

# 心室为正常人八倍大 六旬大伯“换心”获救



通讯员 江晨 滕鹏  
本报记者 徐小翔

近日,60岁的高大伯在老伴陪伴下来到浙大一院复诊,走进心脏大血管外科病区,他中气十足地与医护人员打招呼,让人很难把他与1个月前刚做完心脏移植手术的病人联系在一起。

5年前的一天,身体一直较健康的高大伯在坐公交车时突然发生严重的眩晕。随后,他来到家附近的医院就诊,确诊为扩张型心肌病。

当时,医生告诉他,除了吃药控制,最好再装上心脏起搏器,但高大伯觉得不那么严重,没有接受医生的建议。此后,他的病情控制得还算不错。

直到去年12月,高大伯出现持续咳嗽,随之而来的是没力气、频繁拉肚子、恶心吃不下饭、胸闷气急等情况。

高大伯到浙大一院就诊时,医生表示他的心功能已经很差,最好当天就住院治疗。

然而,尽管已经尽快治疗,高大伯的病情仍断崖式下滑。

住院期间,高大伯只要躺下睡觉就呼吸困难,每天只能端坐着呼吸。医生告诉他,想要延续生命,只能做心脏移植。大伯一辈子没做过手术,何况是“换心”,第一反应就是拒绝。治疗略有好转后,他觉得自己已经康复,要求出院。

但是,离开了药物支持,高大伯的情况急转直下,两周内住了三

次院。第三次住院时,甚至突发意识不清,经过紧急救治才转危为安。

经过多学科会诊以及与家属的充分沟通,高大伯转入心脏大血管外科救治。

浙大一院心脏大血管外科副主任赵海格表示,当时,患者的左心室已经扩张到7厘米大,是正常人的8倍左右,指标也不理想。如果再不接受移植,后果不堪设想。

在等待移植期间,心脏大血管外科和心内科团队为他制定综合治疗方案,稳定心功能和各项生命体征。今年4月,一名逝者捐献的心脏与高大伯配型成功,高大伯顺利接受心脏移植手术。

扩张型心肌病,从字面上理解就是心脏变大。身体的正常运转都靠心脏跳动泵血,变大后的心脏就像吹大的气球一样,弹性变差,泵血能力下降,从而令人出现胸闷、气喘等心力衰竭的症状。

浙大一院心脏大血管外科主任马量表示,当出现不同程度的活动能力下降,如心悸、气喘、胸闷甚至不能活动时,建议尽快就医检查心功能,由专科医生评估并制定治疗方案。一般来说,如果是爬楼梯或睡觉时出现呼吸困难、长期咳嗽,可能提示左心衰竭,如果是体表淤血、下肢水肿、恶心呕吐、腹胀等,则可能是右心衰竭的表现。

## 几种关键食物营养素 能延缓大脑衰老

美国一项研究将大脑老化速度与饮食营养联系起来,发现与延缓大脑衰老有关的关键食物营养素。

研究人员对年龄在65岁到75岁之间的志愿者大脑进行核磁共振成像。他们确定了两种截然不同的大脑衰老类型,其中衰老速度较慢与营养摄入有关,这种营养摄入类似于从地中海饮食中获得的营养。

此次研究人员并不依赖志愿者报告他们的饮食,而是分析他们的血液样本,以寻找营养生物标记物。

结果表明,鱼类和橄榄油中的脂肪酸,菠菜和杏仁中的维生素E等抗氧化剂,以及胡萝卜和南瓜中发现的胡萝卜素等,都在已确定的有益生物标志物之列。在这项研究中,另一个与延缓衰老有关的有益生物标记物是胆碱,它在蛋黄、内脏和生大豆中的含量很高。

越来越多证据表明,营养在大脑衰老过程中扮演着重要角色。

据《科技日报》

## 臼齿缺失老年人 患痴呆症风险更高

日本一项研究显示,臼齿缺损导致不能咬合的老年人患痴呆症风险更高。

研究团队以约2.2万名65岁以上老年人作为对象,对比了他们臼齿的咬合情况和因患阿尔茨海默病出现痴呆症症状的确诊时期。

研究结果显示,与臼齿咬合完全没问题的老年人相比,因臼齿缺损导致部分牙齿不能咬合的人出现痴呆症症状的几率要高1.34倍;如果门牙也有缺失,上下牙齿完全不能咬合的话,表现出痴呆症症状的几率要高1.54倍。研究人员表示,臼齿缺一颗,磨碎食物的能力会下降一半,满口假牙的话,磨碎食物的能力将下降至正常的约30%。

不过,研究人员指出,本次研究并非确定了臼齿缺失和痴呆症发展的因果关系,而是说臼齿缺失可能预示着脑血流减少、营养状态下降、说话困难和自信丧失导致的社交活动减少,痴呆症发展风险也会升高。

研究人员建议,应定期检查牙齿,进行口腔护理,如牙齿脱落,应及时就医恢复牙齿咬合。据新华社

## 一吹空调就打喷嚏流鼻涕 医生建议享受清凉时留个通风口

本报记者 林乐雨 通讯员 刘微微

进入炎热夏季,空调的使用频率越来越高。吹空调时频繁打喷嚏、流鼻涕,要警惕可能患上了过敏性鼻炎。

温州市人民医院耳鼻咽喉科主任张瑜介绍,过敏性鼻炎典型症状包括阵发性喷嚏、清水样鼻涕、鼻塞和鼻痒,可伴有嗅觉减退。其中,清水样鼻涕在老年群体中最为常见。

为什么一吹空调就容易犯过敏性鼻炎?

医生表示,首先是由于空气流动性变差。空调内部长时间不清洗,会积累大量灰尘和细菌,空调

滤网容易滋生尘螨、霉菌等过敏原,一旦开启空调,这些污染物和过敏原就会随着冷风吹出,对过敏性鼻炎患者呼吸道造成刺激。而且,开着空调,人们往往会紧闭门窗,空气不流通,增加感染机会,进而诱发或加重过敏性鼻炎。

其次,室内外温差大,鼻腔黏膜受到冷空气的突然刺激,容易引起鼻腔黏膜收缩,导致鼻塞、流涕等症状加重。空调在制冷过程中还会去除空气中的水分,导致室内干燥。鼻腔黏膜失去水分,变得脆弱,也会加重鼻炎症状。干燥的空气还会降低呼吸道黏膜抵抗力,使得病菌、病毒等更容易侵入,引发感染。

张瑜提醒,在使用空调前,要彻底清洗空调过滤网,并定期清洁。每天早晚开窗通风,保持空气清新,要注意室内空气流通,患有过敏性鼻炎的老年人在吹空调时建议适当开窗,保留一个通风口。

同时,避免空调设定温度过低,室内外温差不要过大,避免长时间直吹空调。长期使用空调时,可在房内配备加湿器来增加空气湿度,但需要注意定期清洁加湿器,小心霉菌滋生。

老年朋友还要日常加强锻炼,提高身体抵抗力,增强呼吸道黏膜的防御功能。此外,注意避免接触已知的过敏原,如花粉、宠物皮屑等。