

天寒地冻，心脑血管疾病高发

突感眩晕剧烈头痛或是脑出血

冬季，高血压患者更需及时测血压、坚持低脂饮食并避免情绪激动

■记者王艳



胡小铭 温州医科大学附属台州医院神经外科主任、主任医师、教授。国家卫计委缺血性脑卒中外科专业委员会委员，中华医学会浙江省神经外科分会委员，浙江省医学会神经外科分会肿瘤学组委员，浙江省医学会创伤分会神经创伤学组委员，浙江神经外科指导中心专家委员会委员。

擅长脑动脉瘤夹闭；脑膜瘤、胶质瘤、转移瘤、神经鞘瘤等脑和脊髓肿瘤的显微手术；颈动脉狭窄、面肌痉挛的诊治；脑出血、脑积水的神经内窥镜微创治疗及危重颅脑损伤的综合救治。

日前，59岁的郑女士在家里突然感到剧烈头痛伴呕吐，随即神志不清，家人立即把她送到医院救治。医生马上予以急诊CT及CT血管造影检查，提示颅内动脉瘤破裂伴蛛网膜下腔出血。经过紧张的手术后，患者转危为安。

冬季脑出血高发，高血压患者尤其要当心

温州医科大学附属台州医院神经外科主任、主任医师胡小铭教授介绍，脑出血，俗称“脑溢血”，是“脑中风”的其中一种，生活中比较常见，常发病于中老年人。近年来，脑血管疾病呈现“年轻化”趋势，患病人群从二十几岁到八十岁不等。

临床上的脑出血主要有：高血压脑出血及自发性蛛网膜下腔出血，其主要的病因是高血压、颅内动脉瘤等。其中，血肿量大、临床情况严重的高血压脑出血30天死亡率近80%，颅内动脉瘤引起的蛛网膜下腔出血死亡率约有30%。

冬季是脑血管疾病高发的季节，近期仅8天时间内，该院神经外科就已收治急性脑出血患者16

名，其中颅内动脉瘤破裂患者11例，高血压脑出血手术患者5例。

脑出血危害大，抢救不及时可危及生命

胡小铭介绍，高血压引起脑血管疾病主要有脑出血、高血压脑病和腔隙性脑梗死等，其中脑出血发病率在脑血管病中占第2位，病死率却占脑血管病的首位。

高血压可促进动脉硬化和形成微型动脉瘤。血压升高时，动脉壁由于缺氧，营养不良，动脉内膜通透性增高，使动脉内膜增厚，玻璃样变性，纤维化增生，以致形成小动脉硬化，管腔逐渐狭窄和闭塞。在长期高血压的作用下，微型动脉瘤壁较薄弱，当血压骤然上升时，动脉瘤易破裂产生脑出血。

长期高血压还会使已经硬化的动脉血管内膜完整性破坏，增加血管壁的脆性，当情绪激动、精神紧张劳累、用劲排便或降压药物使用不当等原因，造成血压进一步增高，就易引起血管破裂，发生脑出血。

据统计，我国每21秒就有1人死于脑血管疾病！高血压性脑

出血一般出血量大，位置较深，如果诊断和治疗不及时，常在数小时内即可危及生命。

突然眩晕明显、剧烈头痛、肢体乏力等或是发病先兆

脑出血危害这么大，如何避免悲剧发生呢？胡小铭表示，很多人在发生脑出血前都会出现不同程度的眩晕，突然感到天旋地转，站立不稳，抬脚费力，甚至摔倒在地上。有些人眩晕感觉不明显，有点类似于喝酒后站不稳的感觉。

或者产生剧烈头痛，这种头痛没有明显诱因，根据每个人病情不同，症状持续的时间可能不一，甚至有些人还会伴发恶心和耳鸣；还有不少患者会出现面部、胳膊、手指的麻木，出现肢体乏力；或者突然感到一只眼睛视物不清，看东西模糊，甚至出现重影；或者突然对从前的事情完全忘记，数小时之后又有所好转；还有的患者突然语言困难与浑身乏力。这些时候，都要当心是急性脑血管病发作前兆。

一般情况下，脑出血从发作到昏迷有一段时间，万一急性发作，要拨打急救电话，同时帮助患者解开衣领，就地侧身平躺，尽量减少肢体活动，减少血压波动，等待救援。

者解开衣领，就地侧身平躺，尽量减少肢体活动，减少血压波动，等待救援。

天冷要及时监测血压、坚持低脂饮食，避免情绪激动

胡小铭提醒，高血压患者在冬季更要特别当心，除了及时监测血压，规律服用药物，定期体检外，还要积极改善膳食结构，保证健康饮食，减少高脂、高盐、高胆固醇等饮食；脂肪每日摄入量不宜超过30克。

同时，控制体重，适当运动。建议每天坚持运动1小时，以身体微汗、不感到疲劳、运动后自觉身体轻松为宜，每周坚持活动不少于5天，持之以恒。

注意防寒保暖，避免严寒刺激，特别是气温骤降时，要注意及时添加衣服，预防感冒。大风降温天气，应尽量少出门或不出门。天气寒冷的时候外出，要注意头部保暖，最好戴顶帽子。

保持乐观愉快的心情，不要过度疲劳，切忌狂喜暴怒、忧郁、悲伤、恐惧和受惊。年龄在40岁以上，特别是有高血压、高血脂等的市民，建议每年进行磁共振血管成像筛查。

时尚健康

衢州宝宝脐带血成安徽3岁男童救命血

储存脐带血 给宝宝一个生命备份

■记者王艳 通讯员郑菁菁

两年前，产妇周琦（化名）在宝宝出生时，将宝宝的脐带血捐献给了浙江省脐血库。那时的她不会想到，如今，这份脐带血成了安徽一名3岁男童的救命血！

3岁的航航是一名急性淋巴细胞白血病患者，在安徽省立医院接受治疗。医生为他在全国的7家脐血库配型，最终在浙江省脐血库里发现了一份脐带血符合移植要求，而这份脐带血来自衢州！

据悉，这是衢州第一例脐带血造血干细胞配型成功，也是浙江省第168例。这份救命血被送往安徽省立医院后，小航航成功接受了移植手术，目前病情稳定。

衢州市人民医院产科主任傅向红说，近年来，已经有越来越多的人认识到脐带血储存的珍贵价值，很多产妇或家属在生产前，都会前来咨询脐带血的相关知识。最多的时候，该院产科一个月能采集到50余份脐带血。

在2010年以前，脐带血只能用来捐献。而随着2010年浙江省脐血库的成立，脐带血已经可以自体储存了。根据父母的意愿和经济承受能力，脐带血可以用来公共捐献，或者自体储存。

据介绍，脐带血中含有非常丰富的造血干细胞，可以重建人体造血和免疫系统，可用于造血干细胞移植，治疗血液系统、免疫系统，以及遗传代谢性及先天性疾病。不仅已能有效地治疗几十种难治性疾病和多种不治之症，而且它所能治疗的疾病种类还在不断增加。

储存脐带血的机会一生只有一次——只能在新生儿出生后的短短几分钟内采集，是宝宝一生只有一次的机会。对宝宝自身来说：储存了宝宝的脐带血就等于储存了孩子的一份生命备份，宝宝自己与脐带血中的干细胞是100%配型相合的。

另外，宝宝与父母有50%的配型相合率；兄弟姐妹之间也有25%的配型相合率。而且自体储存的脐带血一旦需要使用时，不需配型，细胞活性强，无免疫排斥的危险，移植成活率高，治愈率高，医疗费用低。因此，准妈妈在怀孕过程中就应该要做好决定。

对其他有需要的人来说：储存的脐带血还能对家庭其他成员提供一定的保障。建立脐带血库就可以把脐带血造血干细胞这一人类重要的生物资源储存起来，达到取之于大众，为大众服务的目的。专家建议家长，如条件许可，应努力为孩子留下这份保命资源。

特别提醒

目前我省流感接诊病例
高于过去5年同期水平

给儿童打疫苗 为时未晚

■记者王艳 通讯员江歆

近日，记者从浙江省疾控中心获悉，目前我省门诊、急诊流感接诊病例高于过去5年同期水平，流感仍处于季节性高发的峰值。专家提醒，预防流感的最有效方法仍是打疫苗。

据介绍，至2018年1月16日，我省共报告流感15528例，其中14岁及以上为发病主要人群，0~6岁人群报告发病6150例，占39.61%；7~14岁报告发病4334例，占27.91%。

儿童是流感高危人群，5岁以下儿童更易发生严重并发症。在流感流行的季节，超过40%的学龄前儿童以及30%的学龄儿童容易得流感。

就15岁以下儿童来说，接种流感疫苗是预防流感的最有效措施，尤其推荐儿童、老人及孕妇接种。一般来说，年龄在6个月以上，没有接种禁忌者均可自愿自费接种流感疫苗。

目前使用的流感疫苗包含甲1、甲3和乙型V株3个组分，接种一次可预防3种型别的流感。通常接种流感疫苗2~4周后，可产生具有保护水平的抗体。我省流感往往有两个高峰，一个高峰为冬春季，另一个高峰则是夏季。所以现在接种流感疫苗，对于当前的流行高峰和接下来的夏季高峰都非常有用。

除接种疫苗外，省疾控中心专家还提醒：

流感患儿应根据医生建议在家休息，暂时不要上学或参加集体性活动；体温恢复正常、其他流感样症状消失48小时后，方可复课，以防止班内聚集性流感的发生。

家有两个及以上的孩子时，如果有一个孩子感染了流感，应尽可能由1名相对固定的家庭成员照顾患儿并注意加强个人防护。近距离接触患儿时，应佩戴口罩；其他家庭成员应尽量减少与流感患儿的接触机会，尤其是未感染流感的其他孩子，并做好个人卫生。

家中成人感染流感时，应避免近距离接触儿童。打喷嚏或咳嗽时应用手帕或纸巾掩住口鼻，避免飞沫污染他人。

勤洗手。使用肥皂或洗手液并用流动水洗手，不用污浊的毛巾擦手。双手接触呼吸道分泌物后（如打喷嚏后）应立即洗手。每天开窗通风数次，保持室内空气新鲜。均衡饮食、适量运动、充足休息，避免过度疲劳。在流感高发期，尽量不要带儿童到人多拥挤、空气污浊的场所；不得已必须去时，最好戴口罩。

学校要严格做好晨检相关工作。有学生和老师发病要在家隔离休息，就医治疗，不能带病上学上课。

健康常识

并非所有口罩都能防雾霾

连续佩戴别超两小时

■记者王艳 通讯员严敏

雾霾又来了，口罩也成了健康必备法宝。然而，据估计，有90%的人还不会戴口罩。口罩，我们应该怎么选择，如何佩戴呢？

杭州市疾控中心专家介绍，口罩有棉纱口罩、无纺布口罩、医用口罩、日常防护型口罩、工业除尘口罩。常见的棉纱口罩透气性好，主要功能在于防寒保暖，几乎没有防尘防菌效果，在流行病高发期和雾霾天气，棉纱口罩几乎起不到什么作用。

无纺布口罩，不仅可以阻挡较大的粉尘颗粒，同时，它的滤料又很薄，大大降低了使用者的呼吸阻力，舒适感较好。无纺布口罩还可以有效地防菌，例如打喷嚏造成的病菌传播等。不过，普通无纺布口罩对PM2.5这种微小颗粒物的过滤效果有限。

我们可通过下面的方法，选出适合自己的口罩：佩戴口罩完毕后，将双手五指捏弯曲并合拢，分别扣在口罩的左右两侧，进行深吸气，如发现口罩周边均紧吸在面部则基本佩戴密合性良好，过程中还可以配合转头、低头、抬头等常用动作，反之则需要重新进行调节。如反复调试后仍存在漏气，说明您不适合此型号的口罩。

对于心肺功能有问题的老、弱、病、残、孕等特殊人群佩戴口罩需要慎重，能否佩戴建议遵从医嘱。

天冷尿床小患者增多

大于5岁的孩子还尿床是病

■记者王艳

天冷，尿床的孩子又多起来了。很多父母疑惑，孩子尿床是怕冷赖床还是病呢？该如何判断呢？

宁波大学医学院附属医院儿外科主任何建华表示，5岁以下的小儿由于智力发育还未健全，自觉排尿习惯尚未养成，如果由于白天贪玩而致疲劳过度、睡前多饮等原因，偶尔发生尿床，家长不用过度担心，这种情况多能自愈。但5岁以上的孩子，夜间不能从睡眠中醒来，而发生无意识排尿就可判定为儿童遗尿症。

儿童遗尿症由多种因素综合所致。有些孩子体内抗利尿激素分泌障碍，令晚上的尿量变大；个别患儿因觉醒障碍与神经系统发育延迟，使得尿感信号无法及时准确地传递到大脑；也有些是膀胱功能障碍，本来小孩子的膀胱容量就比较小，夜间产生的尿与膀胱的容积不吻合，尿就无法储存。何建华提醒，孩子5岁以后会进入生理发育和心理性格成熟的关键期。若是孩子尿床情况没有好转，比如大于5岁的孩子每周尿床超过两次，且持续超过3个月，很可能是儿童遗尿症，应及时去医院检查就诊。

世界卫生组织跟踪调查显示：尿床孩子不及早治疗的，成年后大多社交往协调能力差、工作生活无计划，严重影响其人际关系、事业发展和家庭和睦。

何建华提醒，孩子5岁以后会进入生理发育和心理性格成熟的关键期。若是孩子尿床情况没有好转，比如大于5岁的孩子每周尿床超过两次，且持续超过3个月，很可能是儿童遗尿症，应及时去医院检查就诊。

进行规范化治疗的同时，调整孩子的生活方式。建议每天下午4点后，让孩子少饮水，晚饭最好少吃流质，宜自行踏勘考察。

进行规范化治疗的同时，调整孩子的生活方式。建议每天下午4点后，让孩子少饮水，晚饭最好少吃流质，宜自行踏勘考察。

四、如拍卖会场变更，以拍卖人通知为准。

有意竞买的单位凭营业执照副本、法定代表人身份证及公证书、竞买保证金5万元，原承租户享有同等条件下的优先承租权，招租要求：仅限教育培训。

一、咨询、报名、展示时间：即日起至2018年2月5日17时止（工作时间）。

二、咨询、报名地点：永嘉县瓯北街道双塔路龙桥大厦一单元1402室。

三、标的展示地点：标的物所在地实地展示，请竞买人自行踏勘考察。

四、如拍卖会场变更，以拍卖人通知为准。

有意竞买的单位凭营业执照副本、法定代表人身份证及公证书、竞买保证金5万元，原承租户享有同等条件下的优先承租权，招租要求：仅限教育培训。

咨询电话：66997567 18969758319

温州市永佳拍卖有限公司 联系人：金志鹏 丰慧莹

2018年1月23日

租赁权拍卖公告

受委托，定于2018年2月6日14时30分，在温州市上江路198号经开区商务广场1幢三楼报告厅对温州市车站在大道献华商厦北幢二层西1号房屋3年租赁权进行公开拍卖，建筑面积406.66 m²，非居住，月租金起拍价：38元/m²。

注：标的物腾空，租金半年一付，先付后用，租赁押金为半年租金交纳的25%，原承租户享有同等条件下的优先承租权，招租要求：仅限教育培训。

一、咨询、报名、展示时间：即日起至2018年2月5日17时止（工作时间）。

二、咨询、报名地点：永嘉县瓯北街道双塔路龙桥大厦一单元1402室。

三、标的展示地点：标的物所在地实地展示，请竞买人自行踏勘考察。

四、如拍卖会场变更，以拍卖人通知为准。

有意竞买的单位凭营业执照副本、法定代表人身份证及公证书、竞买保证金5万元，原承租户享有同等条件下的优先承租权，招租要求：仅限教育培训。

咨询电话：66997567 18969758319

温州市永佳拍卖有限公司 联系人：金志鹏 丰慧莹

2018年1月23日

金华艾维尼电子商务有限公司注销清算公告

金华艾维尼电子商务有限公司（注册号：330701000081791）注销清算公告：本公司股东（出资人）已决定解散本公司，现依法通知债权人自接到本公司书面通知之日起三十日内，未接到通知书的本公司公告之日起四十日内，向公司清算组申报债权登记，逾期不申报的视其为没有提出要求。

一、咨询、报名、展示时间：即日起至2018年2月5日17时止（工作时间）。

二、咨询、报名地点：永嘉县瓯北街道双塔路龙桥大厦一单元1402室。

三、标的展示地点：标的物所在地实地展示，请竞买人自行踏勘考察。

四、如拍卖会场变更，以拍卖人通知为准。

有意竞买的单位凭营业执照副本、法定代表人身份证及公证书、竞买保证金5万元，原承租户享有同等条件下的优先承租权，招租要求：仅限教育培训。

咨询电话：66997567 18969758319

温州市永佳拍卖有限公司 联系人：金志鹏 丰慧莹

2018年1月23日

海宁汉世商贸有限公司清算组解散，公司成立清算组，对公司的债权、债务进行清理、整顿。债权人直接到本公司书面通知之日起三十日内，向公司清算组申报债权登记，特此公告。

宁波市鄞州土豆体育活动策划有限公司注销，同时成立清算组，公司成立清算组，债权人直接到本公司书面通知之日起三十日内，向公司清算组申报债权登记，特此公告。