

中风后吃饭只能吃半流质

“三大法宝”让吞咽变“丝滑”



省级名中医林咸明教授
浙江省中山医院供图



本报讯(记者 徐小翔 通讯员 陈瀛)前段时间,因脑干部位梗塞导致中风,54岁洪先生昏迷了十几天。虽说捡回了命,但吞咽功能出现障碍,他连喝水都会反复呛咳,只能吃半流质。家人了解到浙江省中山医院有脑卒中吞咽障碍专病门诊,便带他前往就诊。

在问诊、检查、评估后,该院脑卒中吞咽障碍诊疗团队医生告诉洪先生家人,他是典型的中风后吞咽功能障碍,并为他制定了综合诊疗方案。

四周后,洪先生的吞咽功能、咽部异物感、呛咳等明显好转,饮食逐步恢复顺畅,可以进食小米糊、面条等。“好久没有这种丝滑的进食感觉了。”洪先生重燃生活的信心。

“发病率高,危害性大。”脑卒中吞咽障碍诊疗团队带头人、浙江省名中医林咸明教授表示,吞咽困难是脑卒中(俗称中风)后遗留的主要并发症之一,发生率高达6-8成。脑卒中吞咽障碍不仅影响患者营养摄入和生活方式,还可能导致吸入性肺炎等严重并发症。然而,多数家庭更关注患者肢体功能恢复,认为吞咽问题“可暂时忍耐”,许多脑卒中吞咽障碍患者未能得到及时有效治疗。

为此,林咸明专门组建脑卒中吞咽障碍诊疗团队,致力于为这类患者提供科学评估、针灸康复以及团队独创的大分子神经营养药物(NGF)中枢递送技术等综合诊疗方案。

具体来讲,综合诊疗方案有“三大法宝”。第一招是头

皮针结合断续波电针刺激颈部开咽穴,增强咽喉局部反射,提高大脑皮质对皮质脑干束的调控作用,有助于重建吞咽功能。第二招是吞咽康复,包括通过食咽部的冰棒刺激等康复手段训练,帮助患者重新学习吞咽动作。最关键的是第三招,林咸明团队创造性地将特定模式电针技术与跨血脑屏障递送神经生长因子相结合应用于脑卒中吞咽障碍,这一发现为神经营养药物跨血脑屏障递送提供了一种全新的途径。“我们对特定模式电针的治疗参数经多次反复实验研究发现,特定模式电针具有可控性开放血脑屏障这一神奇效应,并可安全递送神经生长因子入脑。”

从这一研究入手,林咸明惊喜地发现,特定模式电针治疗结合神经生长因子、紫杉醇对于脑卒中后认知功能障碍、脑胶质瘤等治疗都有意想不到的效果。目前,团队正着手研究脑卒中后认知功能障碍、脑腔隙性梗塞记忆减退、脑转移瘤等。

睡前看屏幕一小时 失眠风险增六成

挪威公共卫生研究所的一项新研究表明,减少在床上使用屏幕时间可以显著改善年轻人睡眠质量。研究基于对45202名年龄18-28岁之间的年轻人调查,发现睡前使用屏幕会使失眠风险增加59%,平均减少24分钟睡眠时间。

屏幕使用可能通过4种方式影响睡眠:通知打扰、占用本应用于休息的时间、延长入睡所需时间以及屏幕发出的光抑制昼夜节律。基于这些发现,研究人员建议那些因屏幕使用而遭受睡眠问题的人尝试减少夜间屏幕使用时间,尤其是在睡觉前30-60分钟内完全停止使用屏幕。如果必须使用屏幕,建议禁用通知以减少夜间被打扰的可能性。 据《科技日报》

阿尔茨海默病治疗 再添利器

全球首款每月仅需注射一次的阿尔茨海默病治疗新药多奈单抗注射液,3月31日在首都医科大学宣武医院暨国家神经疾病医学中心成功开出全国首方。

多奈单抗注射液作为一款靶向AD病理蛋白——β淀粉样蛋白(Aβ)的抗体药物,是目前唯一在中国获批,且在说明书中明确建议淀粉样蛋白斑块清除后可停止治疗的淀粉样蛋白靶向治疗药物。66%的患者在治疗1年内实现了淀粉样蛋白清除,停止用药。多奈单抗减缓了最高达35%的认知和功能衰退。 据人民网

个头不大擅伏击 紧咬不放难察觉

踏青注意这种可致命小虫

春暖花开,人们户外活动增多,但有一种危险的小虫子正潜伏在草丛中——蜱虫。

蜱虫俗称“草爬子”“狗豆子”,靠敏锐的嗅觉追踪汗味和二氧化碳,常伏击在草丛、灌木中,伺机叮咬路人或动物。

蜱虫专挑皮肤薄、不易察觉的部位下口,如耳后、腋窝、大腿内侧等。更狡猾的是,它的唾液含“麻醉剂”,叮咬时不痛不痒,一旦咬住便紧贴不放,直到吸饱血才松口。被蜱

虫叮咬后,可能引发皮肤红肿、溃烂等轻微症状,但其携带的多种病原体才是大敌,可以导致发热伴血小板减少综合征、莱姆病、立克次体病等病症,严重时可危及生命。

教你四招远离蜱虫叮咬。

穿衣有讲究:穿浅色长袖长裤、不露脚踝鞋子,喷驱虫剂(含避蚊胺或氯菊酯)。

活动后必检查:户外归来立即检查衣物和全身,重点查看颈部、腋窝等隐蔽部位。

清理“蜱虫老巢”:修剪草坪、清扫落叶,在住宅与树林间设隔离带。

宠物、家畜要驱虫:定期给宠物、家畜喷驱虫药,避免蜱虫“搭便车”回家。

重要提醒:被咬后别硬拔。应用镊子夹住其头部垂直拔出,不可猛拽或扭转蜱虫,避免蜱虫口器残留在皮肤内。处理后及时消毒,若出现发热、腹泻、皮疹等症状,立即就医。 据杭医生生活健康