

健康周刊支持单位

海南省卫生健康委员会 海南省健康宣传教育中心

### 省肿瘤医院专家提醒: 脑梗塞救治“黄金3小时”勿错过

“一开始没意识到情况严重,现在想想挺后怕的。”因脑梗塞而两度昏迷的吴大爷,被紧急送往海南省肿瘤医院救治。该院急诊科为他开启“绿色通道”,第一时间进行鉴别诊断,放射科、介入科全力协同抢救。30分钟后,介入科专家实施急诊介入取栓术,经32分钟的努力,患者成功取栓,脱离生命危险,3天后出院回家。

省肿瘤医院急诊科主任张洁介绍,脑梗塞又称缺血性脑卒中,是因脑部血液供应障碍,缺血、缺氧所导致的局限性脑组织的缺血性坏死或软化。临床常见类型有脑血栓形成和脑栓塞等,表现症状通常为突然出现的口眼歪斜、言语不利、一侧肢体无力或不灵活、行走不稳、意识障碍等。

“脑梗塞一旦形成,对病人的治疗就要争时间抢速度,尽可能在最短的时间把病人闭塞的血管疏通。”张洁说,脑梗塞往往病情凶险,具有发病率高、致死率高、死亡率高的特点,最佳治疗时间为发病后3小时内,闭塞超过6小时,脑细胞出现坏死,对脑组织造成不可逆的损伤。如果坏死面积较大,功能丧失严重,可致残、偏瘫,甚至死亡。

张洁介绍,患者入院经CT检查排除脑出血后,结合患者病史讨论初步判断为脑梗塞的,需第一时间结合患者病因、发病机制、临床类型、发病时间等实施个体化治疗方案,通常采取的治疗手段为静脉溶栓或介入治疗。

省肿瘤医院介入科主任牛惠敏介绍,介入治疗已经成为治疗急性缺血性脑卒中中最有前途的方法之一,较传统治疗方法,该技术拥有创伤小,取栓精准有效,局部溶栓用药量少,溶栓快且彻底,安全性高等优势,使越来越多的患者受益。

脑梗塞是我国高发疾病之一,是中老年人的“生命杀手”,但如今,脑梗塞已经逐渐“盯上”青年人,呈现出年轻化的趋势。而它的发生、发展,有很大原因与不健康的生活方式和基础疾病有关,如不健康饮食与肥胖、缺乏锻炼、高血压、吸烟、酗酒、糖尿病、熬夜等。

“这些高危因素的存在,让脑梗塞成了严重影响老百姓生命健康的常见病、多发病,因此,我们不能光进行治疗,前期的预防是相当重要的。”牛惠敏说,对于已经具有脑梗塞危险因素的人群,应定期监测并采取针对性措施,减少疾病发生;对已发生过一次甚至多次脑梗塞的患者,或患有糖尿病等其他基础性疾病的患者,应给予早期诊断早期治疗,防止严重脑血管病发生。(文/庄晓珊)



谷庆隆

首都儿科研究所附属儿童医院 副所长  
现挂职海南省人民医院党委委员、副院长、海南医学院临床学院副院长  
儿童耳鼻喉科,主任医师,协和医科大学硕士研究生导师

### 观众互动

问:腺样体肥大不会随着年龄的增长而自愈?

答:如果诊断腺样体肥大了,说明孩子已经有临床症状了。有临床症状之后,如果不干预,这个症状会引发一系列问题,比如说打鼾、憋气等。如果症状持续存在,就可能引起家长所担心的性格改变、智力变化、生长发育变化。的确,大多数孩子的腺样体在11~12岁就萎缩了,但引起的并发症并不会因腺样体萎缩而消失,比如:性格智力已经受到的影响是很难恢复的。所以,面对疾病要有科学的态度,腺样体是免疫器官,没有手术指征一定不要盲目切除,但诊断腺样体肥大引起临床症状了,必须要干预、要治疗。

问:担心因腺样体肥大变丑,腺样体面容一旦形成,有没有返回的可能性?

答:有个成语叫亡羊补牢,出了问题我们要想办法补救,免得以后继续受损失,但是说你原来的羊就会回来了。所以,腺样体肥大,假设导致了腺样体面容,我们一定要及时治疗,否则就会越来越丑。如果说孩子现在打鼾憋气,引起面容改变,若只是口腔矫治而不去除病因(治疗腺样体)是没有意义的。要把引起面容改变的病因(打鼾憋气以及张口呼吸)给去掉后,再做口腔矫正,成功率才会更高,才会有希望。



资料图

### 海南日报融媒看点

睡觉时张嘴呼吸、打呼噜……孩子可能患有腺样体肥大!最近,“腺样体肥大”话题引起了很多家长的关注。1月10日下午,海南日报健康融媒工作室《大医精讲》推出系列健康科普直播第六期,邀请海南省人民医院副院长、首都儿科研究所副所长谷庆隆,分享如何预防和治疗儿童腺样体肥大,吸引上万名观众在线观看。



# 「呼噜娃」,睡得香还是病?

病因——多种因素导致腺样体肥大患儿增多

谷庆隆介绍,腺样体是人体重要免疫器官,和我们常说的扁桃体一样,是人体重要的防御组织。腺样体出生后即存在,6~7岁时增生最明显,10岁以后逐渐萎缩。孩子小时候,免疫能力不是很强,腺样体位于呼吸道的入口,腺样体适度增生就是为了增强局部的防御能力,更好地抵御外来的病毒,但有时候过度增生,就堵塞呼吸通道了。腺样体不像扁桃体,能够直观地看到,腺样体位于鼻腔的后部——鼻咽部,因此有些孩子都要手术了,家长还不知道腺样体长在哪?确定腺样体的大小需要特殊仪器,要么拍片,要么用内窥镜。

以前很少听说过哪个孩子腺样体肥大?现在为何多起来呢?谷庆隆说,现在腺样体肥大患者增多有两种情况:一个是发现率提高了,现在家长重视,加上现在诊断技术增强了,很多以前没有发现的疾病都发现了,以前很多人患腺样体肥大没有被发现也没有做治疗。另一个是发病率的确实增多了。

什么原因导致腺样体肥大的发病率越来越高呢?谷庆隆说,首先是各种各样的外来刺激,腺样体肥大是淋巴细胞数量增生导致的,比如病毒,许多孩子在一场感冒后就出现打呼噜憋气,其实就是病毒感染导致的腺样体肥大。另外,过敏性鼻炎也是导致腺样体肥大的重要因素。还有孩子被动吸烟,吸“二手烟”对孩子的影响是非常大的。我们近几十年来生活和饮食习惯也发生了很大改变,比如现在大多数人的饮食中肉类食物所占比例越来越高,都可能导致疾病多发。

后果——腺样体肥大可影响孩子性格和智力发育

生活中,很多家长在得知腺样体肥大这个疾病后,会有些焦虑甚至会出现“对号入座”,去观察自己孩子的情况,有的家长看到孩子睡觉时张嘴嘴巴也会非常担心。

那么,孩子睡觉时张口呼吸一定是腺样体肥大吗?谷庆隆表示,在平时接诊中,经常遇到很多家长因为发现孩子睡觉时张嘴呼吸,来看是不是腺样体肥大引起的,但引起儿童张口呼吸的原因很多,一般来说分为两种:一种是由于鼻部及鼻咽部呼吸不畅导致的,另一种是由于口唇的肌肉力量不足导致的。其中,鼻部及鼻咽部呼吸不畅导致的口呼吸就包括腺样体肥大,还包括各种鼻部疾病,比如各种鼻炎(过敏性和非过敏性鼻炎)、鼻窦炎等。

家长经常会因为发现孩子牙齿有些突出,就带到耳鼻喉科来看是不是腺样体肥大。其实,简单区别是:在孩子睡觉时,把嘴捏上,如果呼吸得很均匀,说明孩子鼻腔是通畅的,那就可能是口唇肌肉没有发育好造成的,需要进行口唇肌肉训练;如果捏上后孩子就表现烦躁不安,表明用鼻子呼吸很困难,可能是鼻部疾病导致的。

那么如何区分是鼻炎还是腺样体肥大导致的口呼吸呢?简单的区别是:如果白天和晚上都张嘴呼吸,那还怀疑是鼻炎;如果白天清醒时是闭嘴的,而睡眠时才出现口呼吸,应考虑是腺样体肥大。

谷庆隆表示,腺样体肥大是腺样体由于反复炎症刺激而发生病理性增生,进而引起相应的临床症状则称为腺样体肥大,如果没有引起临床症状则称不上腺样体肥大。腺样体肥大可引起的症状主要包括:打鼾和憋气(医学上称“阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征”)、中耳炎、鼻炎、鼻窦炎、颌面发育畸形等,其中家长最担心的是影响孩子的面容、智力、性格以及生长发育。谷庆隆说,孩子的智力性格和生长发育都与孩子睡眠时打鼾和憋气有关,首先生长激素都是在夜间深睡眠的时候分泌的,而爱打鼾和憋气的儿童睡眠结构破坏,深睡眠减少,睡眠质量不佳,影响孩子的性格。其次,打鼾和憋气导致血氧下降,大脑供氧不足,影响孩子智力。

治疗——不是所有腺样体肥大都需要手术

直播中,谷庆隆反复强调,腺样体增生2/3或3/4,不是诊断腺样体肥大的标准,只有引起了睡眠张口呼吸、打鼾及憋气才会引起一系列症状,只有在这种情况下才需要治疗,治疗又分为药物和手术治疗等等。曾有孩子因为鼻出血就诊,检查内窥镜见腺样体阻塞后鼻孔2/3,而孩子没有任何打鼾等不适,但家长却异常紧张,担心孩子变笨、变丑。

此外,如果诊断为腺样体肥大,也不是马上手术,一般是规律治疗3个月效果不好,才考虑手术。而药物治疗的关键是找出病因,比如过敏性鼻炎导致的腺样体肥大,许多孩子治疗了过敏性鼻炎后腺样体明显减小,就不需要手术。如果必须手术,目前的微创技术能使孩子术中出血非常少,甚至零出血。

谷庆隆说,他曾接诊一个孩子,腺样体肥大阻塞了2/3,只有轻度的打鼾,能闭上嘴且呼吸很均匀,也看不出任何腺样体面容,这种症状是不需要治疗的,而家长则很担忧,一直问孩子需不需要手术治疗。

对此,谷庆隆提醒,广大家长不要“对号入座”,过度担心孩子腺样体肥大,对于孩子的症状要关注,治疗要保持平常心,警惕过度看病和过度医疗。

### 儿童肝症的四大危害



### 牙龈萎缩怎么办?

有些人认为:“老了,才会牙龈萎缩”,其实不然,造成牙龈萎缩有很多原因。导致牙龈萎缩的原因有以下几种:  
1. 牙颈部牙石对牙龈的压迫:即牙龈部分存在牙石,长期得不到清理,细菌滋生刺激长期存在所致。主要表现为牙龈红肿疼痛,刷牙时常见出血。因此,定期刷牙,保持清洁是预防牙龈萎缩的有效方法。  
2. 不正确的刷牙方法带来的机械性刺激。  
3. 不良修复体:做得不好的假牙不易清洁,造成牙周卫生较差,导致牙龈萎缩。  
4. 牙科手术不当留下的后遗症。  
5. 各种原因所致的过度咬合力,而使牙龈退缩。  
6. 随着年龄的增长,牙龈或多或少发生萎缩。  
牙龈萎缩有的能治好,多数情况不易控制。根据造成牙龈萎缩的原因及处理方式不同,结果不同:  
1. 不正确的刷牙方式造成的牙龈萎缩。有的人喜欢用硬毛牙刷大幅度地横刷牙齿,这种不正确的刷牙方式可能会导致牙龈萎缩。轻度的牙龈萎缩可通过手术治疗。  
2. 牙周炎造成的牙龈萎缩。牙周炎可导致严重的牙龈萎缩,使牙龈的高度无法恢复。医生能够做的就是控制牙周炎症,不让牙龈萎缩继续发展下去。  
3. 牙齿排列不齐造成的牙龈萎缩。这种原因导致的牙龈萎缩,需要正畸矫正,有时需要配合手术。

海南泰康拜博口腔医院  
咨询热线: 0898-36351111  
地址:海口市龙昆南路5号(白坡里公交站旁)

### 海口市为民办办实事项目传喜讯——

## 海口妇幼保健院生殖医学中心 首例人工授精助孕成功

本报讯(记者张惠宁 通讯员陈燕红)海口市为民办办实事项目——海口妇幼保健院生殖医学中心于2020年11月5日正式投入运营。近日传来好消息,首例人工授精助孕成功。

“从开张到今天,我们已接诊了2228名患者,包括不孕不育、反复流产、多囊卵巢综合征等疾病患者。”1月11日下午,海口市妇幼保健院生殖医学中心副主任温云花对海南日报记者介绍说,首例人工授精助孕成功的这对夫妇居住在海口,男方32岁,女方31岁,结婚5年了,女方一直没怀上孩子,但检查时女方有排卵,输卵管也通畅,男方精液也正常,为不明原因不孕。去年底,夫妇俩到海口市妇幼保健院生殖医学中心做了人工授精助孕手术。

据了解,随着全面二孩政策放开,高龄孕产妇人数增加,不孕不育治疗需求也比较多,海口市妇幼保健院生殖医学中心属于海口市2019年为民办办实事项目,该中心与上海第一妇婴医院生殖医学中心合作共建,于2020年9月

通过国家级人类辅助生殖技术评审。海口市妇幼保健院生殖医学中心开张后推出两项惠民活动,从2020年11月5日至2021年2月5日,不孕不育门诊相关检查费用五折;经检查后确定进行夫精人工授精的前50名患者,夫妻双方费用全免,51名至150名费用减半,151至300名费用按80%计算。截至去年12月31日,两项惠民活动已为患者减免医疗费用超17万元。