

专家问诊



王弋 杭州市第一人民医院急诊科主任,主任医师,急诊医学硕士,浙江中医药大学兼职教授,杭州医学院急诊质控中心主任,浙江省医师协会急诊医师分会副会长。擅长急诊医学科常见疾病治疗。

■王菲

78岁的金婆婆数十年来来到杭州工作定居,如今已是“老杭州”了。在老家亲戚们看来,她有着能干又孝顺的儿孙,生活条件早已是小康水平,但她却说自己后半辈子一天好日子都没有过。这是为什么呢?

原来40多年前,金婆婆便开始受到反复腰痛的折磨,大家都说女人生完孩子就是这样,不必在意,她也就忍了下来。58岁那年,金婆婆的症状加重,不但腰痛,腿也开始疼了,每次走上几十米,双腿就疼痛,没力,必须休息一会才能继续走。孩子们给花甲之年的金婆婆购置了一种特制的拐杖,拐杖的上方有个小座椅,走几十米腿疼了,累了, she就把拐杖一撑,坐下来休息一会儿。忍和拖延始终解决不了问题,近年来金婆婆的腿脚越发不灵光,别说外出,就连自家客厅到厨房的短短几步,都需要靠拐杖挪步,中间还得歇上一阵,几乎做不了什么家务活。

浙江绿城心血管病医院疼痛科罗永芳主任指出,老人上了年纪,走路走不远,走两步就想停,腿疼、腿酸、腿无力,腿间歇性的要“罢工”,这种情况是典型的“间歇性跛行”,而腰椎间盘突出是引起间歇性跛行的最常见因素。

罗永芳主任仔细为金婆婆查体、读片,确诊金婆婆椎管狭窄,神经受压非常严重,想要解决问题,需要对受到压迫的神经

时令健康

■顾清

严寒的冬季,为了保暖,很多家庭往往把暖气或空调温度调得很高,甚至有点燥热。再加上长期门窗紧闭,室内温度高,空气干燥又不流通,容易引起免疫力下降,导致烦躁不安、鼻咽干燥、头晕眼花、软弱无力。这些症状也被称为“暖气病”。

除了上述症状,“暖气病”还会引起身体多种不适。室内温度过高,而室外温度太低,温差过大,所以进门就需要脱去外衣,摘掉帽子和围巾,而外出时又必须全副武装。这种情况下,人体就容易受到风寒侵袭甚至引发感冒。

# 防寒保暖 适度锻炼 秋冬季提防心梗这个“冷血杀手”

■记者程雪  
通讯员王文婷

近来气温骤降,67岁的王大爷晚饭饭后突然感到胸闷胸痛,服用了硝酸甘油等药物也没有缓解。王大爷硬撑着挪步到电话机边上打电话给儿子,这一活动,胸痛加剧,并放射至后背、上腹。好在王大爷被随后赶来的儿子就近送到杭州市第一人民医院急诊科,接诊医生根据王大爷的症状迅速判断其疑似急性心肌梗死并迅速进行抢救,才避免了悲剧的发生。

## 心肌梗死发病存在季节性

心肌梗死作为一种严重的秋冬季节高发心脑血管疾病,如同魔影一般,成为夺走中老年人生命的“冷血杀手”。其发生与环境因素密切相关,其中,一年四季冷热交替的急剧变化是影响心肌梗死发生的重要因素。

## “相依为命”20年 和“第三条腿” 说再见了

罗主任介绍说:“我们常用的办法是微创术,在椎间孔镜下进行减压,摘除髓核、黄韧带、椎板减压就完全可以解决腰间盘突出和椎管狭窄问题,解除疼痛。”这种手术创伤小:皮肤切口仅如同一个黄豆粒大小,是同类手术中对病人创伤最小、效果最好的微创疗法。经过与婆婆和家人的反复沟通,制定好手术方案后,罗永芳主任亲自带领团队上阵,手术前他耐心地鼓励金婆婆:“不用害怕,放轻松,咱们很快就能恢复,你马上就能走路了!”

术后5天,金婆婆生活完全自理了。不用拄着拐杖走,她对手术效果十分满意,在病房里来回走动,微信步数蹭蹭地涨。她还表示,出院以后就要把拐杖卖掉。

“我拄了20年的拐杖,没想到在80岁这年还能腿脚灵光起来!我还带了好多天的换洗衣服呢,结果罗主任说这就可以出院了,真快!”金婆婆喜形于色。

很多老人默认了“人老腿先衰”,即使已经有了症状,还是默默忍受,或者选择保守治疗,但往往效果欠佳。长期下来,生活上的不便甚至可能导致老人情绪抑郁。

如果腰椎管狭窄严重,症状已经明显影响日常生活,保守治疗无效,还是建议早期手术,缓解腰腿疼痛,改善老人的生活质量。生命的每一分每一秒都值得最好的对待。

等到1月过后,立春转暖,心肌梗死发病率又会逐渐呈现缓慢下降趋势,至夏季迎来全年的相对低谷。

## 关注身体发出的“预警信号”

心肌梗死作为一种突发性疾病,难道完全没有前兆?

答案当然是否定的。王弋说,大多数心肌梗死在发生前是有迹可循的,只不过这些症状相对隐匿。

比如在病发前的较长一段时间内,都能够明显感觉到心绞痛症状的出现,在运动或者是其他剧烈活动后,会有明显心慌气短;或是平时健康的人,在某一段时间内,常常感觉到胸部不适,就像有重物压着一样,甚至出现胸痛等症……这些都是身体发出的“预警信号”。

一旦出现上述不适,

就应积极进行医疗干预,以防意外。如果长时间胸痛、急性呼吸困难、突然心悸,或出现“窒息感”,甚至是“濒死感”等症状且不可缓解时,一定要及时拨打120,争取最佳抢救时间。王弋提醒大家,切莫以为上述情况“只是一时不舒服”,抢救不及时、不得当,很可能会迅速进展到心肌梗死,甚至猝死。

## 保护心脏 控制血压

在日常生活中,保持健康的生活方式对于预防心肌梗死有着积极的意义。

首先要做好防寒保暖。秋冬季节,应随时注意天气变化,做好防寒保暖,避免“冻”到心脏,尤其是伴有高血压、冠心病等并且年龄偏大的中老年群体更要注意,外出时要穿好衣服进行保暖,避免冷空气刺激诱发心绞痛和心肌梗死。

## 让中医药历史“活”起来



日前,在浙江中医药博物馆新近开放馆内,一些针灸、中医学的大二学生正在老师的带领下,感知中药饮片的色、味及了解草药的功效。

据了解,位于浙江中医药大学滨江校区内的浙江中医药博物馆(新馆)上周正式开馆,该馆面积5000平方米,布展面积3200平方米。一至三层,包括医史馆、中药馆等,展出历代文献与丰富的文物,包括河姆渡遗址出土的药用植物果实,数百张清代以来的名医处方精品;展陈着各种常用中药、珍稀药材和地道药材,有藏品8000件。

该馆正式面向社会开放,以中医特色的中药博物馆,既有教学实践需求,成为浙江中医药大学学子们打卡地,也满足了大众对中医药知识的普及,让5000多年的历史“活”了起来。

通讯员于伟 摄

## 携手防疫抗艾 共担健康责任

我省举办2020年世界艾滋病日宣传活动

■通讯员任少凡

2020年12月1日是第33个“世界艾滋病日”,“携手防疫抗艾共担健康责任”是今年的宣传主题。

日前,浙江省卫生健康委员会、浙江省总工会、杭州海关主办,浙江省疾病预防控制中心承办的2020年世界艾滋病日主题活动在杭州西湖区疾病预防控制中心举行。

省政府成岳冲副省长在省卫生健康委夏时畅副主任等陪同下,赴西湖区疾控中心了解基层艾滋病防治、随访管理和检测等工作开展情况,并慰问基层艾滋病防治工作人员。

据了解,当前我省艾滋病疫情总体处于低流行水平,但全省疫情分布不平衡,性传播成为主要传播途径,老年男性、男男性行为(MSM)人群感染者占比有增加趋势。截至2020年10月底,我省现

存活艾滋病病毒感染者和病人32918例,死亡3698例。艾滋病防治工作是“健康浙江”建设的重要内容之一。“十三五”期间,全省各地在各级党委政府的领导下,进一步落实了“政府组织领导、部门各负其责,全社会共同参与”的防治工作机制,加大了防治经费的投入,优化了督导和评估机制,为全面深入推进艾滋病防治工作提供了制度保障、经费保障和组织保障,有力推进了艾滋病防治工作的落实,艾滋病防治成效显著。形成了“定点医疗机构负责抗病毒治疗工作、社区卫生服务机构负责感染者和病人随访管理、疾控中心负责防治工作技术支持”的艾滋病防治服务体系,医防整合力度进一步加大;不断完善艾滋病监测检测网络,逐渐形成“检测资源和服务下沉、关口前移”的防控新格局;不断优化重点人群艾滋病筛查策略,艾滋病检测量持续扩大,“十三五”期间上升超过50%。

孕产大百科

## HCG翻倍、孕早期出血 第一次怀孕 这些事情要早知道

■主持人许瑞英

“我还以为怀上了就等着生了。”不久前,我的小姐妹痛心地说,她第一次怀孕,宝宝在肚子里只待了不到两个月,就被医生建议流产了。

实际上,第一次怀孕出现流产并不算罕见。有数据显示,女性第一次怀孕发生自然流产的概率大约是15%~20%。很多孕妇和我的小姐妹一样,是因为在怀孕初期,发现自己的HCG没有“翻倍”。

HCG到底是什么?HCG,人绒毛膜促性腺激素,就是胎儿产生的激素。它和胚胎质量直接相关,在受精后第六天身体就开始产生——所以可以根据HCG的变化来测定女性是否怀孕。HCG会刺激女性产生孕酮,孕酮可以维持怀孕早期八周内的胚胎发育。简单比喻的话,HCG是受精卵生根发芽的温床。

正常妊娠的早期血β-HCG会快速增长,1.7~2天会翻倍,尿HCG与血HCG水平接近,会有轻度的昼夜波动。通过对HCG的检测,可以了解胚胎的发育情况,判断是不是胚胎停育甚至流产可能。HCG一般48小时左右翻一倍,如果翻倍不理想,需要考虑宫外孕或者胚胎发育不良等情况。

HCG翻倍不理想,这种情况一般医生会建议先采取一些保胎措施,同时查原因,并密切观察HCG动态变化,适时B超检测,之后如果仍然没有好转,甚至下降,也是会建

健康新技术

## 阴茎假体植入术 解“男”题

■记者程雪 通讯员马飞炜

杭州小伙小祥经历了一场车祸,骨盆等全身多处骨折,命悬一线,经过急诊手术,生命无碍。就在他身体、精力都慢慢恢复的时候,发现了自己的“男”题:阴茎晨勃明显减少,并且勃起持续时间和硬度都大打折扣。去医院求诊,经过NPTR、神经电生理、海绵体造影等多种检查后,发现小祥是由外伤引起神经损伤导致的勃起功能障碍。

浙江中医药大学附属第二医院院长、泌尿外科带头人、主任医师吕伯东介绍,勃起功能障碍(ED)是成年男性最常见的疾病之一,该疾病涉及动脉系统、静脉系统、神经系统、内分泌系统,甚至与患者的心理状态、体能情况相关,影响着患者的自信心、生活质量和家庭和谐。一般来说,阴茎不能达到或维

持足够的勃起以完成满意的性生活,病程3个月以上,就是ED了。像小祥一样由外伤损伤神经引起疾病的情况也时有发生。

“由神经损伤或者糖尿病、高血压、盆底手术等导致的阴茎勃起功能障碍,常规治疗手段,其效果均不佳。目前,治疗难治性ED最有效的手术是阴茎假体植入术。”吕伯东介绍,像小祥这种由神经损伤导致的勃起功能障碍最有效的方法就是“膨胀性阴茎假体植入术”(阴茎勃起技术)。

其方法就是在阴茎和阴囊里装了一个“泵”,这个“泵”全部隐藏在体内,阴囊内装有一个控制阴茎勃起的开关。性生活之前捏一捏隐藏在阴囊里的开关,阴茎就会勃起,性生活结束以后,再捏一下开关,它就恢复自然的疲软状态,这是阴茎假体工作原理。阴茎假体植入术后丝毫不影响“性体验”与“性快感”。