

康复治疗半个月 他吞咽无忧,告别6个月的“大象鼻”

今年4月份,出现“脑干梗死”的蒋先生经过急性期救治和短期的康复治疗,还是无法正常吞咽。每天只能拖着鼻饲管进食的他,就如同甩着长长的大象鼻子,给生活带来了诸多不便。经过无锡市康复医院康复医学科专家团队治疗半个月后,蒋先生的自主吞咽功能已恢复正常。

“一直觉得我生活都可以自理了,恢复吃饭能力应该也是早晚的事,谁能想到还要戴着鼻饲管,一戴就是半年。”来自宜兴的蒋先生在今年4月份出现中风,当时被医院诊断为“脑干梗死”。经过治疗后,蒋先生的运动功能恢复到接近病前的水平,能在家人搀扶下行走,但喉咙却像被绳子勒住了一般,一点食物和水都进不去。没办法,他只能依靠鼻饲管进食,几个月过去了,身体机能都在慢慢恢复,唯独鼻饲管没法拔除。

无法经口进食的情况让蒋先生感觉十分痛苦。听熟人说起无锡市康复医院在吞咽障碍康复方面有着特色技术,于是蒋先生抱着试试的态度,在子女的陪伴下来医院寻求帮助。康复医学科专家团队通过了解其病史,给予综合检查后,确认蒋先生

是脑干的延髓背外侧梗死后典型“Wallenberg综合征”,他的吞咽困难也主要由于食管上段的环咽肌弛缓所致。经过后续临床、电子喉镜等综合评估后,康复医学科博士徐新蕾明确了蒋先生的吞咽障碍症结,制定了以食管气囊扩张术为主,辅以吞咽肌群感觉、运动训练等的综合治疗方案。仅仅治疗3次后,蒋先生便能在医生指导下咽下5毫升吞咽训练用食品,继续治疗2-3次后,他已经能在5分钟内吃下200毫升的米糊了,蒋先生体会到了久违的幸福。治疗半个月后,蒋先生的吞咽功能已恢复正常,他感慨地说:“如果我早点找到这么专业的团队就不会拖着这个‘象鼻子’半年多。”

据徐新蕾介绍,吞咽看似简单,其实是最复杂的生理反射之一,需要口腔、咽喉、食管等一系列器官以及大脑神经的协调配合。一旦这些器官或大脑神经有病变,如出现中风、脑外伤、痴呆、帕金森病、做过头颈部肿瘤手术等,就可能出现吞咽功能障碍。随着年龄增加,15%的老年人也会出现不同程度的吞咽障碍。

“患者正常安全进食十分重要,否则就会出现脱水、营养不



良、肺部感染等一系列不良后果。”徐新蕾表示,吞咽功能障碍会在各方面影响患者的日常生活。若患者出现不能将食物送入咽部,食物或口水易从口腔流出;吃东西时容易被食物或者液体呛到咳嗽,频繁有清喉咙动作;吞咽食物费力,每口食物要反复吞咽才能完全咽下;长期低热、反复肺炎、不明原因的体重减轻等情况,建议及时前往康复专科医院进行评估和治疗。

(葛惠)

为何“睡得深” 有助“记得真”

你是否曾好奇,那些深刻的记忆是如何在我们的脑海中留下永恒烙印的呢?科学家认为,当你酣然入梦时,你的大脑可能非常繁忙,一天中的一幕幕正在此处被重新上演……此时,那些短暂而鲜明的信息,会从海马体这个临时仓库精心打包,运送到新皮层这个用于长期存储的仓库中。而在这场记忆的“搬家”过程中,慢波扮演了至关重要的角色。

慢波,也称慢振荡,是深度睡眠阶段(即“睡得深”)大脑皮层中释放的一类电波,可以通过脑电图(EEG)测量。人类的大脑是个微型生物发电站,当无数神经元整齐划一地调整电压,每秒同时升降一次时,就会共同“编织”出慢波的旋律。

多年来,科学家早已知晓慢波与记忆形成的密切联系,但大脑内部的具体运作机制却像蒙上了一层神秘的面纱。直到最近,这层面纱终于被揭开。

来自45名患者的珍贵新皮层组织样本成了德国科学家探索大脑奥秘的宝贵资源。这些患者因治疗癫痫或脑肿瘤而接受了神经外科手术。在实验室里,科学家们精心模拟了深度睡眠期间那典型的慢脑波电压波动。而那些精密的纳米级玻璃微吸管则是他们的“耳朵”,能够捕捉到神经细胞间那极其细微的“对话”。

如果把大脑神经元的电压波动想象成过山车,那么,就在其从低谷攀升至高峰的那一刻,大脑皮层神经元之间的突触连接得到了最大程度的增强。在这一时间窗口,大脑皮层仿佛也很“兴奋”,被激活到了最佳状态,能使被回顾的暂时记忆更有效地转移到长期记忆中。

如今,世界各地的科学家正在研究利用经颅电刺激或声学信号来影响睡眠期间慢波的方法。然而,这些刺激方法的试验和优化过程费力且耗时。新的发现或许有助于改进这些试验,进而帮助人们改善记忆。尤其是对于一些具有轻度认知障碍的老年人来说,这无疑是一个令人振奋的好消息。

(科技日报)



日前,鹅湖镇卫生院医护人员走进甘露小学,免费为二年级的学生开展窝沟封闭筛查,以降低儿童龋齿发生率,提高口腔健康水平。

(蒋秀磊 摄)

图片新闻投稿邮箱:
jkrm999@163.com

“锡阳红”专题开讲,为老龄化难题献策

为全面深刻把握新时代积极应对人口老龄化的新要求,深入探讨人口老龄化的重点难点及有效应对策略,近日,无锡市民政局老龄办携手无锡日报报业集团融媒体中心运营中心举办《应对人口老龄化:现实困境、改革思路及推进新时代“银龄行动”》专题讲座。

活动采用“线上+线下”相结合的方式举办,吸引了来自市老龄委各成员单位、各市(县)区老龄办及相关涉老社会组织的近百名代表积极参与。讲座视频在无锡观察APP上播出,超过十万人在线观看,引发社会广泛关注。

讲座特邀南京邮电大学社会与人口学院、社会工作学院及人口研究院院长沙勇教授作为主讲嘉宾。沙勇在人口发展研究领域有着深厚的学术造诣,其研究成果多次获奖,并被相关部委采纳

并应用于实际工作中。

讲座中,沙勇围绕全面深化改革、优化财力支持、发展为老科技、转变涉老观念等多个维度,深入剖析积极应对人口老龄化面临的挑战,并提出了以下建议:一是创新老年人力资源再利用机制,支持为老社会企业的发展;二是改革老有所养的补贴政策,从普惠补转为重点补,补供给转为补需求;三是构建主动健康的支持体系,推动健康老龄化,确保预防、治疗、照护三者并重;四是加快代际支持、老年学习等制度创新;五是加快实施人口开端计划,为老龄化社会注入新的活力。

最后,沙勇提到了“乐龄”社会的核心理念,即尊重老年人的自我价值、强化法治保障以及继承和发扬传统家庭观念。他呼吁社会各界共同努力,建设一个充

满爱与尊重的乐龄社会,让老年人能够真正享受到幸福与美好的晚年生活。

据悉,此次讲座是2024年市民政局老龄办“锡阳红”公益讲堂系列活动之一。为加强我市老年人在观念、思想、风尚、素质、能力等方面的引领和发展,老龄办与无锡日报报业集团融媒体中心运营中心携手,连续四年成功举办“锡阳红”公益讲堂。除集中授课形式外,“锡阳红”公益讲堂还组织老年朋友走进现场,实地探访锡城养老生活场景,领略最新文化消费风尚,同时邀请专家、达人分享健康生活方式,为老年群体提供新鲜的新闻主题、强大的师资力量、活泼的互动内容。老龄办致力于将此平台打造成向锡城老年人提供政策解读、思想熏陶、知识传递、信息服务、精神关爱的综合性服务平台。(王菁)