

心脏“漏洞”引发重疾 多手段为“蓝嘴唇”续航生命

心脏上一个未闭合的“洞口”，悄然引发了严重的肺动脉高压。39岁的刘女士，因缺氧导致嘴唇变成了蓝色，心脏也随时面临衰竭的危险。

5月5日是世界肺动脉高压日。肺动脉高压，这一被称作“心血管系统的癌症”的疾病，虽小众，却有着惊人的“杀伤力”。

心动脉导管未闭致重症

“6年前，因为嗓子不舒服去医院，意外查出了肺动脉高压。”39岁的刘女士回忆道。那时的她，走路时

感觉乏力，还以为只是缺乏锻炼所致。可几个月后，情况愈发糟糕，她不仅呼吸急促、全身乏力，嘴唇和手指都开始发紫。

医生追查病因后发现，发现原来是患者的心脏动脉导管未闭合引发了一系列危机。简单来说，就是心脏上端有一个“洞”，尽管通过手术进行了封堵，心脏的问题解决了，但以此导致的肺动脉高压却并未缓解。

不过，她并未放弃，来到武汉亚洲心脏病医院肺动脉高压门诊寻求进一步治疗。在接下来的四年时间里，刘女士坚持服用两种靶向药，并

定期随访，终于将疾病稳定在了轻度状态。

什么是肺动脉高压

据该门诊周红梅主任医师介绍，正常情况下，肺动脉血管内壁光滑，血流畅通无阻。但在肺动脉高压患者体内，血管内皮功能出现紊乱，就像建筑物的“防水涂层”破损一样，失去了保护作用。最终，肺动脉变成了“狭窄的隧道”，严重阻碍血液流动。

与此同时，与肺动脉相连的右心室不得不“加班加点”地工作，长

期超负荷运转后，右心室就像被过度拉伸的气球一样扩张、变薄，出现“洞口”，最终走向衰竭。

除了先天性心脏病外，呼吸系统疾病、结缔组织疾病、血液系统疾病等多种病症，都有可能引发肺动脉高压。

治疗难度大幅下降

由于长期缺氧，患者的手指和嘴唇会呈现出蓝紫色，所以“蓝嘴唇”成了他们的代名词。但是该病在早期阶段症状却并不明显，这就导致很多患者在发现病情时，往往已到晚期，治

疗难度大增，预后效果不佳。

“肺动脉高压是一种进展性疾病，治疗是一个长期的过程。”周红梅介绍说，近年来，随着治疗理念的革新以及治疗方法的不断改进，肺动脉高压已不再是无法医治的绝症，患者的生存状态得到了显著改善。

目前，已有6种靶向药被纳入医保范畴。同时，心房间隔造瘘术、经皮肺动脉去神经术、血管介入治疗等方式的出现，改变了以往仅靠药物治疗的单一局面，为患者提供了更多的治疗选择。 据 央视网

“黑血检查”：脑血管疾病诊疗新利器

你是否听说过“黑血检查”？它堪称脑血管疾病诊断与治疗领域的得力助手。

我们所熟知的核磁共振(MRI)，大多运用“亮血技术”，其原理是增强血液信号，同时抑制背景信号，以此突出血管。与之不同的是，磁共振黑血检查技术(MR-VWI)采取的是降低或抑制血液信号的策略。

以往，当患者颈动脉超声检查发现

斑块体积增大、管腔狭窄超过50%，出现头晕、肢体麻木、晕厥等早期卒中症状时，医生通常会建议患者进行颈动脉血流超声检查。然而，这种检查存在一定局限性，显影较为单一、无法完整显示全部颈动脉及颅内段动脉，进而导致检查结果的准确性大打折扣。

而黑血检查技术能够直接对颈动脉管腔和管壁进行观测，完美弥补了上述检查的不足。它不仅能够清晰

显影、有效减少伪影，还能突出颅内动脉瘤血管壁信号，精准分析颈动脉和颅内段斑块，准确判断斑块是否为活动斑块。这一系列优势有助于医生精准评估血管结构，准确判断颅内动脉瘤破裂风险，从而制定出个性化的精准治疗方案。

在进行检查时，护士会在患者右手臂的静脉处留置抗压型留置针。随后，影像科技人员通过留置针注入

加乐显(磁共振对比剂)，紧接着进行核磁扫描，整个检查过程大约需要40分钟。

检查结束后，患者需每小时饮用100毫升水，以此促进肾脏代谢，加速对比剂的排出。患者可通过观察尿液颜色来判断饮水量是否达标，尿液颜色越浅，表明对比剂排出越充分，对肾脏的影响也就越小。

上海仁济医院神经外科 姜晓黎

「一科室一特色」，创新护理暖人心

5月12日是国际护士节，在上海静安区市北医院，护理工作绝非简单的“打针发药”与“跑腿”，他们通过创新护理方式，为患者呈上全方位、个性化护理服务。

市北医院护理部主任沈海健介绍，医院以“一科室一特色”打造护理服务矩阵。综合内科推出“爱心呼叫铃+心衰动画”宣教体系，为记不住医嘱的老年患者设计“爱心提示卡”，还构建“三心联动”文化生态：音乐治疗缓解患者焦虑，“心语墙”满是医患深情。

内镜中心通过定制肠镜检查裤，解决患者隐私顾虑；用知识角和体位图传递健康知识、指引检查姿势。

骨科作为防血栓重点科室，以“防血栓三步法”为核心，构建起科学、系统的血栓预防体系。科室还制作了防血栓折页与锻炼小视频，联合营养科制定饮食指南，合理用药保障安全。这些有针对性的护理举措，尽显专业。

年过古稀的孙阿姨患有多种老年疾病，住院时痛苦异常。责任护士黄金艳贴心关怀，让孙阿姨如沐春风。孙阿姨出院时满怀感激，并送上锦旗。还有患者在感谢信中感慨，在这里感受到家一般的温暖，医护人员医术精湛且关怀备至。市北医院的创新护理服务，让病房从冰冷医疗场所转变为充满人文关怀与专业智慧的健康港湾，真正做到了以患者为中心，温暖每一位患者的心。

通讯员 喻文龙

突发耳聋 需把握救治“黄金时间”

突发性耳聋，是指突然发生、原因不明的感音神经性听力损失。发病时间一般为数小时至3天，典型症状包括突然发生的听力下降、耳鸣、耳闷以及可能的头晕、眩晕、恶心和呕吐等。

耳蜗中的听觉毛细胞一旦受损，在一定时间内得不到及时治疗，将不能再生。事实上，突发性耳聋发生后72小时，是治疗的“黄金时间”，若在此阶段没有及时治疗，治疗难度不仅增加，听力恢复的概率也会明显下降。

医生通过精准诊断耳聋的类型和程度，会帮助患者制定规范的治疗

保持合理体重 告别卵巢早衰

卵巢早衰，是指女性在40岁以前因卵巢内卵泡耗竭或卵泡功能障碍而导致的闭经现象。其临床表现为闭

经、不孕、潮热多汗、性欲下降等低雌激素症状，并有皮肤干燥、皱纹增加，生殖道和器官萎缩等症状，呈现出外

眼镜与健康

很多人在开车时都习惯戴眼镜(近视眼镜、近视太阳镜、老花镜、驾驶眼镜等)，驾驶结束后，会习惯性将眼镜放在车里，殊不知这是一个很严重的错误行为，眼镜不能放在车里，尤其是夏天。

眼镜在夏天为什么不可以放在车内？因为夏天气温高，尤其是夏天关闭车门，车内温度可达50度以上，树脂镜片都惧怕高温，高温会使镜片产生龟裂，导致膜层爆膜。

目前市场上消费者佩戴的眼镜，有98%是树脂镜片。因树脂镜片重量轻、抗冲击力强，安全舒适，成为现在很多人配眼镜时的选择。树脂加膜镜片，镜片双面都镀了多层保护膜层(比如加硬膜、易洁膜、防紫外线膜、防水膜、防静电膜等)，根据热胀冷缩原理，镜片会随着高温膨胀，

你知道眼镜也怕热需要防晒吗？

会把这个多层防护膜层给撑裂，形成爆膜开裂，表现症状为对着灯光看镜片有无数蜘蛛网一样。膜层爆膜会让镜片产生不能聚焦的现象，降低眼镜的清晰度，造成视物不清视疲劳等，比镜片刮花更严重，等于报废。

不止镜片要避免高温，板材和注塑镜架也要避免高温。高温暴晒会使板材或注塑的镜框变形、软化、加速老化。镜框变形的影响有哪些：1. 镜片光学中心偏移，不能对准眼睛瞳孔，光度发生变化，出现头晕、恶心等现象。2. 重量偏移，造成鼻梁、耳朵受力不平衡出现压痕。3. 戴一副变形的镜框破坏个人形象。

另外也提醒大家不要戴着树脂眼镜到高温环境中，比如去桑拿浴场时。还要避免镜片不能用40摄氏度的

表的“老化”。

有研究表明，女性的体脂率在17~22%时，才能维持雌激素的正常分泌。因此，女性切勿过度追求“低体重”，这样可以降低卵巢早衰的风险。

以上的温水清洗，也要避免经常用酒精等腐蚀性很强的液体擦拭镜片。

还有老花镜，除了避免高温，也要避免长时间的阳光直射，老花镜属于凸透镜，有汇聚光线的作用。如果长时间聚焦光线，导致焦点温度过高，除了会加快车内饰的老化程度外，严重的还会烤坏车内的塑料饰板，甚至导致车辆自燃。

综上所述，随着夏季的到来，切记不可将眼镜置于车内或戴眼镜到高温环境中，不止人要注意防晒，眼镜也要注意防晒。

茂昌®眼镜 特约专栏

地址：南京东路762号 服务热线：63223839

前列腺癌的「侦察兵」

钱大爷今年64岁，身体一直还算硬朗。可最近几个月，他总感觉排尿有些不畅，起夜的次数也增多了。到医院就诊后，医生建议他进行经直肠前列腺超声检查。

检查时，超声探头会缓缓插入直肠超声仪器的屏幕上开始清晰地显示出前列腺的形态、大小以及内部结构。正常的前列腺在超声图像上呈现出一种均匀的回声，而如果有前列腺癌，就可能会出现一些异常的回声区域，这些异常区域往往就是医生怀疑癌变的部位。幸运的是，钱大爷因为就诊及时，发现了体内的“炸弹”。

在前列腺癌早期，患者可能没有明显的症状，或者仅有一些像排尿不适、尿频等容易被忽视的症状。而经直肠超声检查就像是一个敏锐的“侦察兵”，能够在癌症还处于萌芽状态时就发现端倪，为后续的治疗争取宝贵的时间。

经直肠前列腺超声检查虽然在前列腺癌的诊疗过程中扮演着极为重要的角色，但它也并非确诊前列腺癌的唯一依据。通常在发现可疑病变后，医生还需要结合穿刺活检等多种检查手段对前列腺癌进行综合判断。

上海市同济医院超声诊断科主任 白文坤

答读者问

松江区刘女士来信咨询：网上有一种用于瑜伽锻炼的泡沫轴很热销，据说有瘦腿的功能，这种说法有科学依据吗？

上海市健康促进中心回答：泡沫轴能够通过身体自重，适当加压于肌肉及深层的筋膜组织，最终达到放松肌肉、恢复肌肉功能的作用。

滚压泡沫轴后，会把持续紧张的肌肉拉长，视觉上显得腿围变小了，但是很快就会恢复原状，并没有瘦腿效果。