急剧降温后接诊多位这类患者

医生提醒:务必关注“头等”大事

医点通

科普医学知识,传播健康理念,为让老年朋友更好地了解医学、健康生活,浙江老年报与省医师协会老年医学分会、省医学会科普分会联合推出“医点通”专栏。

本报记者 徐小翔
通讯员 王蕊 江晨

突然降温后,浙江大学医学院附属第一医院救治了多例脑梗、脑动脉瘤破裂患者。

浙大一院总部一期急诊创伤中心主任杨小锋表示,天气骤然变冷,高血压患者、肥胖人士等脑血管意外高危人群易发生脑动脉瘤破裂,要重点关注这件“头等”大事。

乔先生平时饭量较大且偏爱重口味,还缺乏运动,早几年就查出患有高血压、脂肪肝等疾病。

近日清晨,他骑电瓶车外出,骑出没多远便感觉剧烈头痛,意识渐渐模糊,他赶紧靠边,并联系家人,随后被送至浙大一院总部一期急诊创伤中心。完善检查后,医生发现他发生了颅内动脉瘤破裂,好在经过紧急手术化险为夷。

“好好地怎么会发生动脉瘤破裂?”面对乔先生的疑惑,医生解释,高血压、饮食重油、熬夜等是脑动脉瘤发生的高危因素,乔先生事发当天未服用药物出门,猜测是由于冷空气的刺激,血压发生较大波动,引起了动脉瘤破裂。

浙大一院神经外科主任詹仁雅教授表示,冬季是脑血管意外高发期,人体血管遇到冷刺激会收缩,本身有血管狭窄或堵塞人群,患病风险会增加,容易发生脑梗死、脑出血、脑动脉瘤破裂等情况。

接下来天气仍然较冷,专家提醒,尤其是老年人或有高血压等脑血管意外高危因素的人群,务必做好防寒保暖措施,特别是头部的保暖。同时养成良好生活方式,少熬夜、戒烟、少酒、不要剧烈运动,高血压患者要定期监测,保持稳定血压,一旦出现不适及时就医。

老年患者捂着脖子就诊

颈部保暖不到位易诱发颈椎病

本报记者 戴虹红 通讯员 郑莎

寒冷天气,做好保暖工作很重要,但其中有个部位容易被忽略,那就是颈部。一些人遇到大风时会习惯性地竖起衣领、拉上拉链,但风一过,温度回升,就会下意识地露出脖子。最近,浙江中医药大学附属第二医院(浙江省新华医院)骨伤科脊柱中心主任陈哲接诊了不少捂着脖子来就诊的老年患者。

临床上,颈椎病分为神经根型、脊髓型、椎动脉型、交感神经型、颈型和混合型6种。陈哲在门诊遇到较多的是患神经根型和椎动脉型颈椎病的老年人,其中神经根型更为常见,表现为颈部疼痛和发僵、上肢放射性疼痛或麻木。椎动脉型的患者会出现眩晕、复视,还可能出现恶心、呕吐等症状。

陈哲表示,颈椎受凉易引起肌肉痉挛收缩、颈椎椎间隙狭窄、局部血管收缩、神经供血血管血液循环受影响,从而诱发或加剧颈椎病发作。

一些不良习惯也会导致颈椎病,如长时间躺着不动,长时间看手机、玩电脑。一些老年人喜欢边打牌边抽烟,烟里的尼古丁也会引起血管收缩。过度“贴秋膘”会导致人体饮食摄入增多,囤积脂肪,进而增加血粘度,血脂升高。如果颈椎不好,会让脑部、脊椎、神经根血液循环下降,加重动脉壁粥样硬化斑块,加上血管收缩,甚至会诱发脑梗、脑中风。

陈哲提醒,务必注意颈部保暖,天冷外出时最好戴上帽子、围巾,穿高领内衣、羊毛衫,切忌久坐、久躺,有意识地做一些运动。他还建议,老年人可以上午喝点绿茶,下午泡些枸杞,有助降低血脂,增加血流量,增加神经血管供氧。

女性绝经后要警惕流血等症状

通讯员 孙美燕 本报记者 徐小翔

年近七旬的长春人陈女士已绝经数年。但前段时间,她发现下腹有胀痛感,每天还有血性分泌物流出。情况持续3周,陈女士很是担心。当她得知国家区域医疗中心建设项目浙大妇院吉林医院启动的消息,第一时间挂了号。

绝经后出现血性分泌物、下腹胀痛、持续发热,几个关键词同时出现,引起该院妇科主任黄秀峰的警觉。感染后炎症、生殖道肿瘤、全身性出血性疾病都可引起绝经后出血,黄秀峰及其团队仔细鉴别后,诊断是子宫肉瘤。

据了解,子宫肉瘤是一种发病率相对较低的疾病,目前病因尚不明确,浙大妇院每年收治约二三十例。

黄秀峰提醒,子宫肉瘤多见于围绝经期和绝经后女性,一旦出现绝经后阴道流血、不规则阴道出血、下腹胀痛、盆腔肿块,要引起重视,及时就医。子宫肉瘤目前尚无有效的预防手段,女性最好每年进行妇科体检进行筛查。

衡量人体器官老化的血检方法问世

《自然》杂志近日发表的一篇生物科学论文首次提出了一种新方法分析人体器官的老化,其可更好地预测疾病风险和老龄化影响。

美国斯坦福大学研究团队此次评估来自特定器官的人类血浆蛋白水平,衡量不同器官的老化差异。利用机器学习模型,团队分析5676名成年人11个主要器官(心脏、脂肪、肺、免疫系统、肾脏、肝脏、肌肉、胰腺、大脑、脉管系统和肠道)老化情况。在评估器官年龄后,他们发现20%的人表现出一个器官加速衰老,1.7%的人显示出多器官衰老。

研究团队发现,器官加速老化使死亡风险增加20%–50%,且特定器官疾病与器官更快老化有关。心脏加速老化的个体发生心力衰竭风险增加250%。大脑和血管加速衰老可预测阿尔茨海默病进展,与磷酸化tau蛋白(该疾病主要诊断标志物)预测性一样强。 据《科技日报》

研究发现益生菌帮助缓解便秘的深层机制

补充益生菌已成为调节消化道功能、缓解便秘的一种常用方法,但不同益生菌菌株效果存在显著差异。香港大学等机构研究人员日前发现,具有abfA基因簇的长双歧杆菌能够通过提高肠道菌群对阿拉伯聚糖的利用,从而缓解功能性便秘。

为了确定其改善人类便秘的功能作用,研究人员结合宏基因组学和代谢组学进行临床试验和人–小鼠粪便微生物群移植试验。

进一步的研究发现,除长双歧杆菌外,对于其他肠道微生物来说,abfA基因簇的存在与否与其缓解便秘的效果同样相关。研究人员还发现,功能性便秘患者肠道菌群中abfA基因簇丰度显著低于健康人,移植高abfA基因簇丰度粪菌可使无菌鼠便秘症状得到改善。

研究人员表示,研究解决了益生菌领域一个关键挑战,即益生菌治疗功效中广泛但未知的菌株特异性,这为合理开发可定制的功能性益生菌建立了可推广的原则。由于abfA基因簇在肠道微生物群中非常普遍,其丰度也可作为预测功能性便秘的生物标志物。 据新华社