

老年病瞄上年轻人 30多岁就得脑梗塞

生活方式不健康、过度劳累、缺乏运动是诱因

才30多岁,就得了脑梗塞,他怎么也想不明白,年纪轻轻怎么就得了这个老年病?南京脑科医院、江苏省中医院的专家都说,脑梗塞年轻化的趋势越来越明显,接诊的脑梗塞病人中,三四十岁的人越来越多。

才三十多岁,怎么会得上脑梗塞

34岁的阿刚(化名)和朋友合伙开了家公司,平时少不了应酬,虽然体检发现血压、血脂稍高,可他觉得自己年轻且没有什么不适,并没有放在心上。前些日子与客户晚上多喝了几杯酒,回到家已是语无伦次。家人以为他是喝多了,也没有在意。

第二天早上,阿刚仍然口齿不清,他到医院做了头颅CT,并没发现异常,于是坚持去公司上班。下午情况越来越糟糕,他不但口齿不清加重,而且一侧肢体也出现无力,连喝水的杯子都拿不起来。同事急忙将他送到南京脑科医院治疗。医生为他进行头颅MRI(核磁共振)检查发现,阿刚的颅内底节区有新鲜脑梗塞,立即住院治疗。

阿刚感到困惑:自己才三十多岁,怎么会得上脑梗塞这种老年病?而且上午已经做了头颅CT,怎么会没发现呢?

已发生脑梗塞,头颅CT为何没发现

为什么阿刚已发生脑梗塞头颅CT却没有发现呢?南京脑科医院神经内科江炜炜医生说,一般情况下,在脑梗塞发生后24-48小时内梗塞区内的脑组织虽然发生损伤甚至死亡,但其对X线的吸收率却并没有发生变化,在此时间段CT区分不了正常组织与梗塞区。阿刚在发病当天头颅CT发现在梗塞灶是很正常的,所以在怀疑发生脑梗塞时应尽早行头颅MRI检查,尽快诊断抓紧时间进行治疗,是否能在脑梗塞早期进行有效的治疗对其恢复具有决定性的作用。

脑梗塞呈年轻化趋势

江苏省中医院神经内科主任姜亚军说,脑梗塞年轻化的趋势越来越明显,三四十岁的病人越来越多,大概占到了5%。脑梗塞的发病与高血压及动脉硬化息息相关,中青年人多为平时比较劳累、应酬较多的人。而且他们还有个共同特点,就是体态偏胖、运动量小,部分人还有吸烟酗酒等不良嗜好,有的病人是在连续几天加班时突然发病,还有的是因为与同事或上司发生矛盾后心情郁闷导致发病。

江炜炜医生说,像阿刚这样,有高血压、高血脂却不治疗,烟酒无度又缺乏体育锻炼,是发生脑血管病的高危人群。糖尿病、肥胖、慢性房颤、高钠饮食是发生脑梗塞的危险因素,运动不足也是诱发他得上脑梗塞的一个原因。

预防脑梗塞,学会缓解压力

专家提醒,脑梗塞常见的症状有:一侧肢体无力、麻木;一侧面部麻木或口角歪斜;说话不清或理解语言困难;双眼向一侧凝视;单眼或双眼视物模糊、视力丧失;视物旋转或平衡障碍。一旦出现以上症状应尽早至专科医院或综合医院神经内科就诊,以免错过治疗的最佳时机。

有规律地参加体育运动,合理的膳食是预防脑梗塞的有效手段。还要学会缓解生活和工作中的压力。另外,吸烟、酗酒、夜生活过度等不良生活方式也会诱发脑梗塞。

运动不足是诱因,运动过量也不好

专家提醒,运动不足会增加脑梗塞发作的机会,因此青年人平时要增加运动量。但专家同时提醒,运动过量也会对身体有害。

快报记者 张星

学生齐看慢性病“暑假病”现高峰

暑假以来,到医院就诊的学生患者人数明显增多,多是牙齿序列不齐、抽动症、鼻塞打鼾等慢性病的小患者。专家介绍,家长在平时就要警惕这些“暑假病”。

牙齿排列不齐的超过一半

中大医院口腔科主任医师刘根娣介绍,近期,来医院看牙齿的孩子比放暑假前增加了2倍,一半以上的儿童存在牙齿排列不齐的问题。

专家提醒,换牙期间就要注意矫正儿童的各种不良习惯,保持口腔清洁,预防和治疗乳磨牙龋病。多吃含纤维、耐嚼的食物,恒牙萌出乳牙仍未脱落的,应到口腔科拔除。此外,孩子牙齿出现严重拥挤、扭转、间隙增大、地包天、龅牙明

显的,要及时到专科就诊,不要等到牙齿全换完了再来矫治。

儿童抽动症患儿陡然增多

因为儿童抽动症到医院治疗的小患者也突然多了起来,这些患者多为12岁以下儿童。中大医院针灸科副主任医师董桂兰介绍,来治疗的儿童多为老病号,正常上课时间,很少有患儿来,到了暑期才会有这样的高峰。

董桂兰说,儿童抽动症与儿童饮食不均衡、看电视玩电脑、学习压力大、精神紧张有一定的关系。针灸治疗小儿抽动症,主要通过疏肝理气,平肝熄风,宁心安神来达到标本兼治。对不易配合的孩子可采用艾灸、耳穴压籽、中药穴位贴敷达到效果,也可配合针灸治疗。

鼻塞打鼾,趁着暑假做手术

放暑假后,医院耳鼻喉科就不断接诊儿童腺样体切除手术的患者。一名家长说,孩子去年就出现鼻塞、打鼾症状,平时没有时间手术,正好利用暑期把顽疾做掉。

中大医院耳鼻喉科王孟冬医生说,腺样体位于鼻咽部顶部与咽后壁处,如果腺样体组织异常增生肥大,就会堵塞上呼吸道,出现鼻塞、张口呼吸,睡眠时会出现打鼾。严重的甚至会出现呼吸暂停,导致睡眠质量下降。同时呼吸气道的阻塞,会使大脑处于持续缺氧状态,长此以往,会引起孩子记忆力减退,学习成绩下降。

通讯员 杜恩 快报记者 张星

狂吃油炸鹌鹑 孩子休克了

近日,儿童医院不断接到因为暴饮暴食和吃了没有达到安全要求的食物而导致肠胃不适甚至中毒的孩子。一名孩子就因狂吃油炸鹌鹑发生了亚硝酸盐中毒。

一次狂吃十几只鹌鹑

老黄近日总是喜欢带着孩子下馆子,可是,就在昨天,意外发生了。“我带着小孩来到一家馆子吃饭,我外甥女吃了两个油炸鹌鹑,我儿子一口气吃了十几个。”黄先生说。半个小时以后,儿子肚子痛了起来,继而出现恶心、呕吐、头痛等症状,更可怕的是,儿子的嘴唇、手脚都变成了紫色,而在在一旁的小外甥女也出现了头晕、恶心的症状。黄先生急忙

将孩子送往南京市儿童医院。

原来是亚硝酸盐中毒

在南京市儿童医院的急诊科,江涛主任医师接诊了这两个小病人:“小孩送来的时候,已经进入休克状态,情况非常危急,而由于孩子全身发紫,并且有过心肌炎病史,我怀疑可能是小傢伙心脏又有了问题。”但是,通过心电图等多种检查,并没有发现孩子的心脏有问题。

经过详细询问家长孩子发病前后情况,并经过检查,孩子被确诊为亚硝酸盐中毒,经过诊治后,没过多久,孩子的嘴唇和手脚颜色就恢复了正常。江主任怀疑,“罪魁祸首”就是小傢伙吃下去的那十几只油炸小鹌鹑。

七种原因可能导致中毒

江主任特别列出了七种可能引起亚硝酸盐中毒的原因:一、储存过久的蔬菜、腐烂蔬菜及放置过久的煮熟蔬菜会产生亚硝酸盐。二、刚腌不久的蔬菜含有大量亚硝酸盐。三、当用含较多硝酸盐的饮用水煮粥或食物,再在不干净的锅内放置过夜后,硝酸盐在细菌作用下会还原为亚硝酸盐。四、食用蔬菜过多时,肠道内的细菌可能将硝酸盐还原为亚硝酸盐。五、腌肉制品加入过量的硝酸盐。六、误将亚硝酸盐当食盐加入食品。七、奶制品中含有枯草杆菌,可使硝酸盐还原为亚硝酸盐。

通讯员 刘丹 快报记者 刘峻

上花轿婚纱
WEDDING PHOTO

巨资打造南京新地标

上花轿全新登场

名牌、品牌、精品、极品,融合顶尖力量,联手打造新婚消费新时尚

① 感恩回馈·十年一次,开业期间全馆结婚照预约即可享受8.5折优惠。(明码标价,实实在在,看的见的优惠)

② 开业有礼·纪念珍品。预约即送——传递梦想国际钱币珍藏一套。(价值298元)在这具有特别的意义的时刻,送上我们富有纪念意义的礼物,同时具有收藏和升值意义。

③ 巨资打造礼服宫殿,享受全新国际名牌礼服。

名牌、品牌、精品、极品,全新国际名牌婚纱礼服,才能打造出结婚时最美的你。规模化引进带来的价格优势,价格合理,全新无瑕疵,有六新娘们的福音。

全馆8.5折

原创·影像·互动·抓拍;

新人們,您的每一个微笑每一次感动;

造就了上花轿人的梦想与传奇;

一二年的光阴中无数件件:在上花轿留下了美好的回忆。