

一碗肉汤引发脑梗死 根本原因在颈动脉



本报记者 徐小翔

近日,一则“大爷喝久放肉汤连续腹泻,引发脑梗死”的新闻冲上热搜。62岁的徐大伯喝了一碗放置过久的肉汤后,腹泻十几次,左半边身体无法动弹,口角歪斜。家人将他紧急送往当地医院,医生接诊时,徐大伯还出现嗜睡、言语不清、双眼向右侧凝视等情况。检查结果令其家人大吃一惊,竟是急性脑梗死。

拉肚子不是挺常见吗?为何会导致如此严重的后果?当时接诊的主治医师表示,严重腹泻只是诱因,颈动脉重度狭窄才是根本原因。当天,徐大伯连续腹泻十几次后,导致身体严重脱水,血液浓缩呈高凝状态,从而导致颈动脉狭窄

处局部形成绵延血栓,既造成颈内动脉闭塞,又出现血栓脱落堵塞大脑中动脉远端的险情。

浙江医院神经内科副主任乔松表示,脑梗死患者中,轻者表现为偏侧肢体麻木、无力或者是瘫痪、口眼歪斜、言语不清,甚至言语不能、眩晕、头痛、视物模糊、吞咽困难、饮水呛咳,严重的可能出现昏迷,大小便失禁甚至死亡。

乔松介绍,不久前,病房收治一位85岁的脑梗患者,老先生因左侧肢体无力被紧急送到浙江医院灵隐院区。诊断其为脑梗,经溶栓治疗后,入住神经内科病房,10天

后顺利出院。老先生患有高血压,脑梗和高血压有十分重要的联系,高血压患者发生脑梗几率较高,若长期高血压控制不好,可能会造成脑血管持续动脉硬化,从而导致脑血管局部斑块形成管腔狭窄,容易造成脑组织缺血、坏死。

乔松强调,日常生活中,高血压患者应注意健康清淡饮食,多喝水,按时服用药物,并定期到医院进行复查。

数据显示,我国有近2亿人患有颈动脉斑块,其中40岁以上人群中,颈动脉斑块检出率超过40%。大部分人从青少年开始出现颈动脉斑块,40岁逐步加重,到60岁,几乎所有人或多或少都有颈动脉斑块。颈动脉狭窄加重,就可能出现较典型的脑缺血表现。

乔松提醒,快速识别疾病发作,减少后遗症发生,一定要牢记“中风120”口诀:一张脸,面部可见口角歪斜,尤其微笑时口角的不对称;两只胳膊,其中一只无法举起或举起后立即落下,即可能出现偏瘫;聆听,患者言语不清。发现以上情况,要尽快就医。

脊髓刺激 恢复中风患者上肢功能

最新一期《自然·医学》发表的一项临床研究报道,对颈脊髓进行硬膜外电刺激,改善了两名中风后慢性肌力不足患者手臂和手的运动和力量。这些数据提供了初步证据,表明脊髓刺激(SCS)作为一种中风后上肢康复方法的潜力。

发生中风后,有近3/4的人长期出现手臂和手的运动控制障碍。这些运动障碍持续存在的部分原因是当前神经康复方法有限。

美国匹兹堡大学团队为两名中风后患慢性上肢肌力不足的女性的颈脊髓植入了SCS电极29天。研究表明,对这些脊髓回路持续的硬膜外电刺激改善了患者手臂和手的力量和灵活性。治疗还使患者能获得精细运动技能,如开锁和操作餐具独立进食。而且SCS的功能获益在刺激停止后能够持续长达4周。

研究人员认为,这一初步证据表明,颈部电刺激既可作为一种辅助技术,也可作为一种康复手段,让人能重获失去的运动功能。

据《科技日报》

七旬老人吃不了最爱的桃酥 一张表自测是否有吞咽障碍

本报记者 戴虹红

对老饕们来说,最美妙的话就是“开饭了”。可在有的人身上,吃饭成了件痛苦的事。家住杭州七堡的张大爷今年76岁,特别爱吃桃酥,但今年他却没了这份口福。

张大爷去年开始出现吃饭容易黏嗓子、喝水易呛咳的情况,吃饭变得费力,一吃就是个把小时,吃完后嘴里还总有残留物。桃酥这种又干又脆的食物,张大爷更不敢下口,生怕被噎到。

今年春节,一家人难得聚在一起,老伴做了一桌子好菜,但张大爷只能喝些软滑的粥。饭后服药时,张大爷拿起药丸,就了一小口温水,却怎么都没办法把药丸咽下去,感觉药丸紧紧黏在喉咙上。这时,张大爷急得猛喝一大口水,却剧烈咳嗽起来。

女儿看父亲吃饭越来越少,喝水总是容易呛咳,终归放不下心。一过完年,她立马带着张大爷来到

浙江省中山医院吞咽障碍专病门诊陈静主任。

经检查,陈静发现张大爷唾液分泌明显减少,咽喉部位肌肉活动能力下降,是典型的吞咽障碍症状。陈静介绍,随着年龄增长,老年人喉咙部位的肌肉会逐渐松弛,吞咽功能随之下降。如果同时伴有咽喉口腔的慢性炎症、认知功能下降、内分泌功能减退等因素,则更容易出现吞咽障碍。

明确病因后,张大爷进行为期两周的治疗,症状有了明显缓解。

老人高兴地说,又可以吃桃酥了。

陈静提供了一张自测表,可以帮助大家初步筛查是否存在吞咽功能障碍问题。

名为《洼田饮水实验》的这一测试,是目前临床最常用、较为简单的吞咽障碍筛查工具。先喝10毫升水,未出现问题时,则拿起杯子饮下30毫升水,观察所需的时间和呛咳情况。

根据测试结果,I级为正常,IIb以下评估结果为异常,需要进行吞咽检查和(或)治疗。

洼田饮水试验		
I级	可一口喝完无呛咳(5秒内)	正常吞咽
IIb级	可一口喝完无呛咳(5秒以上喝完)	可疑吞咽障碍
II级	分两次以上喝完无呛咳	
III级	能一次喝完,但有呛咳	吞咽障碍
IV级	分两次以上喝完,且有呛咳	
V级	常需呛咳,难以全部喝完	

哪些食品更健康 学会看包装标签

看生产日期和保质期,以免买到过期食物。

看食品名称。如仅使用草莓香精但是没有使用草莓成分的蛋糕,食品名称仅能标注为“草莓味蛋糕”,不能标注为“草莓蛋糕”。

看配料表。加工食品的各种原辅料和食品添加剂都必须在配料表中标示并按递减顺序排列(加入量少于2%的配料除外),即加入量最大的配料应当排在第一位,加入量少的配料排在后面。

看营养成分表。即“营养标签”,也就是我们常说的“1+4”:1指能量;4指的是蛋白质、脂肪、碳水化合物、钠这4种营养素。

看过敏原信息。对少数过敏体质人群来说,误食含有过敏成分的食品,可能引起严重过敏反应甚至危及生命。选购食品时,一定不要忘记看配料表中是否含有可能引起过敏的物质。

据《中国消费者报》