

# 另辟蹊径,脑卒中诊疗有新通道

近年来,我国脑部疾病发病率呈逐年上升之势,这已引起了社会各界的广泛关注。

自2000年起,我国把每年的9月命名为“脑健康月”,将每年9月16日定为“脑健康日”,号召大家学习脑健康知识,关注大脑健康。

在众多脑部疾病中,脑卒中就像一颗藏在身体里的致命炸弹,排在成人致残病因的第一位。有数据显示,我国每年新发脑卒中患者约300万人,其中70%~80%的患者因此造成残疾不能独立生活。

## 脑卒中离我们并不远

上海市第四人民医院脑血管病科主任方亦斌博士介绍,脑卒中包括缺血性卒中和出血性卒中两种,缺血性卒中主要由脑血管狭窄闭塞或心脏内

血栓脱落堵塞脑动脉引起,占脑卒中总数的七成以上。

脑卒中具有高发病率、高死亡率、高致残率以及高复发率的特点,严重影响着家庭、社会生活,也给国家带来极重的负担。

## “另辟蹊径”减少患者痛苦

众所周知,全脑血管造影术是诊断脑血管病的“金标准”。方亦斌介绍:“经皮股动脉(大腿根部)穿刺是全脑血管造影的主要路径,但股动脉穿刺手术后需卧床24小时,无法下床大小便,不仅增加术后护理的负担,活动也有诸多不便,部分患者还会出现穿刺部位血肿、股动静脉瘘等并发症。”

目前,经桡动脉(手腕)入路正在神经介入领域被积极应用。方亦斌表

示:“作为神经介入诊疗技术的新途径,经桡动脉入路能增加患者术后舒适度,减少术后并发症。术后患者无需长时间卧床,减少了不适和痛苦。复查脑血管造影的患者,可以日间手术,当天即可出院,更加便利。”

由于桡动脉易于压迫,经桡动脉入路进行全脑血管造影和介入治疗术后的穿刺点并发症风险大幅降低。但是,因为血管较细,也需要医生更精细的评估和操作。

## “BE FAST”迅速识别脑卒中

在脑卒中患者的急救过程中,时间就是生命。而第一步莫过于识别症状,这时可以借助如“BE FAST口诀”来帮助快速识别卒中症状。

中国卒中学会在去年正式发布了识别卒中早期症状的“BE FAST口

诀”,“B”是指平衡(Balance),患者平衡或协调能力丧失,突然出现行走困难;“E”是指眼睛(Eyes),突然的视力变化,视物困难要引起重视;“F”是指面部(Face),患者出现面部不对称、口角歪斜的情况;“A”是指手臂(Arms),患者手臂有无力感或麻木感,通常出现在身体一侧;“S”是指言语(Speech),如出现说话含混、不能理解别人的语言的情况;“T”是指时间(Time),意味着出现上述症状时,请勿等待症状自行消失,应立即拨打“120”获得医疗救助。

方亦斌强调,正如“BE FAST口诀”的中文意思“要快”一样,卒中发作后一定要抓住最佳救治时机。越早接受治疗效果越好,挽救病人生命和避免残疾的可能性也越大。

记者 梅一鸣



上海市第四人民医院 脑血管病科主任 方亦斌

近日,中国医师协会儿科医师分会、中国儿童体检专家共识小组共同发布了《中国儿童健康体检专家共识》,为儿童体检提供了具体参考。

**出生后28天内** 新生儿身体疾病发病率和死亡率高,先天性畸形常常能在这个时候表现出来。因此,需要完善先天性遗传性疾病的筛查。另外,要做好脐带、皮肤等护理,以免发生感染。

**28天~1岁** 此时是生长发育最快

## 儿童体检,不同年龄段各有侧重

的时期,但婴儿的消化功能尚未成熟,易发生消化不良和营养缺乏性疾病,所以此阶段应关注营养和生长状况,定期监测身高、体重、头围,观察运动能力、语言发育、肌张力,对听力障碍、眼病进行筛查。

**1~3岁** 这个阶段是儿童语言、思维、动作、神经精神发育较快的时期,

要注意各系统的发育情况。除了继续监测营养、身体发育,还要关注语言能力、行走运动以及食物过敏等情况。

**3~6岁** 此时儿童的语言和思维进一步发展,是性格建立的关键期,也是进入集体生活前的准备期,应关注儿童整体的状况,注意常见疾病如近视、龋齿、缺铁性贫血等的筛查。孩子出现

个头矮小、过于好动等行为,应及时检查,排除矮小症、多动症等异常,并加以干预。

**7~12岁** 这个年龄段的孩子,体格生长速度相对缓慢,常规体检中需要重视提前发育、视力、听力、龋齿、骨骼畸形等问题的检查,重点排查性早熟、肥胖、矮小等疾病;常规体检外,还可根据家庭和个体情况,选择更深度的检查,如幽门螺杆菌、乙肝五项等。

罗蓉

## 我的血液怎么有点“黑”?

绝大多数人认为血液的颜色应该是鲜红色的,不少患者一旦在医院抽血发现自己的血液颜色“不正常”,就会十分紧张。

首先,我们要简单了解一下人体内血液的种类。人体内的血液可以分为动脉血、静脉血还有末梢

血,末梢血其实是动静脉混合血。动静脉血最主要的区别就是动脉血中血氧含量较高,所以呈鲜红色;静脉血中二氧化碳含量较高,呈暗红色;末梢血是两者的混合物,颜色也相对比较鲜艳。

有的患者看到自己暗红色的静

脉血时,会认为自己的血比较“黑”。这是因为,平时我们受点小伤,流的基本都是末梢血,比静脉血鲜艳。因此,当大家看到有点“黑”的静脉血时,不要焦虑,那是正常的颜色。

奉贤区中心医院检验科 赵剑

## 怀孕前,口腔需要“例行检查”

牙龈是女性激素的作用器官,妊娠期间女性体内雌激素大量增多,牙龈对局部刺激反应增强,会加重炎症反应。妊娠期间,有些孕妇变得爱吃酸甜或黏性大的食物,口腔环境发生变化。孕妇稍不注意口腔卫生,就容易导致牙周病的发生与发展。

孕妇患牙周病,除了因牙龈出血、

肿胀影响进食外,最大的危害是会导致不良妊娠结局,包括流产、早产、新生儿神经系统发育缺陷等。

为避免牙周炎伤害孕妇、胎儿,建议准备要孩子的女性,怀孕前要对口腔进行“例行”检查,发现牙周病、龋病、智齿冠周炎等,先治疗再怀孕。

丽娜



图 TP

## 一顿饭的消化之旅

成为糊状。

糊状的食物被舌头推向了咽喉部,接收到“信号”的咽部赶紧封锁了鼻咽通道,防止食物错入气管。随后,翻滚的唾液浪潮将糊状的食物推进食道。

食物糊糊每到一处,食管壁肌肉就会舒张打开。只要糊糊一通过,肌肉又立刻收缩,切断“后路”,使食物只能顺着食管向胃的入口——贲门移动。

食物糊糊通过贲门后,胃就开始热闹起来,不仅全力加速运动,将糊糊不断搅拌翻腾,胃腺还会分泌胃液,初步消化蛋白质。最终,食物被研磨成食糜,少量多次地通过胃底部的出口——幽门,去往小肠。

小肠内有从胆囊运来的胆汁、从胰腺运来的胰液,以及肠腺产生的肠液,三者共同作用,将碳水化合物、蛋

白质和脂肪分解成可供吸收的小分子物质。

经过小肠后,食物糊糊被吸收得差不多了,只剩余各类难以消化的残渣。相比于小肠的勤奋,大肠似乎总是“懒洋洋”的,残渣时而被他推着向前走几步,时而又退回来一些。大肠内还“定居”了很多肠道菌群,会趁机吸取残渣中的剩余营养。最终,肠道会吸收残渣中的水分,把残渣排出体外。

朱海杭

## 亲人确诊癌症,告知实情有技巧

几乎每一位癌症患者,都会对死亡充满恐惧。绝大多数患者家属,会选择对其隐瞒病情,认为这样做可以减少患者的心理负担,这在过去被称为“保护性医疗措施”。

如今看来,隐瞒真实病情的出发点固然好,但是,从尊重患者的角度,家属的这种做法相当于剥夺了患者的知情权。

如何告知癌症患者病情真相?比较好的做法是将患者的病情如实告知,将诊断、治疗和预后告诉患者,同时把利弊等各种科学评价与知识也一并告知,让患者心里明快地来选择合适的应对方式。而家属可配合医生,以一种可接受的方式让患者“知情”,让他们在自己生命十字路口有选择权和决策权。

在具体操作中,应该兼顾每位患者的心理素质、教育程度、身体状况等,采取不同的方式。有的可以“竹筒倒豆”直接和盘托出,有的则需要“挤牙膏”般慢慢地灌输。总之,要使患者受益更多,对他们进行悉心抚慰。

复旦大学附属肿瘤医院 综合治疗科 成文武

## 巧用食盐养生

热水泡脚时,适当加一些盐,配合按摩涌泉穴,有助于补肾、安眠。盐还有消炎的功效,溶于热水之后,借助水的热力,能更好地清洁皮肤、去角质,还能辅助治疗脚气病。

邹莉



图 TP

## 芒果皮泡水喝可降血脂

现代药理研究表明,芒果皮能调节人体内脂肪生成和脂质分解代谢过程,增强脂酶活性,从而降低胆固醇、减少脂质在体内蓄积。除了降脂外,还能改善机体功能,提高人体抗病能力。

具体方法是:芒果皮15克,切成黄豆大小的碎块,用开水冲泡20分钟,每日午饭后半小时服一杯,连服两周。

璐易