

破裂危害极大 但往往难预测 做好“控调检”有助预防

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

近日,湖州安吉52岁的林先生(化名)与朋友外出时发生了一些小纠纷,回家后开始头痛,没多久便瘫坐倒地,被家人紧急送到当地医院。急诊CT提示,他的蛛网膜

下腔出血非常严重,初步考虑是动脉瘤破裂所致,当地医院无法进一步解决,建议转至上级医院救治。于是,林先生被送到浙大一院总部一期急诊。

“一周内,我们收治了五六名动脉瘤破裂患者,林先生的情况最严重。”该院神经外科沈建副主任医师说,脑动脉瘤是颅内动脉血管壁上的一个病变凸起,并不是传统意义上所说的肿瘤。

脑动脉瘤的形成,除了先天性脑血管畸形外,高血压、高血脂、抽烟饮酒等不良生活习惯引起的动脉血管老化也是重要因素。据林先生家属介绍,他有10多年的高血压病史,一直没有规律服药,所以血压控制得不太好。医生表示,这类人是发生脑动脉瘤的高危人群。

脑动脉瘤就像是轮胎上的一个鼓包,非常脆弱,在各种外因刺激下随时可能爆炸,血压波动是引

起破裂的关键因素。除此之外,外伤撞击、体力劳动、上厕所时过于用力等也是刺激因素。

浙大一院神经外科主任詹仁雅表示,一般情况下,脑动脉瘤形成后没有明显症状,部分患者会因瘤体变大压迫颅内神经,出现视力下降、眼睑下垂、眼球活动受限、失语等情况。其中,不少患者是在脑动脉瘤破裂送医后才发现。

脑动脉瘤一旦破裂,非常凶险,死亡率高达30%。因此,当出现头痛、恶心呕吐、神志不清等症状时,一定要及时送医。三分之一左右的患者即使成功治疗,仍会留下后遗症,影响生活质量。

专家表示,脑动脉瘤的破裂无法预测,因此重在预防,做好三点很关键——控制三高,调节情绪,定期体检。建议40岁以上人群,尤其是同时患有三高、长期抽烟饮酒、有家族史的人定期接受专门的脑部检查,发现异常及时就医。

眼部扫描能提前七年 预诊帕金森病

英国一个研究团队借助人工智能确定了一组标志物,可在临床症状出现前7年诊断出帕金森病,这些标志物可通过眼扫描识别。

医生们很早就知道,眼睛可作为身体其他部位的“窗口”,显示身体健康状况。高分辨率的视网膜图像现已成为眼科护理中的常用手段,尤其是光学相干断层扫描(OCT)。近年来,研究人员开始使用功能强大的计算机准确分析大量的OCT和其他眼扫描图像,以发现关于整个身体的隐藏信息。

这项研究证实了先前关于神经节细胞一内网状层(GCIPL)明显变薄的报道,并首次发现了较薄的视网膜内核层(INL)。研究进一步发现,这些层的厚度减少与患帕金森病的风险增加有关。研究人员表示,还需要进一步的研究来确定GCIPL萎缩的进展是由帕金森病的大脑变化驱动的,还是INL变薄先于GCIPL萎缩。厘清这一机制,将确定视网膜成像是否可支持帕金森病患者的诊疗。 据《科技日报》

活动假牙“超龄” 或影响全身健康 出现几类情况应及时更换

通讯员 叶飘 本报记者 戴虹红

来自金华的祝爷爷最近遇到烦心事,佩戴多年的活动假牙开始晃动,口腔黏膜因此经常被蹭破,吃东西变得越来越费劲。

浙大口腔医院口腔内科中心沈晓艇副主任医师检查发现,祝爷爷的活动假牙已经“服役”近10年,出现较为严重的磨损,与口腔组织面也不如以往贴合,口腔黏膜可见多处溃疡,是时候该更换了。

第四次全国口腔健康流行病学调查显示,65-74岁老年人中,81.7%存在不同数目和部位的牙齿缺失,其中牙列缺失老年人占比为4.5%。虽然种植义齿逐渐成为口腔修复的主流,但仍有很多老年人受限于身体状况、经济条件等因素,最终选择活动假牙修复,以满足最基本的需求。

活动假牙包括可摘局部义齿和全口义齿。这是利用剩余天然牙、基托下的黏膜和骨组织作为支持,依靠义齿的固位体和基托来固位,用人工牙恢复缺失牙的形态和功能,用基托材料恢复缺损的牙槽



嵴、颌骨及其周围的软组织形态,患者可以自行摘戴的一种修复体。一般情况下,活动假牙的使用寿命为5-10年,在使用过程中会逐渐变得不合适,需要定期复查和维护。

活动假牙为什么会变得不合适?首先是来自活动假牙制作材料的局限性。活动假牙的主体部分(人工牙和基托)多为树脂材料,在长期使用过程中容易出现老化和磨损,导致活动假牙的咀嚼效率降低。其次,人体牙槽骨的生理性改变。随着年龄增长,缺牙区域的牙槽骨会不断地萎缩,软组织也会有相应变化,致使活动假牙与牙床接触的密合度降低,佩戴时出现松动、不稳定的情况。

医生提醒,当出现以下情况时,说明活动假牙可能需要修复或更换。

活动假牙牙面严重磨损,面下1/3的垂直距离明显缩短,咀嚼效率明显下降;活动假牙与口腔组织间出现间隙,食物容易嵌入,说话或进食时易松动、脱落;与活动假牙接触的口腔黏膜反复充血、溃疡。

如果坚持佩戴不合适的活动假牙,可能会导致咀嚼功能严重下降,制约营养摄入及影响全身健康;进食或说话时容易脱落、误吞,严重时危及生命;食物残渣滞留、微生物滋生,容易导致天然牙龋损和义齿性口炎;口腔溃疡反反复复,若不及时处理,可能会有癌变风险。

“坐立不安”有助 抵御疾病风险

在词典中,坐立不安通常被定义为不安或紧张地动来动去,但肥胖症专家詹姆斯·莱文表示,更好的定义是,“这是一种有节奏的身体部位运动。”他说“坐立不安”是一种与生俱来的运动冲动的外在表现。

在世界范围内,1975年以来肥胖症几乎增加两倍。部分原因是许多形式的工作越来越久坐不动。这被认为放缓新陈代谢,从而影响身体调节血糖、血压以及分解体内脂肪的能力。

越来越多的证据表明,“坐立不安”的冲动可以通过促使我们运动来帮助我们无意识地管理体重。“坐立不安”的好处并不仅限于控制我们的体重,它可能还有益于我们的大脑,还能间接延长寿命。如今人们久坐不动的生活方式使患有心血管疾病、糖尿病和肥胖症的风险增加一倍,并加剧抑郁和焦虑风险。“坐立不安”可能对两者都有帮助。 据《环球时报》