

妙手“拆弹”

市中心医院泌尿外科腹腔镜下切除巨大嗜铬细胞瘤

邵阳日报讯（记者 唐颖 通讯员 李文娟 孟天笑）近日,市中心医院泌尿外科团队完成一例高风险、高难度手术——腹腔镜左侧巨大肾上腺嗜铬细胞瘤切除术。这是该院泌尿外科在全腹腔镜下切除的体积最大的嗜铬细胞瘤,也标志着该院腹腔镜技术再次取得重大突破。

什么是嗜铬细胞瘤? 泌尿外科主任唐山介绍,嗜铬细胞瘤是起源于肾上腺髓质或肾上腺以外的交感神经节、副交感神经的肿瘤,其中肾上腺嗜铬细胞瘤约占90%。对于肾上腺嗜铬细胞瘤而言,其90%见于单侧,且90%为良性,高发年龄为30至50岁,其临床主要表现为

血压升高、头痛及多汗等症状。患者血管收缩,血容量低于正常,儿茶酚胺增多及高血压可导致心肌病,术前需要予以降压、扩容及稳定心律,改善脏器功能。

患者曾伟(化名),因体检发现左侧肾上腺巨大占位,入院后完善相关术前检查,考虑左侧肾上腺嗜铬细胞瘤,术予以口服特拉唑嗪药物扩容2周。经过科室讨论及与患者及家属充分沟通病情后,决定行“腹腔镜下左侧肾上腺巨大肿物切除术”。

该名患者肿瘤巨大,直径约7cm×7.5cm×8.5cm,考虑到术中对瘤体的压迫会突然释放出大量的儿茶酚胺,术中引起血压剧烈波动对腹腔镜技术及麻醉

技术要求极高。结合患者影像学资料,患者左侧肾上腺肿物与脾脏、胰腺、左侧肾及左肾血管关系密切,泌尿外科术前请麻醉科、肝胆外科、内分泌科等相关科室会诊,于10月13日实施手术。

术中,该患者血压及心率几乎无明显剧烈波动,最大程度地保证了患者的血流动力学稳定。患者术后生命体征平稳,目前已康复出院。

唐山提醒广大市民,当出现不明原因的高血压,伴有头痛、乏力、低钾、心悸、多汗等一系列症状时,需要加强体检,警惕嗜铬细胞瘤的可能,早期手术治疗、合理的药物辅助是治疗嗜铬细胞瘤的关键。



近期,为有效做好全民核酸检测工作,绥宁县组织近千名志愿者积极投入到疫情防控工作中。图为10月28日,该县志愿者相互整装待发。
邵阳日报通讯员 杨萍 摄

防疫期间常见的心理反应

邵阳日报记者 傅畅珺 通讯员 郭铭 吕许艳

当前,大家因为疫情防控居家,难免会因为过分关注疫情而引发心理情绪紧张和焦虑,为此,市脑科医院、市心理咨询中心温馨提示广大市民,面对疫情,出现以上情绪是正常现象。

下面我们一起来了解面对疫情可能会出现

- 疫情期间的心理反应
- 有明显的情绪反应,其具体表现为:感到紧张、担心、不安、害怕、恐惧、恐慌,情绪烦躁,容易激惹、发脾气,经常抱怨,甚至对疫情信息感到愤怒,对其他事情缺乏兴趣,闷闷不乐,无法开心起来,表情痛苦,哭泣。
- 有明显的躯体反应,其具体表现为:头晕头痛,心慌胸闷,心跳加快,呼吸不

畅,憋气,恶心,腹部不适,腹泻,胃肠胀气,食欲差,尿频尿急,出汗,肌肉紧张及发抖,双腿乏力,肩背部疼痛,自我感觉发热等。

明显的行为反应,其具体表现为:逃避或回避一些信息、场景,反复查看疫情的进展,反复测量体温,反复洗手,社交减少,变得懒惰,极端的甚至可能出现攻击行为等。

并伴有睡眠差,入睡困难、睡眠浅、早醒、多梦且多噩梦、睡眠不持久;认知功能受影响、注意力不集中,记忆力下降,思维不清晰,决策困难,脑子反应变慢。人际关系变得紧张,容易敏感多疑,过度防范他人等。

- 隔离期的常见心理反应
- 在隔离期间,面对生活计划被打乱,

洗手液都能杀菌吗?

关于洗手的6大误区了解一下

疫情期间,戴口罩、勤洗手、保持社交距离等个人防护措施,对于降低传播风险、保持身体健康有着重要的意义。那么,洗手你都洗对了吗?该如何正确科学洗手?关于洗手的6大误区我们来了了解一下。

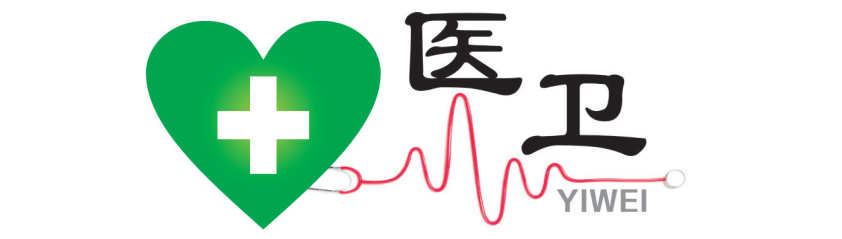
- 误区一
- 所有洗手液都能杀菌
- 洗手液主要分为普通型和抗菌杀菌型,因此并不是所有的洗手液都有杀菌作用。
- 在抗菌杀菌型洗手液中,抗菌型有杀菌作用,但杀菌率比较低,而杀菌型洗手液要求对目标菌杀菌率达到99.99%。

- 误区二
- 用免洗洗手液替代洗手
- 使用免洗洗手液,始终会有物质留在手的表面,所以平常尽量少用,最好还是用流动清水和肥皂洗手。此外,湿巾不能代替洗手,湿巾再怎么反复擦手,也无法去除皮肤表面的细菌。

- 误区三
- 洗手液用得越多越好
- 很多人生怕洗不干净,所以按出大量洗手液在手上,洗的时候使劲揉搓。事实上,这样的深度清洁会损伤皮肤,使皮肤不但留不住水分,还更容易让病菌侵入。
- 误区四
- 用洗手盆洗手
- 经过反复洗手后,洗手盆里的水已弄脏了。用脏水洗手,手仍然是脏的,根本达不到洗净手的目的。甚至还有多人合用一盆水洗手,那手被污染的程度就更为严重。

- 误区五
- 洗手后用毛巾擦干手
- 洗手后应自然干燥或用一次性纸巾擦干。最好不要使用毛巾,因毛巾容易潜藏病菌,易使洗净的双手沾染病菌,更不要用公共毛巾。

- 误区六
- 晾完衣服不洗手
- 脏衣服和洗衣机里面的细菌,会在洗涤过程中沾染到衣物上。晾衣服的过程中,双手很可能沾上这些细菌,衣物经过紫外线照射最终能达到消毒目的,手却常常被忽视。
- 哪些情况下应该洗手?
- 1.准备食物,接触生肉等;
- 2.饭(进食)前便后,吃药之前;
- 3.接触钱币之后;
- 4.接触别人之后,尤其去医院或接触病人后(前);
- 5.做完扫除工作之后,处理垃圾;
- 6.户外运动、作业、购物后;
- 7.在室外玩耍沾染了脏东西之后;
- 8.接触过血液、泪液、鼻涕、痰液和唾液之后;
- 9.抱孩子之前,尤其是接触过传染物品的,更要经过消毒,反复洗;
- 10.接触宠物后。
- 洗手时需要做到:使用流动水,使用肥皂或洗手液,要充分揉搓。
- (来源:北京健康教育)



识别卒中早一秒 挽救大脑恢复好

邵阳日报记者 傅畅珺 通讯员 舒建平

2022年10月29日是第17个“世界卒中日”,今年宣传主题是“识别卒中早一秒 挽救大脑恢复好”。为了让广大市民更好地了解卒中、预防卒中,近日,记者采访了市第二人民医院脑四科主任兼神经介入科主任邓焱坤,为大家科普脑卒中的相关知识。

脑卒中的定义、临床表现及危害

“脑卒中俗称‘中风’,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。”邓焱坤介绍,脑卒中通常分为“缺血性”和“出血性”两大类。

脑卒发中发病急、病情进展迅速,可导致肢体瘫痪、语言障碍、吞咽困难、认知障碍、精神抑郁等,并具有发病率高、复发率高、致残率高和死亡率高及经济负担高的特点,严重影响患者生活质量,给家庭和社会造成巨大负担。同时,脑卒中是威胁我国国民健康的主要慢性非传染性疾病之一,也是老年人认知功能障碍和情感障碍的重要原因之一。因此,了解脑血管疾病(CVD)危险因素及在社会人群普及预防知识,可以及早发现并有效干预,以达到预防的目的。

可能引发脑卒中的危险因素

“引发脑血管疾病的危险因素分为可干预危险因素和不可干预危险因素两大类。”邓焱坤说,年龄、性别、遗传因素是可能引发脑血管病不可干预的危险因素。其中,发病率、患病率和死亡率均与年龄呈正相关,55岁以后发病率明显增加,每增加10岁,卒中发生率约增加1倍。同时,男性卒中的发病率高于女性;父母有卒中的子女卒中风险增加。

而脑卒中可干预危险因素主要包括高血压、高血脂、糖尿病及不良生活习惯等,具体表现为:高血压会导致血管长期处于高度收缩和痉挛状态,造成血管动脉内产生动脉硬化。血脂水平很高,血脂沉积于血管壁,容易造成血管粥样变性,长期造成动脉硬化,患者血管脆性大,也容易出现脑出血、脑梗塞并发症;吸烟、饮酒过量、熬夜等不良生活习惯,易造成心血管张力增大,血管容易破裂造成脑出血。

守护健康有“我”在市第二人民医院开展网上“党员+”志愿服务活动

邵阳日报讯（记者 傅畅珺 通讯员 王少敏 舒建平）为有效解决疫情防控期间病患不便到院就医治疗问题,进一步减少交叉感染风险,今年4月中旬以来,市第二人民医院开展网上“党员+”志愿服务活动,为患者搭建与医生更便捷、更灵活的沟通新渠道。

截至目前,已提供免费线上就医治疗咨询服务达1000余人次,最大限度降低了患者外出带来的交叉感染风险,使患者足不出户就能享受医疗健康问询服务,获得了广大市民的

科学预防脑卒中的重要因素

“脑卒中的预防要以合理膳食、适量运动、戒烟酒、心理平衡的‘健康四大基石’为主要内容。”邓焱坤介绍,养成健康的生活方式,定期进行卒中危险因素筛查,做到早发现、早预防、早诊断、早治疗,就可以有效防治脑卒中。

日常生活中,应注意7点:1.清淡饮食;2.适度增强体育锻炼;3.克服不良习惯,如戒烟酒、避免久坐等;4.防止过度劳累;5.注意气候变化;6.保持情绪平稳;7.定期进行健康体检,发现问题早防早治。

有相关疾病的患者应重点注意以下几点:

高血压患者,应注意控制血压,坚持服用降压药物。普通高血压控制在140/90mmHg以下,合并糖尿病或肾病患者控制在130/80mmHg以下,老年人(大于65岁)收缩压降至150mmHg以下。高脂血症患者,应注意控制胆固醇、甘油三酯、低密度脂蛋白,坚持服用降血脂药物。同时,糖尿病患者和高危人群,应积极控制血糖。首选控制饮食,加强体育锻炼。每日饮食种类应多样化,使能量和营养的摄入趋于合理;采用包括水果、蔬菜和低脂奶制品以及总脂肪和饱和脂肪含量较低的均衡食谱。

目前,市第二人民医院正在积极创建国家级卒中防治中心。已引进3.0T核磁共振、1.5T核磁共振、256排CT、16排CT、DSA、床旁彩超、数字化信息系统等,开通急诊绿色通道,配备24小时“卒中护士”,以最快速度完善入院相关检查,第一时间评估诊断脑卒中,医生争分夺秒进行治疗,根据病情选择最恰当的治疗方法,让每一名患者都享受到VIP式的快速救治。

邓焱坤介绍,目前医院对缺血性脑卒中开展静脉溶栓、动脉取栓、颅内血管球囊成形术、颅内血管支架置入术等,让闭塞的血管再通以恢复血供,挽救缺血的脑组织;对出血性脑卒中开展微创穿刺引流清除血肿或者开颅清除血肿,去骨瓣减压,对动脉瘤性蛛网膜下腔出血采取微创介入栓塞动脉瘤,挽救更多患者生命,获得广大患者及家属的信任及好评。

守护健康有“我”在市第二人民医院开展网上“党员+”志愿服务活动

一致好评。如果您需要就医治疗咨询服务,可以搜索该院线上服务微信号“SYSEYY2022”或扫描下方二维码添加好友,该院将有最专业、最负责的医生为您解答。

