

## 做读者需要的健康服务

## 以为是中暑 没想到是急性脑梗

三伏天里脑血管病患者增三成,抓住预警信号很关键

□记者 秦聪聪

日前,山东省2016年度居民疾病与健康状况数据显示,我省脑血管病的发病率为482.42人/10万,在2016年山东居民死因疾病中仅次于心血管疾病和恶性肿瘤,排名第三。而近日,省城各大医院里出现头晕、胸闷等中暑症状的患者增多。值得警惕的是,这其中有些患者并不是中暑,而是脑血管病发作,如脑梗死、脑出血等。专家提醒,夏季高温容易诱发脑梗等脑血管病,患者千万不要忽视一些轻微的、不典型的症状。



医学前沿

## 甘露糖可防治糖尿病与哮喘

人们通常认为吃糖过多会导致多种疾病,包括肥胖、心脏病以及糖尿病等,但甘露糖也许例外。由美国国家卫生研究院领导的一项研究24日说,小鼠实验显示,多吃甘露糖有可能防治糖尿病与哮喘。

甘露糖是一种广泛存在于蔓越莓等浆果和其他一些植物中的糖。此前有研究显示,它对女性泌尿系统感染有一定治疗作用。通常人体里也存在甘露糖,但约有葡萄糖量的五分之一。 新华

## 一个基因变异可增加5种血管疾病风险

美国、荷兰和德国科学家在新一期美国《细胞》杂志上报告说,人类第6号染色体上的一个基因变异能增加冠心病等5种血管疾病的风险。这一发现将有助于开发针对这些疾病的新的防治方法。

此前研究发现,第6号染色体上某个区域的变异与5种血管疾病有关,包括冠心病、偏头痛、高血压、颈部动脉夹层和纤维肌发育不良。新研究定位到了具体的遗传代码,并发现了它增加血管疾病风险的原因。 新华

## 不太痛的口腔溃疡要当心

近日,杭州师范大学附属医院收治了一位老年患者,她反复口腔溃疡有3年多,最近查出竟是舌癌。

这么一点小毛病怎么会发展成癌呢?其主治医生连文海告诉记者,“口腔溃疡大致上分为两类。一类就是大家常常会碰上的那种,外围是泛红的一圈,中间有个凹陷的黄点,患上这样的溃疡,日常进食十分痛苦。剩下的那一类口腔溃疡就得警惕了,可能它在外形上与前一类相似,但摸上去会有点硬硬的感觉,而且一般不会有疼痛感,整个创面始终难以愈合,临床上这种情况存在2周的话,就会高度怀疑是癌的可能。” 浙江在线

## 美国拟降低香烟中的尼古丁

美国食品和药物管理局近日推出一项新的全面控烟计划,重点是把香烟中尼古丁含量降低至非成瘾性水平。这是世界上率先通过削减尼古丁含量的方式控烟。

美药管局局长斯科特·戈特利布当天在记者会上说,“重新重点关注尼古丁,将能帮助实现一个香烟不再让我们子孙后代上瘾的世界。” 新华

## 喝酒能提升早前记忆

过量饮酒会让人头脑不清醒应该是常识了。然而英国一项新研究发现,摄入酒精能提升一个人对饮酒前所获取信息的记忆。

英国埃克塞特大学研究人员招募了88名志愿者。这些志愿者先学习了一天单词,随后一部分人随意饮酒,一部分人不饮酒。第二天再次进行单词学习。结果显示,那些喝过酒的人表现更好,能记起更多他们之前学过的单词,而且饮酒量越大的人在记忆这方面的效果越明显。 新华

## 伏天出趟门 结果住进了医院

王先生今年62岁,他自认为身体非常健康,没想到刚入伏就倒在了病床上。

入伏第二天,王先生去附近的菜市场买菜,突然感觉一阵头晕目眩,眼前发黑,差点晕倒在路上。他以为是天气太热中暑了,休息几分钟后,身体仍然没有好转。王先生强撑着回家后便靠在床上休息,家人

见状不放心,将其送到了附近的济南市第三人民医院。

检查中,虽然王先生意识清楚,但头晕、乏力的症状一直没有缓解。他在医生的建议下做了颅脑CT,结果显示脑干梗死。

医生紧急为其进行了溶栓、抗栓、脑保护治疗,现在王先生的病情已经趋于稳定。

## 1 重视颈动脉血管B超检查

翟秋菊告诉记者,要预防脑梗死,首先要重视脑梗死的这些高危因素。有高危因素和家族遗传倾向者应该积极控制,避免不良生活习惯,定期筛查。

“颈部血管B超可以映射人体全身血管的健康程度,提示脑血管是否存在狭窄,是脑梗死筛查最方便的项目之一。”翟秋菊告诉记者,如果颈动脉狭窄率 $\geq 75\%$ ,可以置入支架或

者进行颈动脉内膜剥脱手术,能够有效避免脑梗死发生。

翟秋菊指出,一旦得了脑梗死,最重要的是早发现、早治疗。目前,脑梗急性发作后溶栓治疗的黄金时机是4.5小时以内,动脉取栓黄金时机是6-12小时,但临床上很多患者到医院就医时已经远远超过这个时间,甚至还有一些患者根本不知道自己的发病时间。

## 2 抓住那些一过性的信号

脑梗死可发生于任何年龄段,多见于45~70岁中老年人,年龄越高,发病风险越大。它发病较急,多无预兆症状,发病后数分钟至数小时达到高峰。如不及时治疗,致残率及致死率极高,尤其是致残率。60%-70%的患者在脑梗死发作后留下不同程度的后遗症,有人表现为轻度语言障碍、记忆力下降、头晕、口眼歪斜、偏盲等;有人则会遗留较重的症状,比如吞咽困难、呛食呛水、共济失调、失语、偏瘫等。

因此,翟秋菊提醒,大家要积极控制脑血管病的危险因素,同时一定要注意

大脑出现险情时身体发出的预警信号。比如,头晕、头痛、视力模糊、嗜睡、浑身无力,这些症状可能表现不严重,甚至过几天后可以恢复,但很有可能是脑梗的前兆。还有一些患者会出现一过性的言语不清、肢体麻木症状,往往三五分钟就会缓解,临床统计,大约有三分之一的患者在出现上述症状之后会突发脑梗死、脑出血等严重脑血管疾病。一旦发现预警信号或者筛查发现有血管病变,应该积极就医,认真接受评估,以决定是否接受进一步治疗。

## 进屋猛吹空调 易诱发脑血管病

“天气热了以后,脑血管疾病的发病率提高,从门诊和住院数量来看,患者大概增加了三成。”济南市第三人民医院神经内科主任翟秋菊告诉记者,夏季是脑梗等脑血管病的高发季节。一些脑血管病临床表现同中暑类似,都是头晕、恶心、肢体无力,很容易误导患者。

翟秋菊解释说,老年人血管因动脉粥样硬化而有不同程度的狭窄,在天气炎热的情况下周围血管扩张、血压下降,有相关病史的患者会放松警惕。像王先生这样本来就

有高血压病史,在天气炎热、大量出汗的情况下,如果水分补充不及时,体内血容量不足,血黏度就会增高,血流缓慢,容易使输向大脑的血液受阻,进而造成脑组织缺血、缺氧和坏死。

除此以外,还有些人把房间空调温度调得太低,室内外温差较大,从室外进入空调房后,血管迅速收缩,导致血管内壁出现破裂,血小板大量堆积,发生脑血管堵塞。除此之外,夏天人的情绪会比较烦躁,也容易导致血压波动大,从而诱发脑梗。

## 高血压和吸烟是脑梗两大高危因素

翟秋菊介绍,出现脑梗死的根本原因在于各种致病因素比如高血压、高血脂、高血糖等。

总的来说,脑梗死发病的高危因素有高血压、吸烟、卒中、糖尿病、冠心病、脂代谢紊乱、房颤等。一般来说,高龄老人,有既往高血压、心脏病、糖尿病、高血脂、颈动脉粥样硬化、高尿酸血症、高同型半胱氨酸血症、肥胖病史,有吸烟、

喝酒等不良生活习惯的患者,都属于脑血管病的高危人群。

翟秋菊还指出,近年研究表明,吸烟可抑制血管舒张,增加血管收缩,使斑块变得不稳定,并引起血管内皮的炎性反应,是导致动脉粥样硬化的最危险因素之一。目前,我省脑梗死患者中,吸烟成为仅次于高血压的第二大危险因素。

## 专家问答

## 感染幽门螺杆菌 患胃癌几率大?

□记者 秦聪聪

市民吴女士问:最近单位组织体检,医生说感染了幽门螺杆菌。有人说,感染了幽门螺杆菌,等于将来很有可能患上胃癌,这是真的吗?

山东省千佛山医院内镜诊疗科主任贾永答复:幽门螺杆菌是一种生存于胃幽门部位、螺旋形、目前已知的唯一能在胃液中生存的微生物种类,也是最常

见的细菌病原体之一。据了解,全世界一半以上人口受到过幽门螺杆菌的感染,有些国家感染率高达90%以上,而且通常幼年时就受到感染,5岁以下达到50%。

一般来说,不洁的手、餐具、饭菜或粪便,是幽门螺杆菌的主要传播途径。因为家庭习惯共同用餐,所以经常一人感染、全家生病。

近年来,人们对幽门螺杆菌

的知晓率显著提高,但无谓的恐惧也增加了。通俗地说,幽门螺杆菌不是致癌的“元凶”,而是“帮凶”。虽然从世界流行病学来看,幽门螺杆菌感染与胃癌有一定的相关性,但最终患胃癌人数只占感染人群的1%左右。胃癌是一个日积月累的疾病过程,幽门螺杆菌感染主要作用于癌变的起始阶段,所以幽门螺杆菌的最佳治疗时机为萎缩性胃炎发生之前。



欢迎扫码加入大医生微信群,您的健康问题可以通过微信群告诉我们,我们为您找专家解答。