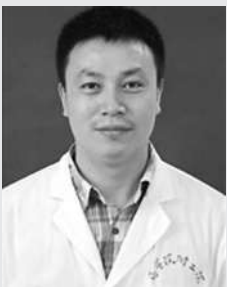


突感乏力、突发失语或是脑血栓所致

临近年关,职场人更加繁忙,更应注重劳逸结合



尹波,温州医科大学附属第二医院神经外科副主任医师、博士,浙江省神经外科脑血管病组委员,温州市神经外科委员,温州市脑卒中质控中心委员。擅长于颅脑外伤及脑血管疾病的诊治,特别是颅内动脉瘤及脑血管狭窄,急性脑血管闭塞等诊治。擅长于脑血管疾病的介入性诊断和治疗。

■记者王艳

临近年底,做销售工作的李先生工作比较繁忙,每天吃睡不定时,有时甚至顾不上喝水。前几天早上起床时,他突然感觉左侧肢体没有力气,话也说不清,家人马上将他送往医院就诊,经检查诊断为脑血栓。

脑血栓并非老年人专利

温州医科大学附属第二医院神经外科副主任医师尹波介绍,脑血栓一般指脑血栓形成,是脑动脉主干或皮质支动脉粥样硬化导致血管增厚、管腔狭窄闭塞和血栓形成,引起脑局部血流减少或供血中断,脑组织缺血缺氧导致软化坏死出现局灶性神经系统症状。

脑血栓是急性脑血管病,致死率和病死率都比较高,是临床上的多发病和常见病。中老年发病较高,国内外医学统计资料表明:脑血栓的致死率几乎占所有疾病的第一位,有人将其称为“第一杀手”。

该病常年均可发病,但多在

季节变化比较显著的时期形成发病高峰。脑血栓形成后,轻者表现为一侧肢体活动不灵活、感觉迟钝、失语,严重者可出现昏迷、大小便失禁,甚至死亡。

脑血栓多发生于50岁以后,男性略多于女性。不少人认为脑血栓是中老年人的专利,年轻人不会得脑血栓。尹波表示,这种想法是错误的,医院急诊科也时常遇到三四十多岁的年轻患者。越来越多的研究证明,脑血栓形成已逐渐趋向于年轻化。

脑血栓的发病有前兆

脑血栓发生的部位不同其临床症状也不一样,如发生在大脑半球,临床上可出现“三偏症”即偏瘫、偏盲、偏侧感觉障碍,或失语及精神失常。如发生在小脑或脑干,可出现剧烈眩晕、呕吐、呃逆、发音嘶哑、走路不稳、四肢瘫痪等。那么脑血栓的前兆有什么表现,如何早期发现呢?

尹波介绍,眩晕是脑血栓的前兆中极为常见的症状,可发生在脑血管病前的任何时

段,尤以清晨起床时发生得最多。此外,在疲劳、洗澡后也易发生。特别是高血压患者,若1~2天反复出现5次以上眩晕,发生脑出血或脑梗死的危险性增加。

另外,由于脑血管供血不足,患者突然口眼歪斜,口角流涎,说话不清,吐字困难,一侧肢体乏力或活动不灵活;面、舌、唇或肢体麻木;也有的表现眼前发朦或一时看不清东西,耳鸣或听力改变;精神萎靡不振,老想睡觉或整日昏昏沉沉;也有患者会出现短暂意识丧失等。这些都可能是脑血栓的前兆表现,应及时到医院进行检查治疗。

生活规律、劳逸结合预防脑血栓

脑血栓发生后,轻者经过治疗后短期内可以完全恢复,但多数患者易长期遗留难以恢复的肢体功能障碍,生活不能自理,给家庭及社会带来沉重的负担。因此,预防脑血栓的发生或捕捉发生脑血栓前的警告信号,尽早采取预防措施,是

极为重要的。

生活不规律,劳累过度或休息不好易引起血压波动或血液动力学发生改变,易引起脑血栓的形成。高脂食物可使血脂进一步增高,血液粘稠度增加,动脉粥样硬化斑块容易形成,很容易导致血栓复发。烟草可损害血管内膜,并能引起小血管收缩,管腔变窄,容易形成血栓,酗酒是引起脑血栓的诱因之一。暴怒或长期忧郁、焦虑,可引起血管神经调节失常,或导致脑血管收缩,也是诱发脑血栓的重要诱因。

因此,尹波提醒,预防脑血栓需要注意调整饮食结构,注意高蛋白、高纤维素、低糖、低脂的两高两低饮食,忌高脂肪、高热量食物,比如甜食或少吃肥肉、肥羊肉、肥牛肉、肝、内脏、花生等含油脂多、胆固醇高的食物;也不要采用油炸、煎炒、烧烤等烹调食品,戒烟限酒。

另外,临近年关,职场人工作繁忙,但生活要有规律,保证充足的睡眠,劳逸结合,保持情绪稳定,加强体育锻炼。

健康资讯

维生素D有助防治类风湿关节炎

■张家伟

英国伯明翰大学日前发布的一项研究深入审视了类风湿关节炎与维生素D水平之间的关系,研究人员认为,保持足够高的维生素D水平或许有助避免类风湿关节炎等炎症性疾病发作。

维生素D存在于部分天然食物中。适当的日光浴可以满足人体对维生素D的需要。此前的研究已显示,类风湿关节炎患者通常缺乏维生素D。

伯明翰大学等机构的研究人员发现,维生素D有助避免炎症发作。但如果疾病已经发生,维生素D的作用就会减弱,

这是因为类风湿关节炎会导致身体对维生素D变得不敏感。

报告作者、伯明翰大学的路易莎·杰弗里指出,对于那些已经出现类风湿关节炎的患者来说,仅简单补充维生素D还不够,补充量可能要比正常水平提高更多。医生也可以为病人提供新疗法,从而修正或绕过关节内免疫细胞对维生素D不敏感的问题。

下一步,研究人员希望深入分析为什么类风湿关节炎会导致身体对维生素D变得不敏感,以及如何克服这一障碍。研究成果已刊登在美国《自体免疫力杂志》上。

“逆向”的直肠癌术能“保肛”

■记者王艳 通讯员郑菁菁

直肠癌生长的位置越接近肛门,保肛的难度越大,就意味着患者可能永远失去自主排便功能。近日,衢州市人民医院肛肠外科团队,首次成功实施了经肛门全直肠系膜切除术,为患者保住了肛门。

原来,66岁的朱女士因为大便次数增多、腹泻、便血一个多月,去做了肠镜检查,发现直肠里有一个肿块,而且距离肛门较近,病理提示为腺癌。

距离肛门5厘米以内的属于低位直肠癌,传统治疗方法一般行开腹或者腹腔镜辅助下直肠癌根治术。也就是说,在进行直肠癌根治术的同时,要被切除肛门,术后要永远失去自主排便功能,而通过腹壁的造口排便,生活质量很受影响。

朱女士和家人强烈要求保肛。该院肛肠外科团队经术前充分沟通和准备后,成功为她施行了全麻下“经肛门联合经腹腔镜”低位直肠癌根治术”。除了腹部有5个穿刺孔切口外,腹部无其他手术切口,达到了根治目的,又保留了肛门功能。

该院肛肠外科专家介绍,此项技术是当前国际上直肠癌外

科治疗的前沿和热点,代表了低位直肠癌手术治疗的方向和直肠癌根治手术的最高水平。整个手术操作难度较大,目前国内仅有少数的几家医院能够开展。

相对于传统手术,“经肛门全直肠系膜切除术”操作的方向是逆向的,造成操作的空间感也相反,需要有非常熟悉的解剖和熟练的腹腔镜操作基础。

另外,常规的腹腔镜手术仍需做一个5厘米左右的腹部切口来取出标本,尽管创伤小,但腹部仍留有明显的疤痕。该手术巧妙地利用肛门这一自然腔道取出直肠肿瘤,真正意义上做到了“腹部无刀疤”。对中低位直肠癌而言,从肛门直视下操作,可精确选择直肠远端切缘,更加便捷、可靠,大大地增加远端切缘的利用率,真正做到超低位直肠癌保留肛门功能。

同时,该技术克服了常规腹腔镜下全直肠系膜切除术的局限,对于骨盆狭小、肥胖的患者优势巨大,能提供清晰视野、扩大操作空间、利于精细解剖。能有效预防切口感染、切口疝,避免吻合口张力高。

因为手术创伤小、美容效果好,术后朱女士恢复顺利,生活质量大大提高。

特别提醒

H7N9流感进入新的流行季

疾控专家提醒市民做好防范

■记者王艳 通讯员江歆

H7N9流感主要发生在秋冬季,自2013年3月报告首例病例以来,H7N9流感在我国已经过5个流行季。省疾病预防控制中心专家提醒,随着天气转冷,人感染H7N9流感病毒的风险日益增大,目前进入了新的流行季,市民要做好防范,避免直接接触活禽。

据介绍,H7N9流感病例通常表现为流感样症状,如发热、咳嗽、少痰,可伴有头痛、肌肉酸痛和全身不适。重症患者病情发展迅速,表现为重症肺炎,体温大多持续在39℃

以上,出现呼吸困难,可伴有咳血痰;可快速进展出现急性呼吸窘迫综合征、休克、多器官衰竭等,甚至死亡。

研究表明,活禽市场暴露是人感染H7N9流感发病的危险因素,携带病毒的家禽及其排泄物、分泌物可能是人感染H7N9流感病毒的传染来源。尽管我省各地市的主城区永久关闭活禽交易,但主城区之外仍有从事活禽交易的行为,目前新出现的病例中,农村病例所占的比例较大。

省疾控中心提醒,为降低人感染H7N9流感病毒发生的风险,市民朋友在日常生活中应尽量避免直接接触活

禽类、鸟类或其粪便;接触后,须尽快用肥皂和洗手液洗手;老年人、有慢性基础性疾病或免疫低下的人更要注意避免活禽接触;不要购买活禽自行宰杀,不购买无检疫证明的鲜、活、冻禽畜及其产品;生禽、畜肉和鸡蛋等一定要烧熟煮透,加工处理生禽畜肉和蛋类后要彻底洗手;应注意饮食卫生,食品加工过程中要做到生熟分开;培养健康的生活方式,加强体育锻炼;若有发热及呼吸道症状,应戴上口罩,尽快就诊,切记要告诉医生发病前的禽类接触史等,并在医生指导下正规治疗和用药。

人参进补莫滥用

■记者王艳

俗话说,进补暖身好过冬。55岁的何先生上周喝完太太炖煮的参汤,结果三天三夜都不想睡觉,浑身感觉劳累,只好到医院就诊。

杭州市第一人民医院药房主任马月光说,人参的种类很多,按生长环境可分有野山参与园参;按加工方法可分有生晒参、白参和红参;按产地可分有西洋参和高丽参。人参品种不同,性能偏性也各有差异,因此先要辨别个人体质,选择合适的人参。

服用人参若不对症,或虽然对症但一次或多次服用,可能引起许多不良反应,严重者会出现中毒反应,我们称之为“人参滥用综合征”和“人参中毒综合征”。

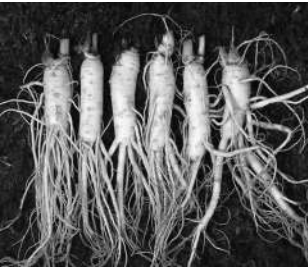
“人参滥用综合征”,主要表现为中枢神经兴奋和刺激症状,如精神兴奋、烦躁、潮热多汗、焦虑失眠、心悸、头痛眩晕、腹胀食欲减退等。长期大剂量服用人参,可导致中

枢神经严重兴奋和刺激,表现为恶心呕吐、心跳加快、血压升高、呼吸急促、鼻衄等“人参中毒综合征”的状况。此外,服用人参还可能引起过敏反应,表现为四肢灼热、皮肤瘙痒、皮疹红斑、紫癜等不良反应。

由此可见,人参和其他中药一样,也有较严格的适应证和禁忌证,人参对于气虚者服之可愈,阳虚者宜用红参,气阴虚者宜用白参或生晒参。气不虚者服用则易造成气郁化火,易表现出中毒症状。

因此,凡肝阳上亢、湿热内盛属实邪者,如失眠烦躁、大便秘结等,以及素来阴虚火旺或感冒发热者,均应忌服人参。切忌大量、长期服用人参,尤其是小儿更应慎重,不可滥用。

服用人参出现轻度不良反应,可用鲜萝卜加适量温开水捣烂绞汁服,或莱菔子适量水煎后饮服。若出现中毒症状,则应立即送医就诊。



另外,部分药材虽不是人参,名字中却带有“参”字,多有补气、活血作用。如党参、太子参,性味甘平,均有补气功效。党参还有补血作用,常与当归、熟地合用,治疗贫血。太子参又叫孩儿参,性质平缓,还可以养阴,常用于小儿。丹参、玄参、沙参性都偏寒,丹参可活血化痰,常用于冠心病患者;玄参可养阴清热,常用于咽喉、咳嗽等病症;沙参有养肺生津之效,与麦冬、桔梗合用,可治疗肺虚燥咳。需要注意的是,在服用这些参时,应避免饮茶或食用萝卜,以免影响功效。

债权转让公告

浙江苍南农村商业银行股份有限公司已将合同号为“861120170074835、861120170077351”等(详见下表)共计227笔债权及相关权益转让给中信信托股份有限公司,并将此事通知各借款人、担保人及相关责任人(“义务人”)。债权转让双方现公告要求各“义务人”自公告日起向中海信托股份有限公司履行合同约定或法院判决的全部义务。

浙江苍南农村商业银行股份有限公司
2017年12月5日

861120170074835	861120170076828	861120170080131	861120170079615	<h1>债转股公告</h1> <p>浙江苍南农村商业银行股份有限公司已将合同号为“861120170074835、861120170077351”等(详见下表)共计227笔债权及相关权益转让给中海信托股份有限公司,并将此事通知各借款人、担保人及相关责任人(“义务人”)。债权转让双方现公告要求各“义务人”自公告日起向中海信托股份有限公司履行合同约定或法院判决的全部义务。</p> <p>浙江苍南农村商业银行股份有限公司 2017年12月5日</p>	861120160094171	861120170075457	861120170078520	861120170075715
861120170074909	861120170077818	861120170078930	861120170076320		861120170076124	861120170075891	861120170077964	861120170076917
861120170080635	861120170079516	861120170079364	861120170077273		861120170079899	861120170075021	861120170075141	861120170075371
861120170075996	861120170078704	861120170075644	861120170075125		861120170078195	861120170078573	861120170076181	861120170078147
861120170078025	861120170075493	861120170078459	861120170079173		861120170079491	861120170079010	861120170075869	861120170076006
861120170077351	861120170076067	861120170080374	861120170078977		861120170074720	861120170075854	861120170074532	861120170075407
861120170078601	861120170079087	861120170078737	861120170075924		861120170080074	861120170075692	861120170078967	861120170075367
861120170078538	861120170077493	861120170078072	861120170075997		861120170078593	861120170075113	861120170078552	861120170074993
861120170075911	861120170079401	861120170075437	861120170079108		861120170077204	861120170079026	861120170076141	861120170079232
861120170075156	861120170076548	861120170075813	861120170077568		861120170074799	861120170076097	861120170077524	861120160060350
861120170077636	861120170076318	861120170076847	861120170077631	861120170074978	861120170075475	861120170077254	861120170077394	
861120170078078	861120170076000	861120170079685	861120170075256	8611201700774630	861120170077949	861120170075011	861120170077603	
861120170076290	861120170078549	861120170077846	861120170079847	861120170079347	861120170076706	861120170077922	861120170077403	
861120170074628	861120170077377	861120170078106	861120170075444	861120170075941	861120170077410	861120170077471	861120170075536	
861120170077953	861120170071939	861120170075246	861120170074703	861120170078624	861120170079416	861120170077500	861120170078853	
861120170077429	861120170077539	861120170074940	861120170077710	861120170075351	861120170077467	861120170079999	861120170076033	
861120170074149	861120170078539	861120170075732	861120170075258	861120170075491	861120170077230	861120170076722	861120170077295	
861120170077624	861120170077732	861120170077211	861120170077265	861120170075686	861120170078628	861120170077961	861120170077939	
861120170077439	861120170077084	861120170077486	861120170077542	861120170075764	861120170077788	861120170077975	861120170079855	
861120170076388	861120170077019	861120170075506	861120170077310	861120170078716	861120170074734	861120170078949	861120170077407	
861120170076178	861120170078125	861120170077147	861120170078485	861120170077570	861120170079587	861120170078644	861120170074898	
							861120160105954	
							861120170077836	