

干预颈动脉狭窄 保证生命线畅通

国人的生活方式正接近欧美发达国家,冠心病、脑中风等以前所说的“富贵病”的发生率也随之迅速提高。据国家卫计委统计,目前脑血管意外已高居国人死因调查中首位病因,而其中脑中风(俗称“脑中风”)正在以每年8.7%的速度递增。脑中死亡率高、致残率高,给家庭、社会造成巨大的经济负担,据不完全统计,政府每年用于脑中风的治疗费用超过120亿元。

脑中一直都是一个滋扰人类的顽疾,不少叱咤风云的名人最终也难以逃其魔掌:清代名臣曾国藩就因中风猝死;列宁五十余岁就反复中风,最终去世;素有“铁娘子”之称的撒切尔夫人2013年也因脑中卒中逝世。

21世纪,人类对脑中卒中依然无可奈何吗?当然不是!今天,人类已经发现了不少可控的中风危险因素,如高血压、高血脂、高血糖、吸烟、颈动脉硬化狭窄等,据研究证实控制、干预了这

些危险因素,脑中卒中的发生率将会显著下降。

在这些致病因素中,颈动脉硬化狭窄这一疾病百姓们尚未熟知。其实,作为大脑血氧供应的运输线,颈动脉一旦堵塞,将导致大脑处于缺乏营养的状态,以致头晕。更严重的是,如果这些脂类沉积物或是因此产生的血栓脱落,“游走”到脑血管,就会引起脑梗塞,导致中风发生。临床数据显示,60%的脑中卒中的发作是由于颈动脉的粥样硬化导致。

随着年龄的增长,血管老化不可避免,颈动脉硬化作为血管老化的一种表现非常常见。据统计,颈动脉狭窄程度>75%的患者中,一年内发生中风的可能性为10.5%,五年内的可能性为30%~75%;颈动脉狭窄程度在70%~90%且合并脑缺血的患者中,一年内将有26%~28%发生中风。

颈动脉狭窄本身没有典型的临床

表现,不易发现,一些病人在早期可发生“小中风”,即感觉突然麻木、上肢或下肢无力、面部痉挛或单眼突然发黑等,症状可能只持续数分钟或数小时就自行消退。严重者将导致脑梗塞,引起死亡或偏瘫、失语、偏盲等神经功能障碍。反复腔隙性脑梗塞除偏瘫、失语外,还可发生血管性痴呆。

早期的动脉硬化只需要药物治疗,减慢斑块的形成即可有效预防中风。而一旦斑块长大,导致血管狭窄,即使规范使用药物,也为时已晚,这时需要通过外科手术干预。所谓的外科手段,目前有“颈动脉内膜切除术”(简称“CEA”术)和“颈动脉支架植入术”(简称“CAS”术)两种方法。虽然两种方法分别有不同的适应患者,但近、远期效果均良好,无明显区别。以CEA术为例,欧美国家迄今已开展60年,被证明是治疗颈动脉硬化狭窄的金标准。得益于该技术,美国50年间脑中卒

中发病率降低60%。

我国CEA术、CAS术推广仅开始数年,在全国范围内普及率还较低。2008年,国家卫计委成立脑中卒防治工程委员会,强调在全国建立三级脑中卒筛查防控网络,普及颈动脉内膜切除术。

由国家卫计委脑中卒防治工程委员会缺血性卒中外科专业委员会主办的“颈动脉硬化狭窄外科干预专家巡讲”正在全国范围内开展。上海的巡讲点设在上海浦东,由复旦大学附属华山医院、复旦大学附属浦东医院承办,以专业授课及专家义诊的形式开展,欢迎市民参加。



朱磊(华山医院普外科主治医师)

余波, 复旦大学附属浦东医院院长, 主任医师, 教授, 博士生导师, 国家脑防委缺血性卒中专家委员会副主任委员

2016 颈动脉硬化狭

【医家坐堂】

警惕动脉粥样硬化

上海肇嘉浜路825号李一宙: 肩臂疼痛,走路大汗淋漓,医生怀疑我动脉粥样硬化。有必要进行造影检查吗?

华山医院终身教授张延令: 在主动脉的根部分出两条动脉,称为冠状动脉,负责心脏本身的血液循环。当脂质代谢不正常,血液中的一些类似粥样的脂类物质沉着在原本光滑的动脉内膜上,形成白色斑块,我们称之为动脉粥样硬化病变。

冠状动脉粥样硬化性心脏病简称为冠心病。其中有些患者在动脉粥样硬化的基础上,发生冠状动脉痉挛或栓塞,劳累或精神紧张时出现胸骨后或心前区闷痛,或紧缩样疼痛,并向左肩、左上臂放射,持续3~5分钟,休息后自行缓解。很多时候会出现异位疼痛,这是冠心病症状的重要表现形式,因其疼痛部位远离心脏,常被人忽视。这类疼痛明显呈阵发性,服用硝酸甘油能缓解。对这类疼痛,中老年人不可只注意疼痛部位,而忽视作必要的专科检查。

冠心病发作前,一些老年患者的眼角膜靠近巩膜的边沿部分有一圈灰白色的混浊环,宽约1~2毫米。近年来医学研究发现,发生这种角膜老年环的几乎都有不同程度的动脉硬化症。

听到周围的噪声便心慌、胸闷,一些中老年冠心病患者在发病前会出现进行性加重的耳鸣,下颌痛和下牙痛时服用止痛药也不见症状减轻,这也有可能是冠心病发作的先兆,应及时到正规医院诊断。

颈动脉B超和冠状动脉CT有助于尽早发现冠心病。对于冠状动脉狭窄程度超过70%,且一运动就出现胸痛或背痛,或是睡眠中偶尔出现胸痛,视必要决定做冠状动脉造影,看是否有需要安放支架。

【健康速读】

韩国化妆品有菌

国家质检总局3月1日公布了国内各口岸截获的不合格进口食品化妆品名单,包括产自韩国的兰芝臻白净透保湿乳、兰芝水活力喷雾(保湿修护)、兰芝水活力喷雾(舒润),这些化妆品都被检出金黄色葡萄球菌,这些不合格化妆品都已经被销毁处理。 张小霖

装菜塑料袋有害

买菜回来,很多人都习惯把装着菜的塑料袋扔冰箱里,结果塑料袋中的有毒有害物质如氯乙烯小分子、加工助剂,与食物接触越久,迁移到食物中的越多。正确的做法是把蔬菜从塑料袋里取出来,用外包装标识PE(聚乙烯)材质的保鲜膜包装。 周英

市售土三七有毒

近几年,服用三七成了时尚。要注意的是,土三七和三七虽然只有一字之差,但长期服用土三七,会造成肝脏无法逆转的损害。

土三七茎圆柱形,长30~50厘米,根圆柱形或略带圆锥形,表面暗棕色或紫棕色,质脆,易折断,断面中空,不易干燥,干后质较疏松,表面呈剥裂状。 赵海音



【病例报告】

才力之女举不起的重

新闻回放: 举重运动员才力一生获得亚洲冠军20多个,被誉为“亚洲第一力士”。2003年5月31日,他在贫病交加中因呼吸睡眠暂停综合症去世,只留下两块硬梆梆的奖牌和社会短暂的关切。他的遗孀刘成菊一个人抚养女儿,4年前得了乳腺癌。他们的女儿才巾涵从小体弱多病,使用激素类药物,再加上遗传因素的影响,16岁的她体重已达到340斤,最近又被发现患有甲状腺双侧乳头状癌。由于才巾涵的肥胖、高血压和哮喘,医生认为整个手术的费用和风险

都较普通人大大提高。而治疗费用对于这个贫困家庭而言,更是举不起的重。

甲状腺乳头状癌约占甲状腺癌的半数,多见于儿童或40岁之前的女性,有些患者在儿童时期曾作过颈部X线治疗。肿瘤一般呈圆形,直径约2~3厘米,质地较硬。肿瘤常伴有出血、坏死、纤维化和钙化。肿瘤迅速变大后,压迫气管,浸润食管及喉返神经,导致呼吸困难、声音嘶哑、吞咽食物时有阻塞感等并发症,严重者可发生肺转移及骨转移。

王红鹰

【人间万象】

男护士:在尴尬与误解中成长

中国的注册护士中,男护士是绝对的“少数派”。不过,外人可能不知,因为性别的原因以及社会的偏见,从学习到工作再到生活,他们往往要顶住压力,在尴尬与误解中坚韧地成长。

“在新生儿病房实习的时候,因为我是男护士,病人家长死活不让我给孩子打针。”回忆起自己刚刚入行时的经历,李慎还是感慨不已。

在社会传统观念中,“护理”这专业词语总是与“温柔”“细心”甚至“伺候”“服侍”关联在一起。当一位男护士前来铺床、吊水、打针,病人和家属多少会有点不习惯,也“看不惯”。

李慎干护理行业已超过12年。从业这些年,李慎已经接受过很多“偏见”的目光,也度过了一段“难熬”的岁月,他经常笑着说,每一个男护士都有一段自己的“血泪史”。

这一点,张剑剑感触格外深。在护士这一行,他干得“得心应手”,2016年还获得了发明专利,是一项在外科手术后来保护患者头部的专

利。不过,谈起刚来医院的日子,他还是“记忆犹新”。“男护士打针一次不成功,病人和家属往往会投来异样的眼光,那时候,心里真是压力倍增。”

在病区穿着白大褂,经常会被误认为医生。对此,张剑剑要耐心地解释,一遍又一遍。当病人得知他是护士时,往往会十分诧异:“好好的小伙子,干什么护士!”“你是男护士,什么时候能转为医生啊?”这么多年,病人和家属换了一批又一批,问题却几乎没变。

同样,男护士在婚恋问题上也面临着诸多“难题”,很多都遭遇过女方父母的反对。

李慎女友的家人无法认同女儿嫁给一个男护士,对他“避而不见”。无奈之下,李慎只好采取“拖延”战术,这一拖就是好几年,虽然最终李慎胜利了,但他认为这不仅是新旧观念的“碰撞”,也是对男护行业的不尊重。

作为“过来人”,李慎觉得,男护士的婚姻问题十分“棘手”,一般都是“内部消化”,在同一个医院里找对象,想

找医疗行业之外的人结婚成家不是一件容易的事。

“此外,因为护理行业工作岗位的特殊性,往往都是几班倒的工作机制,这导致了男护士交友圈相对较窄,有时候感到孤独,也希望得到外界的理解。”提到交友的事情,几位男护士不约而同地苦笑说。

男护士多分布在急诊、重症监护室、手术室、康复科、老年科以及消毒供应中心、心脑外科监护室等“特殊”岗位,这些岗位大多技术比较密集,仪器设备集中,劳动负荷大,突发事件和危重病人较多,而男护士使用操作仪器能力强,冷静沉着处理、解决问题能力强,体力、耐力强,所以在这些岗位往往能挑大梁。

“每个护士的起点都一样,把护理当成需要用心做的职业,付出多少,就能收获多少。传统观念总认为护理行业



就是给病人做服务,打针吊水,其实护理的技术含量很高,在治疗过程中能起到至关重要的作用。”在男护士眼里,男护士并没有什么特殊,是护理团队的一员,更需要用心为医院贡献力量。

与此同时,也有不少男护士选择了离开。有人去从事医疗器械行业,有人干脆转了行。“首先自己认同自己,我是个男人,但我从事护理工作,我心里清楚自己能带给别人什么,不管别人怎么评价我,我们将护理当成一种事业,用能力和劳动力挣钱,就一定能为社会创造价值!”身为男护士中的一员,李慎道出了自己的心声。

王海涵 王磊

专家教你避免面瘫

“一位20岁女生换春装出游被吹成面瘫”的新闻告诉我们:春风并非总温柔。乍暖还寒的春季,面瘫高发,外出最好戴上口罩,注意面部保暖。

寇轶群(上海市第六人民医院门诊办公室主任,针推伤科主任医师)