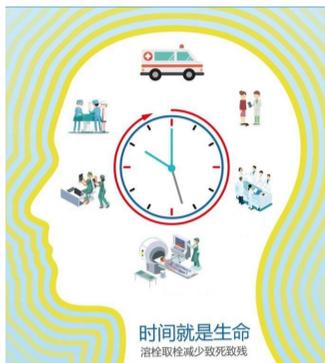


# 识别早一秒 大脑恢复好 卒中高危人群预防方法来了

近日,一名老人在家中突然感到走路不稳,出现视物成双。对卒中知识有所了解的家人敏锐地意识到,这很可能是卒中,于是将老人送到无锡市中医医院。果然,老人通过绿色通道第一时间查出卒中,并及时接受溶栓治疗,目前脑功能逐渐向好。10月29日是第17个“世界卒中日”,今年的宣传主题是“识别卒中早一秒,挽救大脑恢复好”。秋冬季又进入卒中高发季,无锡市中医医院脑病科主任赵义纯介绍,卒中是一种可防可治的疾病,平时就要早识别、重筛查。



## 高危人群年龄大大提前

赵义纯介绍,卒中是一种急性脑血管疾病,是由于脑部血管突然破裂或因血管阻塞导致血液不能流入大脑而引起脑组织损伤的一种疾病,包括缺血性卒中和出血性卒中,其中缺血性卒中的发病率高于出血性卒中,占卒中总数的2/3。根据《中国脑卒中防治报告2020》的报告,2019年,我国缺血性卒中发病率由2005年的117/10万升高至2019年的145/10万。卒中具有高发病率、高患病率、高复发率、高死亡率、高致残率等特点,患者一

旦得病,或生命不保,或瘫痪在床,本人和家属承受经济和精神上的双重负担。

值得注意的是,卒中已经不是老年人的“专利”。以往,65岁的老人才是卒中的高危人群,如今,临床上经常遇到二三十岁的年轻患者。无锡市中医医院就接诊过一名30多岁的小伙,肥胖,长期熬夜、打游戏,还抽烟。除了心脏卵圆孔未闭、血管畸形等,导致这些年轻人出现卒中的多为不健康的生活方式。

## 溶栓治疗时间很关键

卒中发病原因诸多,如年龄、家族遗传史、肥胖、体力活动少、高脂饮食、酗酒、血液高凝状态、高血压、糖尿病、心脏病、高血脂、吸烟和无症状的颈动脉狭窄等,其中高血压被认为是卒中的首要危险因素。

赵义纯提醒,一旦有上述原因的人发生卒中征象,应立刻拨打120,因为脑卒中急救争分夺秒,治疗越早,大脑才能恢复越好,患者的日常功能才会影响最小。120急救车将患者送到医院后,医

生会根据病情判断,如果适合溶栓,应尽快开展溶栓治疗。溶栓有适应症和禁忌症,医生会从专业角度把握,并且需要患者和家属配合医生。目前,对于缺血性卒中最好的治疗办法就是溶栓,即静脉注射药物,但是这个治疗时间窗非常短,只有在有效的治疗时间窗内才能挽救脑组织,挽救患者。还有一种介入取栓,适合大血管狭窄的患者。此外,对于出血性卒中,如果出血量少可以保守治疗,出血量多则要手术治疗。

## 记住“BEFAST”,早期识别卒中

对于卒中高危人群,赵义纯建议他们接受卒中筛查,具体包括:血常规、肝肾功能、血脂、血糖、凝血六项等。重视卒中筛查,有意识地控制卒中的危险因素,做到早预防、早诊断、早治疗防止卒中的发生或复发。

市民在家中,也可以通过“BEFAST”快速识别脑卒中:“B”——难平衡,病人平衡或协调能力丧失,突然出现行走困难;“E”——看不清,病人突发的视力变化,视物困难,视物成双;“F”——面不正,病人面部不对称,口角歪斜;“A”——臂不平,病人手臂突然无力感或麻木感,通常出现在身体一侧;“S”——语不灵,病人说话含混、不能理解别人的语言;“T”——时间,上述所有症状均提示可能出现卒中,应尽快送医就诊,切勿延误病情,拖延救治。

据介绍,卒中预防分两级,一级预防是预防引发脑卒中的危险因素,包括高血压、高血脂、心脏

病、运动减少、吸烟、喝酒、动脉狭窄等。控制好这些危险因素,可以预防七成卒中的发生;二级预防就是已经得过卒中的人,要继续控制这些危险因素,改变饮食习惯、生活方式,进行规范的药物治疗,防止脑卒中的复发。

赵义纯介绍,对于卒中的预防,不同人群应该根据自身条件“对症下药”,高血压患者应注意控制高血压,坚持服用降压药物;高胆固醇血症患者应注意控制胆固醇,坚持服用降血脂药物;糖尿病患者和高危人群应积极防治糖尿病;心房纤维性颤动或有其他心脏疾病者,应控制心脏病等危险因素。而无论是老年人还是年轻人,都要养成健康生活的习惯,饮食要清淡,并适度进行体力活动,要克服不良嗜好,如戒烟、限酒、不久坐等。同时,还要注意防止过度劳累、用力过猛,注意天气变化,看电视、上网等时间不要太久,保持饮水充足。老年人更应防止过快的改变体位。(卫文)

## 14岁男生高烧硬撑两天 一度心脏停跳失去意识

近日,温州14岁的小文(化名)在“鬼门关”前走了一遭。感冒发烧的小文,因为课业繁忙强撑着没去医院治疗,撑了两天高烧迟迟不退。等到医院后,小文心肌炎发作,一度心脏停跳半分钟……

今年14岁的小文身高1.8米,体重100公斤。因为近日天气降温着了凉,发起了高烧,烧到了39.6摄氏度。一开始家里人只觉得是普通的发烧感冒,就给孩子吃了点感冒药和退烧药。没想到小文这一烧就烧了2天,饭也吃不下,觉也睡不着,鼻塞流涕、恶心呕吐加腹痛轮番上阵,家里人赶紧把他送到温州医科大学附属第二医院急诊。

医生进行了初步的检查后发现,小文可能不只是简单的感冒,于是安排小文做了一个肌钙蛋白检查。检查结果把医生都吓了一跳,正常人的肌钙蛋白指数一般是0.03ng/ml,而小文的检查结果显示已经达到了27ng/ml,意味着其心肌已经受损严重。

小文可能是得了心肌炎,医生马上将其转至心脏重症监护室观察。10个小时后,小文突然出现心脏停跳,并且伴随着失去意识,四肢强直的情况,在停跳了半分钟后,小文的心脏又恢复了跳动,并且神志也恢复了清醒,但他的心跳仍然不规律,有时会跳到200/分钟,有时是0/分钟。

“小文随时都有心脏骤停的风

险。”心脏重症监护室住院医师王存存告诉记者,由于这种病毒入侵引发的心肌炎,没有特效药只能依靠自身的免疫系统抵御,但是小文的情况已经无法靠自身来抵御,只能依靠人工心肺机接管“心肺功能”让他濒临崩溃的器官功能得到有效缓解。经过4天的治疗,小文顺利出院。

小文这样的只是个例吗?记者查阅相关报道,发现这样的病例很多,其中不少是年轻人。复旦大学附属华山医院心内科副主任医师潘俊杰此前分析说,年轻人工作压力大、负荷重,为了工作上的事往往比较“拼”,超负荷工作,不注意休息,这种情况下常常会抵抗力下降,诱发心肌炎。北京医院心内科副主任汪芳介绍,心肌炎发病率非常高。在心肌炎中,有一种叫做暴发性心肌炎。暴发性心肌炎在几小时到几天内病情会迅速恶化,易发展为急性心衰或心源性休克,或导致各种严重的心律失常,特别是严重的心动过缓。早期即可出现急性重度心衰,且常出现心源性休克和各种严重的心律失常,死亡率高达75%以上。导致暴发性心肌炎的诱因是病毒,暴发性心肌炎分为病毒感染所致和非病毒感染所致,其中病毒感染占90%以上。患者如出现持续高热、精神不好、嗜睡、叫不醒、全身乏力、面色苍白及频繁的腹泻、呕吐、腹痛等情况,应及时到医院就诊,以免延误病情。(温州都市报)

## 明慈医院新技术 造福冠脉血管严重钙化患者

“终于不用担心胸闷晕倒了,我现在感觉呼吸都顺畅了。”66岁的杨老伯开心地对医生说。近日,无锡引进冠脉冲击波球囊技术,杨老伯在无锡明慈心血管病医院接受该项新技术治疗,成为无锡首例冲击波球囊技术的受益者。

据了解,杨老伯有30年的糖尿病史,1个月前于家中突发晕厥,送至无锡明慈心血管病医院诊治,冠脉造影检查显示其心脏三支主要血管出现病变,其中左前降支存在95%以上狭窄,并伴有严重钙化。医生决定为其施行手术治疗。

我国著名心脏病介入专家、北京大学人民医院心脏中心副主任、导管室主任王伟民介绍,血管内出现钙化斑块,血管会变得坚硬,一直是介入治疗的难点和痛点。因为钙化斑块堵塞血管,会影响介入器械的通过,也导致支架无法充分展开,影响治疗的近期和远期效果。

杨老伯年龄大,基础疾病多,冠脉严重钙化质地坚硬。采用传统手术风险大,并发症高。经过无锡明慈心血管病医院心内科、华医心诚集团方唯一、张大东、王伟民等专家缜密评估,

决定采用国内治疗冠脉严重钙化病变的新利器——冠脉内冲击波球囊碎石技术。

“这项新技术原理与治疗肾结石的声波技术原理相似。”王伟民介绍,它主要通过球囊导管将声压力波传导至钙化病变处,向病变发射冲击波,快速有力地震碎血管里的钙化斑块,对正常血管组织无损伤,患者无痛苦。今年5月我国批准此项技术应用于临床,目前仅在国家级、省级医疗机构的心脏中心开展200余例。

经过专家团队充分准备,王伟民于10月19日为杨老伯施行冲击波球囊碎石术。医生顺利植入支架,原本堵塞的血管被轻松扩张开。整个手术持续40分钟,患者心率、血压稳定,术后恢复良好。

据悉,华医心诚集团是一家由霍勇教授、葛均波院士等23位顶级心血管专家发起组建,28个省市500多名专家签约参与的医疗团队。华医心诚目前已与明慈医院达成深度的战略合作,为医院在人才培养、体系建设、技术提高、医教研和急救一体化建设等方面提供支持,推动无锡在心血管病领域的提升进而辐射周边区域。(王菁)