

# 开心过度炒菜险些漏锅

## 半数门诊患者竟因这种病

本报讯(通讯员 王蕊 金丽娜)“我前几天差点把家里的锅炒漏了!”前段时间,在外地的儿子一家回杭过年,57岁的吴先生高兴得很,一天三餐变着法子做菜。

假期一结束,吴先生便在儿子陪同下来到浙江大学医学院附属第一医院风湿免疫科。“我爸这几天一直在念叨说手僵、关节痛,我怕是风湿性关节炎,赶紧带他来看看。”吴先生的儿子说。

“今天看了46个患者,手骨关节炎的至少有20个。”接诊的医生张涵茵边问诊边和吴先生说。

她耐心跟父子俩解释,像吴先生的手指关节僵硬,可在活动几下后立马缓解,初步排除类风湿关节炎。因为类风湿关节炎导致的手指关节“晨僵症状”一般要一个小时以上,甚至更久,但还是要引起重视,做好预防。

张涵茵顺便科普了一下:频繁的切菜、洗衣服等精细动作,或做饭颠勺等大力动作,会诱发很多中老年人手部关节炎急性发作。“不用担心,骨关节炎是中老年人常见的关节退变问题。”像吴先生这样的手骨关节炎,是手指关节的软骨长期磨损、退化所导致的。

手指里的软骨就像关节间的“润滑垫”,一旦磨损后,就会引起疼痛、僵硬等症状,这好发于中老年人群,一般通过休息和药物能得到控制缓解。一旦骨关节炎发展成需要关节置换,则只能去骨科进行手术治疗。

如果你晨起手指僵硬、关节疼痛、关节周围软组织肿胀、手指变形等症状,请及时就医,以排除类风湿关节炎等其他疾病。

我们可以这样鉴别手骨关节炎和类风湿关节炎:一般



图据AI生成

来说,骨关节炎表现在远端指尖关节受累,而类风湿关节炎常见肿痛关节在近端指间关节、掌指关节和腕关节以及一些自身抗体指标也存在异常,是一种自身免疫疾病,如果长期得不到控制,还会累及肺部等器官。

## 全球1/3人口健康受极端高温影响

据英国《卫报》报道,一项于10日发表在《环境研究:健康》杂志上的研究报告警告称,极端高温正严重影响全球1/3人口的生活。

报告指出,由于老年人排汗能力弱化、体温调节功能受限,高温往往对老年人限制更大。在高温环境下,运动量稍作提升,都有可能

导致人体核心温度过高,乃至出现热应激反应。截至2024年,老年人年内因高温活动受限的时间已上升至约900小时。在部分热带及亚热带地区,高温限制老年人户外活动的

时间可达全年时间长度的1/4至1/3。

据环球网

## 读懂大脑的“求救暗语”

大脑在受伤前,会拼命向发出求救信号。这几个“密码”,一定要刻在脑子里。

面部“失控”的警报:照照镜子,或是看看身边的亲人,笑容还对称吗?有没有一侧嘴角不听使唤地耷拉下来?手臂“掉线”的警告:像做广播体操一样平举双臂,是否有一只手固执地抬不起来,或是不由自主地往下坠?语言“乱码”的危机:尝试说一句“吃葡萄不吐葡萄皮”,是否变得吐字不清,或者脑子里想得好好的,话却说不出口?

如果出现以上任何一条,您的大脑可能正在缺血,请毫不犹豫拨打120。

据《北京青年报》

# 心脏长“果冻”,还会全身跑

## 手术切除是目前唯一有效的治疗方式

本报讯(通讯员 薛蕙质 吴玲珑)“2月中旬成功摘除肿瘤后,我终于踏实过了个年。”近日,57岁的赵女士满是欣慰。

今年2月初,她因突发剧烈胸痛被紧急送往浙江医院。检查结果显示,她的心脏里竟长了一个“果冻”般的肿瘤,随着血液流动四处游走,堵塞心脏血管——这个经病理确诊为心脏黏液瘤的“元凶”,正是导致心梗的根源。

这种瘤体质地类似果冻,脆弱易碎,部分脱落的组织已随血液流动,极有可能堵塞心

血管。浙江医院心血管内科副主任汤益民团队紧急为赵女士实施冠脉造影,结果显示其左心室回旋支远端完全闭塞。在介入治疗中,团队顺利取出了堵塞血管的“瘤栓”物质,血流随之恢复正常。

这些“血栓样”物质从何而来?心脏大血管外科副主任陈绍稀分析,极有可能是心脏黏液瘤组织脱落所致。瘤体随血流摆动,不仅可能堵塞二尖瓣口引发晕厥甚至猝死,其脱落的碎片也可能随血液流向脑、心、肝、肾等重要脏器,造成栓塞,严重时危及生命。

为彻底清除隐患,医生建议尽快手术摘除黏液瘤。在与家属充分沟通后,赵女士先在冠心病监护病房接受治疗,平稳度过心梗急性期,为手术创造条件。由于瘤体质脆易碎,手术操作需极为精细。经过4个多小时的奋战,陈绍稀团队最终完整取出这颗4cm×5cm×5cm的肿瘤。

陈绍稀介绍,心脏黏液瘤是最常见的原发性心脏良性肿瘤,约75%发生在左心房,手术切除是目前唯一有效的治疗方式。他提醒,若出现不明原因的消瘦、乏力、胸闷、气短、心慌等症状,应尽早就医排查。