



医护人员集体向陈海东鞠躬致敬。

## 致敬!邵阳县一男子离世捐献器官救5人

记者 唐颖 阳恬甜  
通讯员 吕奇魁 郑雯

1月18日,一场庄严肃穆的遗体告别仪式在邵阳县人民医院手术室举行。全体医护人员向器官捐献者陈海东深深鞠躬,默哀致敬,随即完成了他器官捐献的大爱之举。这一壮举,让3人生命得以延续,2人重见光明。

陈海东今年48岁,是邵阳县金称市镇大兴村人。其妻子陈艳立患有尿毒症15年,长期需血透维系生命,家里还有2个上小学的女儿。作为家里的顶梁柱,面对生活的困境,陈海东从不怨天尤人,而是保持着乐观的心态,积极应对。

1月17日,陈海东突发脑出血,虽经邵阳县人民医院医护人员全力抢救,但最终确认脑死亡。家属在了解病情不可逆后,强忍巨大悲痛,决定捐献他的器官,让他的生命以另一种方式得以“延续”。

了解陈海东的亲属们都明白,生前乐于助人的他也一定会支持捐献的决定。“哥哥是个非常正直善良的人,在村里经常帮助别人,尤其是遇到困难的老人家。”陈海东妹妹哽咽道。



陈海东的家属签《器官遗体捐献同意书》。

17日晚,在湖南省红十字会人体器官捐献协调员及邵阳市红十字会人体器官捐献协调员的共同见证下,陈海东的家属含泪签署了《器官遗体捐献同意书》,一致同意并表示把陈海东有用的器官全部捐出来。

18日上午,陈海东被医护人员从急诊ICU推出,送往手术室,在场的亲人们送了他最后一程。为了此次捐献,邵阳县人民医院上下高度

重视,医务科、护理部、急诊医学科、麻醉科、手术室等相关科室通力合作,为器官捐献工作的顺利进行做好充分的保障工作。

经过严格检查评估,陈海东符合捐献标准。从中午开始,5台手术在该院有序进行,一场争分夺秒的“生死接力”开始。在随后的7个小时中,陈海东的1个肝脏、2个肾脏及1对眼角膜陆续被获取,并在第一时间由专人转运。

## 健康周刊

沐铁城

近期,我国低温寒潮预警频发,由于空气湿度减小、过敏原增多、早晚温差变大,冬季成为哮喘病高发期。哮喘患者如何安然过冬?专家提示,为实现科学规范化的疾病管理,对于哮喘患者而言,除自身日常采取防护措施外,接受规范化治疗也很重要。

哮喘是影响我国大众健康的主要慢性病之一。一项流行病学调查数据显示,我国约有4570万成人哮喘患者,且哮喘的患病率随年龄增长而增加。

首都医科大学附属北京朝阳医院呼吸与危重症医学科主任医师黄克武表示,我国哮喘患病率正逐年上升。同时,其中55%至70%的哮喘患者处于控制不佳状态,影响其日间活动,造成呼吸困难、夜间憋醒、需使用急救药物,疾病负担严重。

“针对这一现状,我们需要推动患者的精准化、规范化诊疗,帮助患者改善症状与疾病控制水平、降低未来急性发作风险,进一步缓解我国患者的疾病负担。”黄克武说。

随着对哮喘研究的不断深入,其背后的炎症机制也逐步浮出水面。研究发现,2型炎症和哮喘发生发展表现关联密切。自2019年起,全球哮喘防治倡议(GINA)指南便以2型炎症对哮喘进行分类,分为2型和非2型哮喘,2型炎症也成为哮喘患者用药与疾病管理的重要参考。

“对于2型哮喘患者来说,天气冷和空气污染等是疾病的诱发因素,而背后更深层的发病机制可能是2型炎症居多。”上海交通大学医学院附属第一人民医院呼吸与危重症医学科主任张曼说,在选用治疗方案时,也需要从根源出发,开展对因治疗,才能更好地控制哮喘发作。

如今,临床上用于治疗哮喘的有糖皮质激素和β2受体激动剂等多种药物。一些新型疗法近年来也陆续被应用到哮喘患者的治疗中,促进患者长期有效控制疾病。

“目前,临床上可以通过血常规或在有条件的情况下采用FeNO(呼出气一氧化氮)等检测手段,来进行识别患者是否属于2型哮喘。”张曼表示。

中日友好医院呼吸与危重症医学科主任医师苏楠表示:“在治疗方案的选择上,建议哮喘患者根据个体不同的疾病情况,在医生指导下选择相应的治疗药物。如果2型哮喘的患者在应用吸入激素等基础治疗方案后,症状依旧得不到控制,需针对2型炎症病因进行个体化治疗。”

苏楠提醒,除了坚持长期规范化治疗,哮喘患者自身也应提高对哮喘疾病的认知,重视防护。在冬季,一方面要注意保暖,防止冷空气刺激气管,同时注意避免感染流感等呼吸道疾病;另一方面也需要保持室内空气流通,减少灰尘、烟雾、花粉等过敏原的接触,从而保持良好的健康状态,安然过冬。

远离「会呼吸的痛」

我们可以这样做

## 专家:老人冬季胃肠道保健要注意这些

李恒

当前正值一年中最寒冷的季节,人体本能地希望摄入更多热量,贮存脂肪来增强御寒能力。专家提示,这个时期尤其是老年人可以通过合理的饮食选择和保健方法,增强身体免疫力,健康安全过冬。

“随着气温的明显下降,老年人新陈代谢会更加缓慢,脾胃功能相应减弱,胃肠道的蠕动也会减缓,可能导致食物在胃肠停留时间延长,增加老年人消化系统负担。”北京医院消化内科

副主任医师刚锐表示,由于季节原因,部分老年人可能还习惯吃油腻辛辣食物,这些食物可能会对消化系统造成额外压力,导致反酸、烧心、胃痛、腹胀、腹泻等。

对老年人而言,冬季胃肠道保健要注意哪些?专家提醒,保持规律的饮食习惯有助于维持消化系统的健康,建议老年人每天定时进食,避免过度饥饿或过饱;多样化的饮食有助于身体获取所需营养,老年人可以适当摄入蔬菜、水果、全谷类食物、蛋白质、坚果等;适度运动有助于促进肠道蠕动,

改善消化功能。

刚锐特别提醒,胃炎患者应避免刺激性食物和饮料,如辛辣食物、咖啡、酒精等;胃溃疡患者需要避免过度油腻和辛辣食物;腹泻患者应保持清淡饮食;食管反流患者应避免甜、粘、腻的食物。

北京协和医院临床营养科主任于康提示,要遵循“食不过饱”原则,尽量保持食物清淡,少油少盐。此外,保持良好的生活习惯,包括充足的睡眠、减少压力、避免过度饮酒和吸烟等都有助于维持消化系统的健康。