

七年后六旬阿姨重获畅快呼吸

医生:应对这一疾病早诊早治很重要



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

“现在胸不闷,也走得动路。女儿说,今年暑期带我去东南亚玩一圈。”近日,67岁的云姨康复出院,她感慨道,已经好多年没有这么畅快地呼吸过。

胸闷气急 双腿水肿

7年前,云姨因胸闷气急在当地医院被诊断为慢性肺栓塞,开始接受药物治疗,但情况难以保持稳定,反复就医。

近半年来,她发现胸闷气急情况不断加重,两条腿出现水肿,走路越来越吃力。在当地医院接受超声心动图检查后,显示为重度肺动脉高压。

经治疗,症状没有缓解。随后,云姨来到浙江大学医学院附属第一医院肺动脉高压专科门诊就医。

心内科蒲祥元副主任医师接诊后,详细询问病史,并进一步完善相关检查。检查显示,患者肺动脉压力及血管阻力水平大大超过正常标准,且多支肺动脉狭窄,也就是血栓在肺动脉里堵得比较厉害。

心内科主任郭晓纲教授带领专家团队充分评估分析患者情况,并组织进行多学科讨论,最终考虑其患上的是慢性血栓栓塞性肺动脉高压。

这一类型可治愈

肺动脉高压发病机制复杂且尚不完全明确,是多因素、多环节共同作用的结果,包括外因(低氧、烟草、粉尘等)、内因(遗传、发育、疾病等),以及交互因素(感染、免疫、药物等)。

但不幸中的万幸,云姨所患肺动脉高压是唯一一种可以治愈的类型。

由于相关药物已经无法改善症状,心内科专家团队决定为她进行肺动脉球囊扩张成形术(BPA),这是一种治疗肺动脉高压的新兴技术。术后当天,云姨胸闷气急的症状明显改善,3天后顺利出院。

几类情况建议尽快就医

郭晓纲表示,虽然肺动脉高压患病率占全球人口约1%,但在65岁以上人群可达10%。

研究表明,未经治疗的肺动脉高压患者平均生存时间仅2.8年。在临床上,肺动脉高压也是导致猝死的重要原因之一。但是,如果能在早期进行诊断筛查,并找出背后真正原因,对原发病及肺动脉高压同时精准治疗,可以较好地控制病情。

医生提醒,如出现呼吸困难、易疲乏,严重时出现胸痛、咯血、声音嘶哑、食欲减退、腹胀、双下肢水肿、肝脾肿大等症状,建议尽快就医筛查。

多数人大豆摄入不足 合理膳食鼓励“增豆”

国民营养健康指导委员会办公室近日发布信息建议,成年人平均每天摄入15克至25克大豆或相当量豆制品。目前我国2/3以上居民未达推荐摄入量,应适当增加。

常吃大豆及其制品有益儿童生长发育,可降低成年人心血管疾病、乳腺癌、绝经后女性骨质疏松等发病风险,还有助延缓老人肌肉衰减。

根据建议,居民一日三餐可选择不同的大豆及其制品,20克大豆相当于北豆腐约60克、南豆腐约110克、豆腐干约45克、豆浆约300克。摄入畜肉过多人群,可用大豆及其制品替换部分肉类。据新华社

新血检能比X光 提早八年发现关节炎

骨关节炎是最常见的关节炎形式。美国研究人员近日报告称,通过验血检测一种新的血清生物标志物,可预测膝关节骨关节炎。

当前X射线诊断方法通常只在膝关节有结构性损害后,才能识别出关节炎。现在,研究团队发现,血液中有一种生物标记物,可区分患有膝关节骨关节炎女性和没有此疾病的女性,甚至可以在许多女性被X光诊断为膝关节骨关节炎之前8年就捕捉到骨关节炎的分子信号。

研究人员表示,血液检测比X光片提供了更多证据,表明关节中存在异常。这将为早期骨性关节炎提供“机会之窗”,以阻止疾病发展,恢复关节健康。据《科技日报》

幸亏上完厕所多看了一眼

这种疾病常见于六十岁以上人群

前不久的一个早晨,60岁的汪阿姨吃完饭不久,突然感到左腹部一阵绞痛,直接冲向厕所。

“最近饮食清淡、规律,不至于吃坏肚子。”一边这样想着,汪阿姨起身时回头一看,里面竟混着鲜红色血液。见状,她赶紧叫上女儿一起前往杭州市萧山区第一人民医院。

到了消化内科门诊,接诊医生看了汪阿姨用手机拍下的“证据”,在询问病史后,初步给出诊断——缺血性肠病。

随后,医生为汪阿姨安排住院治疗,完善肠镜等检查,进一步验证了缺血性肠病的诊断。经治疗,目前汪阿姨已顺利出院。

缺血性肠病是由多种原因引起肠道血流不足,最终导致肠道损伤甚至坏死的一种疾病。各个年龄段都可能发生,更常见于60岁以

上群体。若患有心血管疾病、糖尿病,则发病率更高。

缺血性肠病典型症状是腹痛,多位于左下腹,由于左半结肠的供血动脉较为细小,更易发生缺血。往往为突发性绞痛,轻重不一,进食后加重,腹痛时多伴有便意,部分患者会在24小时内排出与粪便相混合的鲜红色或暗红色血便。

中老年人如出现不明原因的腹痛、便血,需警惕缺血性肠病,应及时到医院就诊。

轻度缺血性肠病可采取保守治疗方案,通常可自行好转。少部分患者病情恶化而发生肠坏死,需进行急诊手术尽早切除坏死肠段。

缺血性肠病可能复发,因此生活中应注意清淡饮食,保持大便通畅,戒烟戒酒,适当身体锻炼。

在疾病好转期(通常1周),可进食易消化的半流质食物,如粥、



面条,最好少食多餐。不建议饮用大量牛奶或食用大量糖,此类食物易造成胀气,加重肠道负担。

处于疾病恢复期时,尽量食用清淡、软烂、温凉食物,避免食用芹菜、韭菜等纤维食物,后续可逐步恢复正常饮食。

医生提醒,患者应注重定期复查,如果又出现腹痛、便血、腹泻、恶心等症状,应及时就医。

据健康杭州

政策吹风

目前,全国5500多家二级以上综合医院提供“一站式”服务;多学科诊疗服务模式推广至全国2400余家二级以上医院。据人民网

国家卫生健康委、国家发展改革委等多部门日前公布《关于加强重症医学医疗服务能力建设的意见》,提出到2025年末全国重症医学床位(包括综合ICU床位和专科ICU床位)达到15张/10万人,可转换重症医学床位达到10张/10万人。据新华社