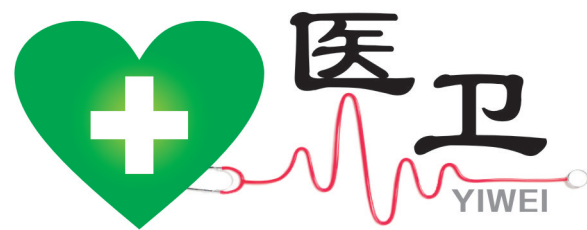


男子突发脑梗死 介入取栓化险为夷



住院不“过夜” 手术当日做

市中心医院妇科日间病房为患者减负

邵阳日报讯 (记者 唐颖 通讯员 张秀琴 李文娟 孟天笑) “这个日间手术实在太好了,真不敢相信这么快我就能出院。”2月5日,患者刘女士在市中心医院妇科办理出院时感叹道。

40岁刘女士患有子宫内膜息肉,是该院妇科日间病房试运行首日收治的第一位患者。当日,刘女士在24小时内完成了住院、手术及治疗全过程。期间,刘女士对病房环境、日间病房的工作效率十分满意。

该科主任张秀琴介绍,日间病房在国外运行了多年,是目前欧美等发达国家针对病情较轻、较稳定的患者实行的一种常态化的治疗模式。为了满足患者的就医需求,提高医疗服务质量,市中心医院妇科特开设日间病房。患者白天入院接受治疗,晚上回家休

息,随到随治,不影响正常的工作和生活。它能带给患者更好的就医体验和最优化的就医流程。患者从门诊、检查、预约,到手术、术后观察、康复出院,只需24小时至48小时,手术时间安排弹性大,病人住院时间缩短,整体医疗费用下降,减轻患者的经济负担。日间病房还能增加床位周转率,一定程度上缓解医院的床位紧张状况,提高医院现有资源的利用率。

那么,哪些妇科疾病适合日间手术呢?张秀琴介绍,适合做的疾病种类很多,比如子宫内膜息肉、异常子宫出血、宫腔镜流产等。目前,该科拥有一支经验丰富、技术精湛的专业医护团队,配备了先进的医疗设备,秉承“以患者为中心”的服务理念,为患者提供便捷、高效、温馨、舒适的就医环境及全方位的优质诊疗服务。

隔夜菜怎么吃?

避免亚硝酸盐摄入过量

新华社北京电 (董瑞丰 施科宇) 剩余菜品较多,存放时间较长,一些隔夜菜怎样保存,怎样更健康地食用?北京协和医院临床营养科主任于康说,应采取尽量减少亚硝酸盐摄入。

于康表示,首先要在根源上保证食物食材的新鲜卫生,尽可能少吃腌制、烧烤加工肉类食物,注意不要长时间存放绿叶蔬菜。对于已经准备好的饭菜,尽量

保证在3小时内吃完。

专家特别提醒,冰箱冷藏并不能完全抑制细菌繁殖,长时间保存还会造成维生素C等营养成分减少。因此,如果第二天要带餐,可以用干净餐具把菜品先制熟、分离出来,然后冷藏保存,避免食物污染,降低亚硝酸盐含量。

“不管采取哪种措施,隔夜菜应在24小时之内吃完,在进食之前也要充分加热。”于康建议。

科学防治老年心血管病

新华社北京电 (记者 李恒) 当前正处于天气寒冷季节,心血管病发生的概率增加。专家表示,气温骤降对于老年心血管病患者来说充满了挑战。这类人群要特别注意保暖,定期服药,保持情绪稳定,合理运动锻炼,增强抵抗力。在日常生活中注意血压和心率的波动,及时采取调控措施。

“冬天气温低,寒冷刺激容易诱发心血管病。老年心血管病患者晨起的三个‘半分钟’十分重要。”北京医院心血管内科主任医师刘兵介绍,醒来以后躺在床上“半分钟”,伸伸懒腰,不要立刻起床下地;坐起来后靠在床头“半分钟”,这个半坐的体位可以使心脏和血管的负担开始逐渐增加;把腿下垂,再等“半分钟”,这是再一次预热,使心血管系统适应直立状态。

刘兵表示,合理的保暖措施对于老年心血管病患者尤其重要,可以防止

心血管受到强烈刺激。要保持心情愉悦,减少情绪激动,建议少食多餐,保持大便通畅,规律作息。同时,冬天不宜天天洗澡,洗澡时间不宜过长,空气要流通,最好有专人陪伴或者坐位洗浴,避免跌倒。

专家建议,心血管病患者要按医嘱规律用药,血压心率波动并且出现不适症状时应及时就医。此外,冠心病患者身边应常备一些抗心绞痛药物。有些老年患者症状不典型,容易被人忽视,更应提高警惕。

健康饮食对心血管病患者十分重要。中国医学科学院阜外医院主任医师熊长明表示,亲朋好友聚餐,如果不加节制地摄入过多油腻、高热量食物等,可能会造成血糖升高、血脂升高、体重增加,进而增加心血管负担,也可能诱发心血管病。

熊长明特别提醒,心血管病患者要戒烟限酒,清淡均衡饮食,避免暴饮暴食。

术前准备,安排专人跟踪患者情况。16时50分,患者到达市中心医院。17时05分,患者进入导管室,脑血管造影发现,其左侧大脑中动脉血管近端堵塞,经左侧大脑前动脉软膜支代偿,取栓成功后获益概率大。18时22分,市中心医院神经内科介入团队成功取出堵塞血管的血栓,实现大脑中动脉的再通,并发现患者血管有动脉粥样硬化性重度狭窄,此次脑梗死就是因为血管狭窄处形成了新鲜血栓导致血管完全堵塞造成。如果就此结束手术,患者再次出现血管完全堵塞导致再次脑梗死的概率极大。

于是,该团队与患者家属充分沟通,建议使用球囊扩张术扩张狭窄的血管,必要时植入支架。家属同意该治疗方案。20时20分,经过3次球囊扩张后,患者的血管狭窄程度明显改善,远端供血维持良

好,手术结束。2月5日8时,该患者神志完全恢复,语言表达流畅,瘫痪的右侧肢体基本恢复正常。

市中心医院神经内科介入团队专家提醒,近期气温变化大,“脑中风”疾病较高发。要警惕中风,注意保暖、适当添加衣物;要保持情绪稳定,防止过度劳累;避免久坐;定期健康检查。此外,脑卒中的救治时间越迅速,救治效果越好,一旦错过了最佳治疗时机,可能会留下不可逆的后遗症,所以要及时拨打120,降低致残率。

据了解,市中心医院是邵阳地区最先开展介入治疗的医院,近年来,每年取栓救治的重症脑梗死患者达100余人次,球囊扩张及支架植入70余例,完成的高精尖手术如动脉瘤栓塞术150余例,拥有丰富的介入治疗经验和技能。



2月6日,市第二人民医院党员志愿者走进双清区仁信半岛城养老中心开展义诊活动。活动中,志愿者为老人提供免费检查、健康咨询服务,耐心询问他们身体状况、日常饮食情况以及用药情况,并给予健康饮食、合理用药方面的指导。图为志愿者为老人测量血压。

傅畅珺 谢早月 摄影报道

关爱未来 助力成长

市第二人民医院举行儿童生长发育义诊活动

邵阳日报讯 (记者 傅畅珺 通讯员 屈慧 郭晓波) 2月3日,市第二人民医院儿科举办“关爱宝贝 助力成长”儿童生长发育义诊活动。

义诊现场,前来参加活动的小朋友在家长的带领下有序填写基本信息,医护人员为他们免费测量身高、体重等基础指标,并通过智能仪器进行分析,评估生长

发育状况。小朋友只需把左手放到智能骨龄仪器中,仪器10秒钟就可以识别并读出骨龄,生成生长曲线图。

该院儿童保健门诊医生姜海燕耐心地与小朋友及家长们交流检测情况,向家长科普各个年龄段儿童的生长发育情况、生理特征和心理状况,通过结合现场测评的骨龄、身高、体重及生长发育图

综合评估孩子的生长发育情况,并针对每位儿童自身不同的情况,给予个性化指导或提出最佳的诊治方案。同时,她还向家长们讲解科学的身高体重管理方法,鼓励小朋友养成良好的饮食、睡眠习惯,在日常生活中多做跳跃性、伸展性运动,如跳绳、篮球、摸高、游泳等,促进健康成长。

“以前从来没有带孩子做过骨龄测试,以为只要吃得好就能长高,通过医生的讲解,我对孩子的成长发育有了更深的了解,以后我会科学管理孩子的身高,相信及时进行干预,也有可能让孩子身高逆袭。”家长王芳坦言道。

人体的生物钟被打乱,也容易诱发各种疾病,尤其是喜欢打牌及上网的人,久坐是导致肛肠疾病发生的一个重要原因。

刘亚辉提醒,节日期间人们要特别注意饮食起居,一是要控制辛辣刺激食物及酒类的摄入以免诱发或加重肛肠疾病;二是要避免长时间处于一种姿势,不要长时间打麻将、扑克或迷恋网络;三是要注意饮食结构的合理性和生活起居的规律性,不要打乱正常的生活规律,适当增加运动。肛肠疾病突然发生或加重,如出现喷射性出血、肛门疼痛、大便嵌顿、肛旁红肿热痛等,应及时到正规医院就医。

警惕肛肠疾病来“闹春”

邵阳日报讯 (记者 陈红云 通讯员 何雪峰 刘璐) 春节长假结束,而“假期后遗症”也适时发威。由于生活作息、饮食习惯的变化,消化道问题容易引发,肛肠疾病的发生率也会有所上升。

近日,30岁的王先生因为肛门剧烈疼痛,无法坐卧,来到市中西医结合医院肛肠科。医生经询问得知,患者节日期间聚会频繁,特别是喝酒较多,生活没有规律,导致抵抗力下降,诱发局部感染,造成肛

旁脓肿急性发作,必须进行手术治疗。无独有偶,还有一位28岁的男性患者,由于过节期间饮食不当,导致肛裂,局部严重感染,被收到病房手术。

市中西医结合医院肛肠科主任刘亚辉介绍,近期肛肠疾病多发可能与节假日人们的生活习惯突然改变有关。节日中,多数人餐桌上肉类及辛辣刺激食物会明显增多,蔬菜类食入较少,导致一系列肛肠疾病的发生或加重;另外,节日生活没有规律,

介入治疗畅通“生命通道”

邵阳日报讯 (记者 傅畅珺 通讯员 唐雯 郭晓波) “幸好医院抢救及时,我先生状态一天比一天好,现在能顺利走着回家,感谢医护人员。”2月3日,54岁患者李先生的爱人激动地表示。

1月15日5时许,家人突然发现李先生右侧肢体不能动,说话含糊不清,答非所问,立即拨打120前往市第二人民医院就诊。头颅磁共振检查结果显示,李先生右侧大面积脑梗死。

大面积脑梗死是急性缺血性脑卒中最严重的类型之

一,患者通常会出现偏瘫、意识障碍、颅内高压、凝视障碍等并发症。该病进展快,严重者发生脑疝导致死亡。该院脑四科主任邓焱坤召集医员,生团队紧急讨论,因李先生症状进行性加重且已出现意识改变,综合考虑为大动脉闭塞导致大面积脑梗死,不进一步积极治疗预后效果差。全脑血管造影显示,李先生右侧颈内动脉起始段中度狭窄,右侧椎动脉起始段闭塞。邓焱坤团队立即为李先生实施介入手

术,手术整个过程不到20分钟,成功开通了李先生堵塞的脑部血管,血流完全恢复。

术后当日,李先生的左侧肢体肌力从1级恢复到4级,神志恢复清楚,举手、抬足等四肢活动良好,没有留下明显后遗症。

脑梗死又称脑卒中,俗称中风,是人们日常生活中一种常见的脑血管疾病,也是目前排在我国居民致死病因首位的“头号健康杀手”。脑卒中一般分为两大类:出血性卒中和缺血性卒中。

对于脑卒中,预防比治疗更重要。邓焱坤建议,预防脑卒中的首要任务是纠正不健康的生活方式。做到合理膳食,低盐低脂;避免过度劳累,保证睡眠充足;戒烟限酒;适量运动,避免久坐久站,建议健康成年人每周至少3次至4次,每次至少持续40分钟中等或以上强度的有氧运动。同时,要控制血压、控制血糖、调节血脂,有意识地避免脑卒中的危险因素,做好定期体检。另外,要特别注意防寒保暖,锻炼身体应避开早晚寒冷时段。