

心脏如何安全过冬,高危人群做好这几点

心脏是人体的“发动机”,每天跳动约10万次,泵血量达8吨,长时间超负荷工作、不良生活习惯,都会给心脏带来负担,甚至造成心脏“停摆”。在寒冷的冬季,心血管疾病也进入了高发期。前不久,南京市第一医院河西院区接诊了一名心脏不堪重负的心肌病患者,他在这里装上了一颗“中国心”,回归了正常生活。

现代快报/现代+记者 梅书华



陈鑫教授、王睿主任(左)为患者手术



麻醉团队术中给患者进行超声检查 受访者供图

49岁确诊心肌病,他在这里换上“中国心”

刘先生今年49岁,半年前,他出现活动后胸闷的症状,严重时甚至影响到了睡眠。最终,刘先生被诊断为扩张性心肌病。“当时,他的心功能已经是IV级,属于‘终末期心脏病’,唯一的生机就是进行心脏移植或人工心脏置入。”南京市第一医院河西院区心胸血管外科主任医师王睿回忆说。

考虑到心脏移植供体等待时间长,匹配难度大,安装人工心脏成了争取更多生命时间的唯一办法。该院陈鑫教授、王睿主任带领团队,为刘先生顺利完成了左心室辅助装置(人工心脏)植入+主动脉瓣置换+三尖瓣成形术+左心耳切除手术。

据悉,这是南京市第一医院河西院区首次成功植入我国自主研发的“中国心”。该装置只有乒乓球大小,90克重,这也是目前全球体积最小、重量最轻的人工心脏。它可以让本就动力不足的心脏得到“休息”,还可以代替一部分左心室往主动脉泵血的功能,保证人体

机能的正常运行。

王睿介绍,我国人工心脏植入手术起步于2017年。南京市第一医院于2022年3月完成首例手术,截至目前,已完成约60例,完成总量位居全国前十、江苏第一。不仅如此,医院还积极发挥引领作用,派出专家团队到多地分中心协助开展手术,最远至武汉的华中科技大学附属同济医院。

生命“调控师”,为患者的“心”生护航

此次手术的成功,离不开一群幕后英雄——麻醉医生。他们不仅需要对手术过程了如指掌,以便应对突发状况,还要在术前、术中、术后各个环节,为患者新的“心脏”保驾护航,助力实现快速康复。

麻醉科主任医师王晓亮介绍,在手术前,他们会参与多学科讨论(MDT),全面评估患者的身体状况,给出是否能手术的建议。“我们医院的麻醉医生也会重新评估超声。”刘先生入院后,王晓亮借助超声评估了患者的心脏结构与功能,为手术决策提供有力依据。在左心室辅助装置安装完成后,王晓亮还要

再“看一眼”,他通过经食管心脏超声,判断辅助装置安装位置是否正确、抽血量是否合适等,为这颗“中国心”的顺利跳动多加一层保障。

手术成功并不意味着麻醉医生工作的结束,这支团队还致力于患者的术后快速康复,提出了“八不”目标。他们采用多模式镇痛方案,让患者术后醒来后不疼;围术期对麻醉药物进行精细把控,让患者醒来后不困;术前根据患者情况合理安排饮食,使患者术后不饿;通过精细化管理,控制患者的应激反应,让患者术后不累;同时,术前术后给予心理安慰和疏导,使患者术后不怕;围术期进行体温监测,多种方法的体温保护,使患者醒来后不冷;采用阿片药节俭技术和多种药物的预防,降低患者术后恶心呕吐的发生率,使患者术后不吐;最后精确的容量管理,使患者术后不出现肺水肿、肠道水肿等。经过后续一段时间的观察、康复训练,刘先生的生活也重新步入正轨。

警惕这些危险因素,不要让心脏“停摆”

刘先生年纪并不大,心脏为何

不堪重负?王睿介绍,心脏就像一个不知疲倦的“水泵”,不停地以一定的节奏规律跳动,持续为全身脏器输送血液,保证生命的正常运行。但各种因素都会导致这个“水泵”的功率下降,也就是心力衰竭。

导致心衰的疾病有不少,王睿介绍,最常见的因素是先心病的心肌病,这些无法通过传统心外科手术救治;另外还有一些严重的冠心病/瓣膜病,到了晚期,患者丧失了搭桥/瓣膜手术的机会,或者即使进行了手术也不能挽回心脏的泵血的功能,而且通过规范的抗心衰药物治疗,也都不能得到有效改善。“也就是说心衰到了终末期的时候,类似癌症到了晚期,这类患者就需要装人工心脏来挽救生命。”

“人工心脏并非适用于所有患者。”王睿提醒,右心功能、肺动脉压、重要脏器功能等都是重要的考量指标。

他建议,预防是重点,大家应注意日常生活管理,控制危险因素,如高血压、高血脂、高血糖等,保持良好的生活习惯,定期体检,以便早发现、早治疗,提高生活质量和预后效果。

抗流感“神药”奥司他韦一定要用满5天吗

关于甲流用药,专家一次性说清

现代快报讯(记者 张宇)随着天气逐渐转冷,呼吸道疾病进入高发季。国家卫生健康委监测数据显示,目前流感病毒阳性率持续上升,其中99%以上为甲流。甲流高发季,让抗病毒药物奥司他韦和玛巴洛沙韦的热度不断攀升。

南京医科大学第二附属医院呼吸与危重症医学科主任冯叶珠告诉现代快报记者,甲流的主要症状是高烧、全身酸痛,传染性也较强。抗病毒治疗越早越好,发病48小时内使用玛巴洛沙韦或奥司他韦这类抗病毒药物可以降低重症风险、缩短病程、减轻症状,也可以减少传染性。他提醒,抗病毒药物最好在早期服用,如果病情已经发展了几天再用药,效果相对会差一些。

那么,得了甲流应该服用玛巴洛沙韦还是奥司他韦?冯叶珠表示,两种药都是针对甲流的抗病毒药物,但是玛巴洛沙韦是一次用药,起效快但是价格高,更适用于身体虚弱、老年人、有基础病及对奥司他韦产生了耐药性的人群。需要注意的是,玛巴洛沙韦目前只批准了用于5岁以上、体重在20公斤以上的儿童及成人。而奥司他韦胶囊剂和颗粒剂可用于1岁以上儿童及成人,其价格低,通常要吃3~5天,“每个人的情况不同,无论吃哪种药,都需要在医生的指导下合理用药,不要自行盲目用药。”

知道要用药,可是不少人也有疑问:奥司他韦一定要用满5天吗?冯叶珠表示,奥司他韦用药说明书上明确建议患者连续服用奥司他韦满5天。他介绍,奥司他韦本身并不具有直接杀死病毒的能力,它是一种神经氨酸酶抑制剂,通过与神经氨酸酶结合阻止其活性,有效阻断病毒的复制,减少流感病毒从已感染细胞入侵下一个健康细胞的机会,相当于它能给病毒在细胞内关上“禁闭”,再等待人体的巨噬细胞过来吞噬掉这些感染的细胞,从而达到限制病毒的作用。因此,服用满5天,可以预防因过早撤药而导致已经降低“活性”的病毒神经氨酸酶重新活跃,再次完成病毒的复制、感染新的健康细胞,导致病情反复。也给人巨噬细胞吞噬感染细胞及刺激机体产生抗体创造了足够的时间。“但是‘事无绝对’。如果你吃了两三天奥司他韦,自己不发烧,而且没有咳嗽、头晕、浑身乏力等症状,觉得自己基本好转,那也不用服满5天。还是那句话,每个人有个体差异,并不能一概而论。”冯叶珠说。

甲流感染率上升,让很多没有得甲流的人“瑟瑟发抖”。同事、家人、朋友……身边有人感染了甲流,但是自己还没中招,怎么做才能降低感染率?冯叶珠提醒,并非甲流的“密接者”就一定会得甲流,但是日常生活中也要注意三件事:“第一,必要的空间上的物理隔离至关重要,包括戴口罩,以及讲话的时候保持5米以上的距离;第二,保持室内空气的流通,冬天也要保证每天两次10~15分钟的通风。当然,必要的时候房间里可以用醋熏蒸,让醋雾在空气中把悬浮的病毒颗粒沉积下来;第三,冬天大家会使用空调,可以适当增加室内湿度,雾气的增加可能把气溶胶的病毒颗粒沉降下来。”

潮热出汗、焦虑失眠,小心卵巢“提前退休”

国医大师秘招让“不老的传说”成为可能



现代快报讯(记者 张宇)衰老,是大家都无法避免的问题,但每个人衰老的速度不同。有人正常衰老,而有人却仿佛按下了加速键。对于女性而言,影响速度的关键,在于一个重要器官——卵巢。卵巢,作为女性的重要生殖器官之一,掌管着雌激素与孕激素的分泌。这些可不仅仅与生育有关,女性的皮肤状态、身体曲线、毛发,很多时候都受它的影响。

卵巢是生殖系统中最早衰老的器官,正常情况下,女性的卵巢功能在40—50岁逐渐衰退。此后,卵巢功能衰老、萎缩,雌激素分泌下降,会引发生殖系统甚至全身器官的衰老。卵巢早衰的症状多种多样,最常见的是月经不规律、闭经、性欲减退等。此外,患者还会出现潮热、盗汗、焦虑抑郁、失眠等更年期症状。而由于雌激素水

平的低下,还会造成骨质疏松、脂代谢紊乱和心血管疾病等严重问题,导致患者的生活质量明显下降,给患者造成极大的痛苦。

“子宫及附件没了后,我的身体和精神状态都很不好,本来很爱美的我甚至不愿意照镜子。”宋女士几年前因为子宫内腺瘤进行了子宫及附件全切手术,对于这样的患者,如果服用雌激素类药物来补充体内激素,容易引发肿瘤的复发;但如果忽略激素水平的调整,就会影响她的身体状况,容易出现潮热出汗、气色不佳等情况。该如何进行平衡,解决宋女士的问题?江苏省中医院妇科主任任青玲教授介绍:“对于像宋女士这样的患者,一般我们会建议其服用乌鳖返春口服液,它是纯中药制剂,不用担心激素刺激引发肿瘤复发等副作用,但又能帮助调整女性体内激素水平,很多患者已经连续服用了十几年,效果很不错。”据记者了解,目前西药治疗卵巢功能早衰的主要手段是雌激素替代法,存在副作用大、作用单一的弊端,且有较多禁忌等缺点。而乌鳖返春口服液作为纯中药制剂,因为副作用小、效果好广受患者欢迎。

乌鳖返春口服液的出现,要从国医大师夏桂成教授说起。自20世纪80年代起,江苏省中医院妇

科在夏桂成的带领下开启了一系列围绕“更年期综合征、卵巢早衰”的研究,培养了一大批妇科学术人才。上世纪90年代中期,夏桂成带领妇科团队根据卵巢早衰发病机制为肾虚血亏,以及“肾主生殖为先天之本,脾主运化为后天之本”这一理论,通过多年临床实践,提出肾精亏耗是女性卵巢功能衰退的根本所在,并在临床治疗数千例卵巢早衰的患者,疗效显著。而江苏省中医院妇科主任中医师施艳秋教授在这一治疗原则基础上,

以补肾健脾法治卵巢功能早衰,乌鳖返春口服液则是以补肾健脾法组方,经现代制药技术研制出的纯中药医院制剂。

任青玲告诉现代快报记者,乌鳖返春口服液主要由炙鳖甲、制首乌、川断、白术、枸杞子、茯苓等组成,方中鳖甲、首乌滋肾养阴;枸杞子、淮山药补益肝肾;白术、茯苓健脾。诸药合用,共奏补肾健脾功效。乌鳖返春口服液能恢复女性卵巢功能,调节内分泌、改善症状,对于延缓衰老进程有很好的疗效。

制剂名片

江苏省中医院特色制剂——乌鳖返春口服液

具有补肝肾、健脾胃、调冲任的功效。用于卵巢功能早衰,症见月经失调,甚则闭经、烘热汗出、胸闷心慌、腰膝酸软、失眠多梦、健忘、不孕症等,为妇科常用药。

【性状】本品为棕褐色液体,贮存期间有少量沉淀;味苦,甜。

【功能主治】补肝肾、健脾胃、调冲任。用于卵巢功能早衰,症见月经失调,甚则闭经、烘热汗出、胸闷心慌、腰膝酸软、失眠多梦、健忘、不孕症等。

【规格】10ml

【用法用量】口服。一次10ml,一日2次;或遵医嘱。



通讯员供图