

半个月内接连两次“中暑” 并非因高温 而是心脏出问题

本报记者 徐小翔

回想起不久前的经历,60岁的老姚说,好在医生及时发现,为他排除了危险。半个月前的一天,老姚在地里干活,突然感觉胸闷、心慌、头晕。他立即前往家附近医院检查,可相关化验显示未有异常。

一周前,老姚再次出现类似“中暑”的症状。在子女陪同下,老姚赶到浙江大学医学院附属第一医院心内科胡申江主任医师的专家门诊。胡申江为老姚完善相关检查后发现,问题可能并不简单。

入院后,结合老姚病情,主管医生李闪先为他排查导致中老年人胸闷的常见病之一冠心病。检查显示,老姚冠状动脉没有明显狭窄。但动态心电图报告,引起了李闪的注意。老姚24小时内平均心跳才40余次/分,最低的甚至仅有37次/分,远低于正常标准(60-100次/分)。原来,导致他出现“中暑”症状的罪魁祸首是房颤。心内科专家团队综合评估老姚病情后,为他实施了房颤射频消融手术。

导致房颤的病因很复杂,常见的有高血压、糖尿病、冠心病、心脏瓣膜病、甲状腺功能亢进、呼吸睡眠暂停综合征、电解质紊乱等。

据介绍,近期,浙大一院心内科接连多位有胸闷、头晕、乏力症状,疑似“中暑”的患者,经筛查,最终确诊是由房颤、冠心病等心血管疾病导致。

该院心内科主任郭晓纲表示,房颤除了会给患者带来心悸、心慌等感受,其发生脑梗的风险比普通人的高5倍,脑梗中有20%左右是房颤引起。此外,房颤如长时间未接



受评估治疗,还可能引起血栓栓塞,导致相应器官出现缺血问题,引发头晕、胸闷、乏力等。心脏如果长期“乱跳”,还会导致心衰。

专家表示,如果出现明显胸闷、胸痛、头晕黑蒙、心慌、心悸等不适,一定要及时到正规医院就诊。莫让“中暑”背了心血管疾病的“锅”,耽误诊治。

超重关联部分 术后并发症风险上升

美国研究人员发现,超重或肥胖患者手术后有些并发症的风险会上升,包括感染、血栓和肾衰等肾脏病并发症。

肥胖程度常用身体质量指数(BMI)衡量。BMI在18.5至25之间代表体重正常,25至30为超重,30至35为肥胖,35至40为二级肥胖,不低于40为三级肥胖。

研究人员表示,与体重正常的患者相比,肥胖患者手术时间平均长6分钟;超重或肥胖患者术后发生感染、肾衰竭和静脉栓塞的风险更高,但在死亡率、总发病率、肺部感染、尿路感染、出血、中风等方面的风险没有升高;三级肥胖患者发生计划外再入院的风险更高。

研究牵头人、科罗拉多大学心胸外科教授罗伯特·马吉德在外科实践中发现,患者腹部多余脂肪组织会延长手术时间,使手术变得更复杂。另外,超重和肥胖也可能影响患者术后恢复。特别是肺部手术,术后走动是康复的关键部分,可以改善患者精神状态,降低肺炎和血栓风险,帮助肠道恢复,然而对超重和肥胖患者而言,术后起身走动可能更具挑战。

据新华社

烟酒结合导致这一疾病患病风险升高 几类人群应注重定期检查

本报记者 林乐雨 通讯员 谢文竹

头颈癌是颈部以上器官恶性肿瘤的统称,杭州市肿瘤医院放疗一病区主任毛燕娇表示,世界上最常见的恶性肿瘤中,头颈癌排在第六位,常年吸烟、喝酒是罹患头颈癌最主要的原因。

以口腔癌和咽喉癌为例,每周至少饮酒一次人群患口腔癌和咽喉癌风险比不喝酒人群增加1.8倍,每周饮酒300克或更多的人群患病风险增加3.2倍。吸烟者患口腔癌和咽喉癌风险是不吸烟者的2.5倍。

当烟和酒结合在一起,风险会进一步增加。每周饮酒少于150克男性吸烟者患口腔癌和咽癌风险,是每周饮酒少于150克男性不吸烟者的1.78倍。不吸烟者和大量饮酒者(每周超过150克乙醇)患口腔癌和咽癌风险增加2.08倍,而吸烟者和大量饮酒者风险增加4.05倍。

口腔或颈部有肿块,进食困难,体重减轻,溃疡或粘膜出现白斑、红斑等是头颈癌常见临床症状。头颈癌种类多,各有特点。鼻咽癌多见于男性,40-60岁高发,患者可能出现鼻塞、鼻涕中带血、分

泌性中耳炎导致的耳闷堵感和听力下降、复视、头痛等症状;喉癌同样多见于男性,可能出现咽喉炎常见症状,如声音嘶哑、吞咽异物感、咽喉痛;口腔癌一般表现为口腔内肿块、结节、反复出血、长期不愈的溃疡,口腔麻木、灼热或干燥感,严重时可有说话或吞咽困难。

如何早期发现?毛燕娇建议,有常年吸烟、饮酒史,爱吃腌制菜和高盐食物的老年人定期进行鼻内镜、动态喉镜检查,检测EB病毒抗体、EB病毒DNA、口腔HPV病毒DNA也有助于癌细胞筛查。

“拍张照”实现“肠”快人生

本报记者 戴虹红 通讯员 应晓燕

“今天用了3支开塞露都没有用,怎么办?”浙江省立同德医院诊室内,80岁的王奶奶满脸愁容地询问医生。长期便秘使得老人常常感到腹胀疼痛,再加上每次排便时的痛苦,她都不太敢吃东西了。

了解情况后,省立同德医院肛肠外科崔俊辉主任医师为她安排放射科X线排粪造影检查。根据造影图像,医生判断老人的问题出

在直肠。实施相应手术后,王奶奶逐步康复。

53岁的李女士也被“大号”困扰,但她的情况是次数太多,医生同样对她的排便情况进行“拍照”检查。结果显示,李女士是因盆底功能障碍导致排便协同失调,使得每次排便量减少,从而增加次数,这其实也是一种便秘。根据造影结果,崔俊辉为她制定了盆底功能锻炼配合物理治疗来改善症状。

崔俊辉介绍,X线排粪造影检

查被认为是诊断肛直肠功能性疾病的“金标准”,对于指导患者选择合适治疗方式及设计手术方案有着重要作用。

这一检查适合哪类患者?崔俊辉表示,主要应用于便秘患者,尤其适用于长期便秘者。当有排便费力、排便时间延长、排便等待、排便不尽、肛门下坠的情况,建议可做这一检查。经产妇及老年人出现尿失禁、盆底疝的也可通过该检查评估盆底功能。

每日至少走4000步 可显著降低死亡风险

《欧洲预防心脏病学杂志》近日发布的研究报告显示,每日至少走4000步,可以显著降低死亡风险。走得越多,对身体越好。

美国有线电视新闻网报道称,该研究分析了澳大利亚、日本、挪威等国近22.7万人的数据。研究发现,每天走大约4000步能显著降低早逝风险,走超过7000步时益处最大。此外,每天每增加500步,死于心血管疾病的风险会降低7%,每增加1000步,死于任何原因的风险会降低15%。60岁以下人群每天步行7000至13000步,死亡风险降低49%。

不过,上述研究属于观察研究,因此只能显示每天步数与健康的关联,而非直接的因果关系。世界卫生组织数据显示,缺乏锻炼是全球第四大死亡风险因素,每年约320万人因此去世。据《环球时报》