

头痛,正在向年轻人蔓延

年轻人增多两成,多和精神因素有关

“头怎么这么疼?脑子里是不是长东西了?”“我头痛起来像戴了紧箍咒,越勒越紧”“我痛得恨不得将头劈成两半”……记者在近日的采访中发现,不少神经内科的专家在门诊中经常听到头痛病人这样抱怨。也难怪,历史上曹操的头痛就是被华佗诊断出长了东西。头痛到底是什么原因?我们在平时如何防范?记者专门进行了调查采访。

病例

恐怖“头痛”呈问号形状蔓延

头痛竟然呈问号形状蔓延,而且血液黏稠,专家抽血居然“抽不动”。江苏省人民医院近日接诊了一名头痛患者,经过确诊是缺血性脑血管疾病,名为颅内静脉窦血栓。

一个月前,黄先生的额头突然开始疼痛,而且还在不断加重,吃止痛药、用冰袋敷也不见效;十多天后来院时痛点“转移”到了头顶,一阵又一阵的头痛让他坐卧不宁。疼痛后来又从头顶“往下”慢慢转移到了脖子,最后消失。整个疼痛的转

移过程恰如一个完整的“问号”。医院神经内科主任万琪教授介绍,这个“问号”可不简单,答案就是颅内静脉窦血栓。这是一类特殊的缺血性脑血管疾病,占全部脑血管疾病的3.5%左右,死亡率更是高达10%~20%。引起颅内静脉窦血栓的原因很多,常见的如头面部感染、创伤、凝血性血管病等引起。

万琪提醒,当出现慢性、持续加重的头痛,需要格外引起警惕,及时来医院就诊,切不可私自乱吃药,延误治疗。

分析

年轻人头痛多和精神因素有关

“现在头痛的人很多,尤其是年轻人,在门诊上经常会遇到。”南京市第一医院神经内科的专家王军告诉记者,和10年前相比,现在门诊上接诊的头痛的年轻患者至少增多了两成,其中绝大部分人的头痛查不出什么毛病,这种头痛与精神紧张、压力、焦虑等精神因素密切相关。

28岁的陈磊(化名)在一家大公司上班,去年他就开始头痛,开始时每个月发作一次,最近一周就要发作两次。他去医院看过很多次,脑部CT、血液检查都做了,就是没发现有啥具体的疾

病。后来,医生帮他仔细分析,推断他可能是长期的睡眠不足导致的头痛。原来,陈磊的工作压力比较大,不仅要经常加班,而且晚上在家时也常常上网查资料,凌晨一两点钟睡觉是常有的事。

现在人际交往频繁,人际互动增加,冲突也在增加,需要适应的事情太多,如果人际关系适应出现了问题,比如婚姻出了麻烦、与上司同事关系紧张等,都会让人产生担忧、愤怒、压抑、焦虑等不良情绪,但很多人没有意识到这种不良情绪已经对他产生了危害,是诱发头痛的实际原因。

特别提醒

还有这些因素会导致头痛

通宵打麻将、熬夜易头痛

长期久坐、通宵打麻将、长期用电脑而姿势又不对都可能导致颈椎病变,而头痛就是主要的症状之一。这是因为颈椎退化后,颈椎神经根第一、二、三条出毛病所引起,疼痛的范围常常只是一侧,由颈伸延到后枕,头的侧面及到达眼球的后面。另外,如果经常熬夜,或处于过多噪音的环境中也会引发紧张性头痛。

吃得不对也会引起头痛

吃得不对也会导致头痛。比如,有的人在食用冰激凌后可出现头痛,临床称为“冰激凌头痛”,这与冷刺激有关。

另外,如果以前有头痛病史,食用了巧克力、奶制品、熏制品、腌制的海产品、含有添加剂的食物、含酒精饮品(尤其是红葡萄酒和啤酒)、调味品、味精等之后,也可能导致头痛复发。经常嚼口香糖,咀嚼时的反复动作可能使肌肉紧绷,也会引发紧张性头痛;有些人摄取高量的盐会引发偏头痛;省略或延迟用餐都可能引起头痛。

疾病导致的头痛也有不少

因为器质性疾病导致的头痛也很常见。遗传因素也是导致头痛的一个原因,不少头痛病人家族中都有头痛的病史。对于因为疾病导致的头痛病人,在治疗时一定要找到病因,对症治疗。

神经内科疾病

肿瘤、脑膜炎、脑外伤、脑血管病等

主要症状:表现剧烈,并伴有恶心、喷射状呕吐;脑震荡除头痛外还会有头晕、失眠、记忆力减退等症状。

头颈面部疾病

中耳炎、鼻窦炎、青光眼、屈光不正等

主要症状:急性青光眼除有剧烈的眼痛外,还产生头痛、恶心、呕吐、视力障碍和瞳孔改变;鼻窦炎有头痛,额窦炎头痛位于额部,上颌窦炎痛在颊部,蝶窦炎在头的深部、眼后、枕区痛,筛窦炎主要在眶周和鼻梁区痛。

高血压

目前高血压的发病有低龄化的趋势,年轻人高血压引起的头痛常常容易被忽视,有时甚至出现高血压脑出血才被发现。

神经衰弱

主要症状:头项、双颞、后枕部疼痛,也可表现为跳痛、刺痛,但患者常感到有紧张感,在精神紧张、劳累后加重。

通讯员 周宁人
快报记者 刘峻 张星

头痛时怎么办

专家提醒,在没有弄清楚引起头痛的病因之前,切忌盲目服用止痛药,盲目服用止痛药可能会耽误病情。头痛比较剧烈或持续时间较长的要及时到医院请神经内科专科医师检查。

如果出现了头痛的征兆,可以自己采取些措施来缓解头痛,比如:扬眉,同时将两边的眉毛抬起,再放下;眯眼,快速地眯上双眼,再放松,接着,用力眯右眼,放松,再眯左眼,放松;皱眉,用力地挤眉,放松;张嘴,慢慢地将嘴巴张到最开,再慢慢闭上;皱眉,用力将鼻子向上挤,像闻到恶臭一样;扮鬼脸,这也能缓解头痛。

病毒走遍全身 孩子成“水娃娃”

快报讯(通讯员 刘丹 记者 刘峻)3岁的孩子王伟(化名)感染上了严重的EB病毒,肚子里到处都是“水”,一度病危,其病情连从医20多年的南京儿童医院医生也没有见过。

儿童医院的感染科副主任医师李立群刚一上班,就收到一个特殊的小患者。值班医生说,这个孩子入院前曾有12天的发热史,昨天在家时突然晕倒。孩子全身还有淡红色的小丘疹,双手肿胀,咽喉充血,扁桃体肿大。李立群当即认为,患儿的病情很重,必须进行重症监护。

据家长介绍,孩子今年才3岁,最近小家伙发起烧来,体温一直到39℃上下,家人把孩子带到当地医院就诊,当地医院诊断为支气管炎,并挂起了点滴,可孩子的病情没有好转,直到最近,病情突然加重,这才想起来送儿童医院再做检查。

李立群介绍说,入院各项检查考虑孩子感染了EB病毒,自己从医近20年,这样严重的EB病毒感染还是非常少见的。经过检查,孩子确诊“全身型EB病毒感染”。专家告诉记者,孩子曾有呼吸道感染,病根就是EB病毒感染,由于当时没有得到有效控制,导致全身器官损害及多浆膜腔积液。情况严重,会累及神经、眼部、泌尿系统、淋巴结、肝脾,血液中会出现大量异常淋巴细胞。EB病毒在人群中广泛感染,根据血清学调查,我国3~5岁儿童EB病毒vca-igg抗体阳性率达90%以上,幼儿感染后多数无明显症状,或引起轻度咽炎和上呼吸道感染。但是这种病属于自限性疾病,如果没有并发症发生,一般1~2周就会痊愈,而且预后良好。所以孩子有上述的症状一定要慎重对待,及时到正规医院就诊,以免延误病情。

感冒久病不治拖成急性肾炎

快报讯(通讯员 严悦 记者 张星)近日,南京博大肾科医院连续收治了几例因为感冒、扁桃体炎等上呼吸道感染而导致肾炎的病人。

南京某高校学生小李已经感冒一个多月,一直也没看病吃药,心想感冒是小毛病,挨一挨就能过去了。这两天他突然发现尿中有血,腰部也隐隐作痛,吓得赶紧来看医生。该院的王钢教授诊断小李是得了急性肾小球肾炎。

王钢教授介绍,冬春季是肾脏病高发时节,每年这时的肾脏病人都比平时要多三成。此时气候交替,乍暖还寒,传染病病毒活跃,很容易感染感冒、支气管炎、扁桃体炎等各种呼吸道、泌尿系统疾病。很多人认为这些都是小毛病,不当回事,殊不知感染是导致肾脏疾病的一大诱因。

专家提醒,出现感冒类症状要及时就医;如出现腰痛、乏力、尿中有血或泡沫、或眼睑、下肢浮肿及恶心、呕吐、食欲减退等症状,肾功能可能已受损害,更要及早做个尿

检,以便早期发现,早期治疗。

[相关新闻]

两种药膳防感冒

快报讯(记者 张星)冬末春初气候变化无常,这两天南京又陡然降温,正是呼吸道疾病容易发作的时候。当前这个季节,如何防范呼吸道感染?江苏省中医院呼吸科主任医师史锁芳日前走进快报参加江苏都市网(www.js.cn)的视频访谈,为市民支招应对冬末春初呼吸道感染,并具体介绍了预防感冒等呼吸道疾病的药膳制作方法。

史锁芳介绍了两种预防感冒的药膳。一是具有驱风养肺的药膳方子,大多数人可以选用:生姜10克,红枣10克,苏叶10克,泡茶饮用。二是针对平常体质比较差、容易反复感冒的人群:黄芪30克,荆芥10克,太子参15克,这个方子具有益气、补肺、驱风、抗病毒、预防感冒的作用,泡茶饮用或者煮成汤饮用。

分类启事

遗失 公告 寻人 寻物

遗失

遗失 南京觅琦酒店组织机构代码证正副本,组织机构代码证:L13278020,声明作废。
 遗失 江苏舜天海外旅游有限公司发票,号码00197791,声明作废。
 遗失 三江学院李萍学生证,804021006,声明作废。
 遗失 朱正翰就业登记证,证号0503960489,声明作废。
 遗失 彭立身份证,320114197909220014,声明作废。
 遗失 三江学院王笑学生证,807081096,声明作废。
 遗失 三江学院谈宏生学生证,807081103,声明作废。
 遗失 李晨身份证,320103198207061528,声明作废。
 遗失 三江学院胡雅雯学生证,A075022008,声明作废。
 遗失 赵朝志身份证,412327198306245096,声明作废。
 遗失 河海大学张海民学生证,0730301074,声明作废。
 遗失 南京晓庄学院杨晨学生证,06200237,声明作废。
 遗失 三江学院王傲学生证,B07061080,声明作废。
 遗失 南京工业大学杨静就业推荐表,NO0210657,声明作废。

遗失 南京圣福喜来健医疗器械有限公司营业执照正本,注册号3201062305297,编号320106000200708060125,声明作废。
 遗失 南京市鼓楼区沁园春雪饮品店营业执照正本,编号320106000200709050105,注册号3201063817479,声明作废。
 遗失 南京班克斯工贸有限公司开票子系统税控IC卡壹张,税号320105660676575,声明作废。
 遗失 南京润昇房地产咨询有限公司开户许可证副本,核准号J3010010494302,声明作废。
 遗失 三江学院周志斌双向推荐表,编号7160110,声明作废。
 遗失 杨亚凤身份证,320684198412040027,声明作废。
 遗失 陈浩身份证,320114198512102110,声明作废。
 遗失 曹莹身份证,320724198601290024,声明作废。
 遗失 南京市白下区淮海路50号黄艳红户口簿,声明作废。
 遗失 熊中伟身份证,号:320103195104171018,声明作废。
 遗失 南师大方远学费发票,号码296532,声明作废。

遗失 房屋坐落共青团路四村六幢,丘号949120-12,公有住房权属证明编号NO.003157,房屋所有权人中华人民共和国民政部。房屋坐落共青团路四村四幢,丘号949120-XI-6,公有住房权属证明编号NO.003156,房屋所有权人中华人民共和国民政部。房屋坐落共青团路四村五幢,丘号949120-X-20,公有住房权属证明编号NO.003155,房屋所有权人中华人民共和国民政部。声明作废。
 遗失 何晶晶身份证,320122198510150821,声明作废。
 遗失 赵逊身份证,320123197402063837,声明作废。
 遗失 刘家晟身份证,320107198108301835,声明作废。
 遗失 苏AU5943的养路费票据(08年1-3月),票号00357319,声明作废。
 遗失 百家湖公寓花园伦敦城35幢401室购房收据00049087/00048992,声明作废。
 遗失 南京审计学院殷超学生证,JS0440845,声明作废。
 遗失 黄莉明2008年就业推荐表,号码0133984,声明作废。
 遗失 三江学院孔令刚学生证,B07152017,声明作废。
 遗失 南京富利玛润滑油有限责任公司营业执照副本2本,注册号:3201132006717,声明作废。
 遗失 张玲,南师大收费收据,296775,声明作废。
 遗失 李彦勇报到证,200532515300845,声明作废。
 遗失 张京明白下区王府园28幢5单元113室户口簿,声明作废。

遗失 郝东亮就业报到证,证号200610294203712,声明作废。
 遗失 朱云亮营业执照副本,3201053009409,声明作废。
 遗失 南京中北集团车辆型号为SVW7182HQi的车辆购置税完税证明,号码8320017979,声明作废。
 遗失 南京大地建设集团股份有限公司设备安装公司道路运输辅助业经营许可证,正副本:320106301437,声明作废。
 遗失 南京华艺复合材料制品有限公司公章一枚,声明作废。
 遗失 张京城小市街61号-1户口簿,声明作废。
 遗失 旭日旅游有限公司车号为苏A65226的营运证,声明作废。
 遗失 南京方明科技有限责任公司(320106765270424),万元版商业销售发票壹本,号:04273576-04273600,文化体育业专用发票壹本,号:00374751-00374775,声明作废。
 遗失 销货方:南京厚生药业有限公司,购货方:安徽华源医药股份有限公司,开票日期:2008年1月16日,代码:3200063170,票号:02928468,总金额22000元,声明作废。
 遗失 刘梦瑶与南京导管中心签订的协议书,号码5996,声明作废。
 遗失 李白就业登记证,020620011141,声明作废。
 遗失 冯可驾驶证,证号空06200106783,声明作废。
 遗失 张梅英身份证,320219441221052,声明作废。
 遗失 苏A61698道路运输证:01202457,声明作废。
 遗失 河海大学赵丽学生证,号06162204,声明作废。

遗失 明厦房产信息服务中心营业执照:3201073800960,声明作废。
 遗失 夏苗身份证,32011319780425641X,声明作废。
 遗失 南京市玄武区建平烟酒店营业执照副本,烟草专卖零售许可证副本,字000723号,声明作废。
 遗失 南京华东家具市场雅诗达家具经营部营业执照副本:3201073801086,声明作废。
 遗失 赵丽身份证,号码321201198801201224,声明作废。
 遗失 玄武区卫忠发型工作室营业执照副本,注册号3201023905087,声明作废。
 遗失 南京市鼓楼区超出小吃淮门店卫生许可证,苏食证字(2008)第320107-030025号,声明作废。
 遗失 马俊就业登记证,050520030367,声明作废。
 遗失 杨丽雯就业证,050520040589,声明作废。
 遗失 南京工业大学糕莉学生证号252081704007,声明作废。
 遗失 南京运好来美发店税务登记证正本,号440125670510371,声明作废。
 遗失 江苏经贸职业技术学院赵靖荣学生证,0602206104,声明作废。
 遗失 王勇身份证,证号320121196909013719,声明作废。
 遗失 辛杏芳身份证,32112119871225552X,声明作废。
 遗失 南京市江宁区旭阳五金制作加工厂营业执照正本注册号:3201213100214,声明作废。

遗失 江苏经贸职业技术学院辛杏芳学生证,0602206111,声明作废。
 遗失 南京晓庄学院行知学院王昊学生证,06201224,声明作废。
 遗失 王宜浩身份证、驾驶证,证号320111197005201217,声明作废。
 遗失 江苏经贸职业技术学院吴贝宁学生证,证号0710102228,声明作废。
 遗失 施学银身份证,320121198410062537,声明作废。
 遗失 南京化工职业技术学院程成学生证,号10602190309,声明作废。
 遗失 南京化工职业技术学院王加文学生证,号0602160322,声明作废。
 遗失 杨洁身份证,证号320112198709030429,声明作废。
 遗失 叶积红身份证,证号342626196207136428,声明作废。

公告

声明 坤和商务楼因长期欠租,经法院一审二审均败诉。今后坤和所有商务招租均无效。南京洪宇房地产开发公司
 减资公告 南京欣聚网络科技有限公司,注册号3201022307463,原注册资本100万元,现减为20万元,特此公告。
 公告 南京佳而旺装饰安装工程有限公司,注册号320103000045362,申请注销,特此公告。
 公告 南京仕龙餐饮管理有限公司,注册号:3201232304878,申请注销,特此公告。