发性加重;腹痛部位主要在上腹正中或稍偏左,可牵涉后背;弯腰或前倾时疼痛可减轻,仰卧时加重。伴有恶心、呕吐,起病初始呕吐频繁,可吐出胆汁。有这种情况时,应想到急性胰腺炎的可能,需立即就医。如果紧急抢救,康复的希望较大;如果贻误时机,发展为坏死出血性胰腺炎,则会出现休克或猝死。

不明原因疼痛要尽快就医

病例回放:

前不久,患者刘先生因为腿疼慕名来到市中心医院疼痛门诊就诊,据悉,刘先生已经被腿部疼痛折磨了好几年了,看了好多医院都不见效。坐诊的尹伟副主任医师根据他的症状,采用射频消融术进行了对症治疗,一个疗程之后,刘先生腿疼的症状得到了很大的缓解。

市中心医院疼痛门诊尹伟副主任医师介绍:人体有很多反应,疼痛就是一项,出现了这症状,证明身体某个部位出了问题。因此,一旦出现不明原因的疼痛,应及时到医院做检查,找出病根儿,对症治疗。

2010年3月,市中心医院开设疼痛门诊,治疗范围主要是慢性疼痛患者,具体有:

- 头面部疼痛:三叉神经痛等。
- 颈项部疼痛:颈椎病、枕神经痛等。
- 腰背部疼痛:腰椎间盘突出症、骨质疏松、强直性脊柱炎等。
- 四肢痛:如肩周炎、网球肘、腱鞘炎、腕关节痛、膝关节痛、跟痛症等。
- 软组织疼痛:腰3横突综合征、肌纤维织炎、肌筋膜疼痛综合征等。
- 神经痛:带状疱疹后神经痛、幻肢痛等。
- 癌性疼痛:癌症所致疼痛或与癌症治疗相关疼痛。

市中心医院疼痛门诊

专家门诊时间:每周二、五全天
地点:门急诊外科大楼2楼
坐诊专家:尹伟 副主任医师
咨询电话:18952172932