

男子血压不高竟成中风高危人群

医生:双手血压不对称要排除锁骨下动脉狭窄

武汉晚报讯 左手血压100/60mmHg,右手血压130/80mmHg,不对称的血压值唤起医师的职业本能,盘根问底及精准探查下,证实61岁的邱先生左侧锁骨下动脉重度狭窄,随时有脑卒中风险。医生为其植入血管支架后,排除了“定时炸弹”的邱先生6月11日康复出院。

日均4包烟,日饮高度白酒近1斤,餐餐重油荤腥,邱先生回忆,随性的生活习惯已伴随他30余年,虽期间偶有胸部憋闷、间断头晕、疲乏无力,甚至一度查出高血压、高血糖,但他觉得自己身体底子好,充分休息也能缓解,并没当回事。直到三天前,邱先生头晕持续不缓解,麻木感从脖子延续到左上肢,甚至无力拿起碗筷,这才在家人劝告下来到长江航运总医院·武汉脑科医院就诊。

初步检查体,接诊的心血管内科专家余稳副主任医师发现,患者邱先生精神极度萎靡,测量血压出现双侧血压值明显不对称的情况,一侧上肢脉搏明显减弱,结合病史及病程,余稳高度怀疑,正是由于患者锁骨下动脉某段狭窄,导致向同侧大脑和上肢供应的血流明显减少,这才出现双侧上肢血压不对称、头晕、肢体麻木、乏力等脑缺血症状。为避免病情进展引起大面积脑梗危及生命,余稳耐心解释并成功劝说邱先生及时完善了相关影像检查,最终确诊其左锁骨下动脉近段重度狭窄已达90%。

在邱先生及家属认可下,余稳带领手术医师谈宝珍等心血管介入团队联合麻醉团队,经邱先生右侧股动脉

穿刺,巧借导管导丝精确定位到病变狭窄段血管,顺利植入一枚支架。术后造影显示血管已完全恢复正常血流,两侧血压立即对称如常。

双侧血压不对称,通常预示存在较严重的动脉粥样硬化。复盘患者的患病经过,余稳表示,正是由于邱先生饮酒无度、长期不节制的生活习惯,加之查出糖尿病、高脂血症等慢性疾病却不重视,导致全身出现动脉粥样硬化,进而造成锁骨下动脉因粥样硬化改变出现狭窄,随着狭窄逐渐加重,这才继发一系列缺血性脑梗症状。

余稳表示,重度锁骨下动脉狭窄不仅会出现上肢缺血、头晕、患侧肢体乏力、脑梗等常见症状,还可能引发双侧视力障碍、平衡功能减退、复视、耳鸣或

听力丧失等椎基底动脉供血不足的表证。因此,他提醒市民日常保持健康的饮食生活作息及工作节律,规范体检复查。尤其是患有“三高”等基础疾病的人群,可自测双手血压,一旦出现不对称,尽早到医院完善上肢血管彩超、颈动脉彩超及头颈部血管造影等检查,尽早排除锁骨下动脉严重狭窄的可能。

周珊



盲目追求“健康”饮食 夫妻吃素三年双双贫血住进医院

武汉晚报讯 为了身体健康,夫妻俩吃素三年,结果双双贫血,丈夫还出现了营养不良。6月11日,经武汉市东湖医院一周的调理后,病情缓解的夫妻二人感慨地说,没想到自己是被错误的“健康”饮食理念害了。

54岁的刘女士3年前确诊糖尿病,从那以后她选择吃素食,即使是炒制的肉菜,她也只吃里面的青菜部分。55岁的丈夫虽然身体健康,但为了妻子也只能每天吃素。因为他从事的工作需要一定强度的体力劳动,所以饥饿的时候就吃面包和喝不含糖的饮料来充饥。3年下来,原本就不胖的丈夫瘦了10余斤。

两个月前,夫妻俩都出现了双下肢乏力的情况,妻子还视物模糊、双足麻木,丈夫更是时常心慌、手抖、出冷汗,随着情况越来越严重,一周前两人到武汉市东湖医院就诊。经过副主任医师管雅文详细检查,发现两人都存在贫血症状,而丈夫更是出现了营养不良。

在详细询问病史及饮食情况后,管雅文判断原因在于他们极端的饮食习惯,于是为他们制定了个性化的饮食调整方案,目前均已好转出院。

管雅文提示,糖尿病患者的饮食管理确实需要重视,但并不意味着完全不能肉食。均衡饮食、选择升糖指数低的食物,以及掌握正确的饮食顺序,才

是有效控制病情的关键。“‘管住嘴’并不意味着完全剥夺自己的饮食乐趣,而是要科学合理地安排饮食。”

管雅文建议,糖尿病患者可以适当摄入瘦肉、鱼类等优质蛋白质,同时多吃蔬菜、水果等富含纤维素的食物;注意食物的烹饪方式和食用量,避免油炸、高糖等不健康的烹饪方式。管雅文提醒,无论是糖尿病患者还是健康人群,都应关注饮食健康,避免走入饮食误区。均衡饮食、合理搭配,才能为身体提供足够的营养和能量,保持健康的生活状态。同时要定期监测血糖和身体状况,如有不适及时就医。

毛茵 吴萍 赵婷婷

武汉晚报讯 为了快速燃脂瘦身,李先生几乎把咖啡当水喝,结果突发下腹剧烈疼痛,在医院诊断为输尿管结石。接受日间手术治疗后,第二天他就出了院。“没想到现在做个手术这么快就能出院。”11日,来复查的李先生得知结石已经全部排出,忍不住伸出大拇指点赞。

45岁的李先生身高1.7米,体重近200斤。去年5月,李先生在网上看到喝黑咖啡可以减肥的帖子,立马行动起来。他用咖啡替代白开水,一喝就是几个月。几天前,他突然出现剧烈腰痛,刀割般的疼痛让他完全直不起身,尿液也变成深茶色。

6月8日下午,李先生前往武汉市第三医院首义院区就诊。检查发现左输尿管下段有一颗大小约1.2厘米的结石,需要进行手术。李先生工作繁忙不方便请假,考虑到他的实际情况,泌尿外科杨军主任决定为他实施日间手术。

经过门诊简单评估后,身体健康的李先生具备日间手术的条件。9日上午,杨军使用输尿管镜进入膀胱,在导丝引导下进入输尿管,定位到结石位置后,用激光击碎结石并取出碎石碎块。手术中,麻醉团队密切监测患者生命体征,确保手术安全。手术持续约40分钟。李先生在麻醉苏醒后恢复良好。

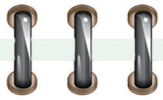
术后,快速康复团队对李先生进行了详细的术后指导,他手术当日即下床活动,恢复饮食。术后第二天,经主管医生评估,李先生可以办理出院。11日复查显示,李先生的结石已经完全排出。

杨军指出,咖啡因是一种较为柔和的兴奋剂,适量摄入可提高人体的注意力、灵敏度,改善人体的精神状态,消除疲劳,增加人体能量代谢,起到一定的减肥作用。但饮用过量,小便中的钙含量会大幅度增加,极易产生肾结石,喝咖啡一定要适量。

刘璇 张素华 陈舒

男子为迅速瘦身狂饮咖啡招来结石
医生提醒:过量饮用咖啡易生肾结石

带状疱疹进入高发期 医生喊你打疫苗



初夏来临,汗疱疹、湿疹、带状疱疹等皮肤病患者越来越多。最近一个多月,华中科技大学同济医学院附属梨园医院老年病科病房收治好几位带状疱疹的病人。该科主任柳湘洁提醒,天气越来越炎热,护理难度也随之增加,大家应注意预防,中老年人及时接种带状疱疹疫苗就是有效预防手段之一。

慢病患者更易发病

柳湘洁介绍,带状疱疹是以皮肤感染为主要表现的感染性疾病,由水痘一带状疱疹病毒引起。患者初次感染病毒后,主要引起水痘,此后病毒潜伏在机体神经节内,待机体免疫力低下,病毒便会乘虚而入再次激活,引起带状疱疹。

带状疱疹与人体免疫力密切相关,患有慢病的中老年人免疫力往往

比正常人低,因此门诊中患有慢性基础性疾病的老年人发病率往往更高。

相比于一般人,糖尿病、慢性肾脏疾病、慢性阻塞性肺疾病等慢性病患者罹患带状疱疹风险增加。慢性病人一旦发生感染,有可能导致原有慢性病加重,出现临床不良表现。比如,糖尿病患者患带状疱疹后会致血糖控制更困难,心血管疾病患者则可能导致脑卒中、心肌梗死等。

患病后,患者常常出现皮肤损害和神经痛,皮损可发生在全身各处,多位于腰背部、胸部、头部,表现为黄豆大小的丘疹或水疱,一般为单侧、带状分布,不超过正中线。神经痛为本病的重要特征,疼痛一般呈针刺样、烧灼样、刀割样、闪电样、撕裂样疼痛等,患者常难以忍受,影响睡眠,疼痛一般持续1个月,未规范治疗者可能持续更久。

接种疫苗能有效预防

带状疱疹的科学应对方法就是

早发现早治疗,发病72小时内是治疗的黄金时间。及时规范治疗可以控制皮疹范围、减少疼痛时间以及防止带状疱疹后遗神经痛的发生。

公布的调研结果显示,85.7%的中老年人普遍知道带状疱疹但不认为自己会得,超六成中老年人认为自己离带状疱疹较远。中老年人对带状疱疹还需进一步关注,特别是合并糖尿病、高血压等慢性病群体。

一级预防是在疾病尚未发生时针对病因或危险因素采取措施,预防疾病的发生。2022年版《中国带状疱疹诊疗专家共识》指出,重组带状疱疹疫苗的三期临床研究显示,对于≥50岁的受试者预防带状疱疹的总体疫苗效力为97.2%,对带状疱疹后遗神经痛的保护效力为88%,保护时长至少10年。

接种疫苗是预防带状疱疹的有效手段,而慢性病人群是带状疱疹高危人群,更建议接种疫苗。

张翔