

专家问诊

# 偏头痛或因心房之间有个“洞”

有些头痛、睡眠呼吸暂停的根源不在头上而在心里

■记者程雪

27岁的方女士反复偏头痛数年,多次常规检查未能明确病因。近来因工作压力增大,作息和饮食都十分不规律,方女士的头痛加重,再次前往医院检查。这一次,在医生的建议下,她进行了右心声学造影检查后,发现其卵圆孔未闭,这正是方女士多年偏头痛的原因。

卵圆孔未闭可能触发偏头痛

偏头痛是临床最常见的原发性头痛类型,主要临床表现为发作性中重度、搏动样头痛,伴有恶心、呕吐,光、声刺激或日常活动均可加重头痛,安静环境、休息可缓解头痛。

“部分偏头痛患者很可能是由于心脏里多了一个小洞造成的,这种现象叫作卵圆孔未闭。”浙江大学医学院附属邵逸夫医院超声中心主任、影像中心副主任、主任医师赵博文说,卵圆孔未闭是引发偏头痛的一个因素。

卵圆孔是胎儿发育所必需的一个生命通道,连接着左、右心

房,允许脐静脉血从右房流入左房,维持胎儿血液循环。这个“通道”是纤维样组织,具有薄、容易摆动的特性。

大多数人生出生后心房间的卵圆孔相互靠近、粘连、融合,逐渐形成永久性房间隔,正常人左心房压力比右心房高,卵圆孔处于关闭状态,一般并不引起血液分流。

若卵圆孔未融合,或当慢性或短暂右心房压力升高超过左心房压力时,比如用力屏气、搬重物、解大便等,则形成卵圆孔未闭,就会出现右心房——卵圆孔——左心房的血液分流,当血液里有血栓流入小脑,就会引起偏头痛。

卵圆孔未闭患者偏头痛的发病机制尚不明,可能是静脉微血栓矛盾栓塞,化学物质未经肺循环清除,触发偏头痛。

约25%的成年人存在卵圆孔未闭

卵圆孔完全闭合者在1岁儿童只占18%,在两岁儿童中占50%。若3岁后卵圆孔仍不闭合称卵圆孔未闭。大部分卵圆孔未

闭患者可无任何临床特征。

赵博文介绍了一组卵圆孔未闭发生率数据:1~29岁为30%,30~79岁为25%,80岁以上为20.2%,一般认为成年人卵圆孔未闭的发生率约为25%。

当卵圆孔是打开的状态,血液从右心房经由卵圆孔流回左心房,除了上文提到的可能引发偏头痛,还可能引起其他疾病,赵博文举例,比如血栓流向肺部导致肺栓塞,流入大脑导致脑卒中,流入冠状动脉导致心肌梗塞等。“所谓的‘三联征’包括深静脉血栓、卵圆孔未闭和系统性栓塞。”他补充道。

卵圆孔未闭与减压病有相关性,常见原因是潜水,飞行员、宇航员也会出现。

潜水时吸入氧气、氮气混合气体,在海底氮气组织中过饱和,会在静脉系统形成气泡,之后被肺毛细血管管扩散。当卵圆孔未闭,存在向右左的血液分流,这些气泡则会跳过肺的过滤作用,来不及随呼吸排出体外,从而引发减压病。有研究表明潜水者中得减压病患者有52%存在大的卵圆

孔未闭。

此外,卵圆孔未闭还与阻塞性睡眠呼吸暂停有明显的相关性。

卵圆孔封堵术可有效摆脱偏头痛

临床上卵圆孔未闭主要通过超声心动图和右心声学造影来诊断。

赵博文介绍说,右心声学造影是判断血液有无右向左分流,从而确定卵圆孔是否关闭的最常用方法。

卵圆孔关闭情况下,右心声学造影剂微泡不能通过肺部毛细血管网,而是被肺部毛细血管“过滤”出去;若未关闭,存在向右左分流,左心系统会出现造影剂。

若患者存在卵圆孔关闭导致的偏头痛,治疗上建议进行卵圆孔关闭封堵术。“这是一种创伤非常小的手术,约80%~90%的患者术后可以摆脱偏头痛。”赵博文说,不过,术前患者需要通过神经内科、心脏外科、心脏内科、心脏超声科进行多学科会诊和综合评定,不适合手术者可进行抗凝或溶栓等保守治疗。

## 呵护心灵 健康成长

日前,舟山市普陀区六横中心小学开展以“呵护心灵、健康成长”为主题的心理健康教育系列活动。用“涂鸭、撕纸、宣泄、心愿、展览”等方式为学生纾解心理压力。

在活动现场,学生们纷纷将自己的新年心愿写进纸条:希望新冠肺炎疫情早点过去,

我们可以像过去一样高高兴兴地来学校上课读书,轻轻松松地在家里生活和走亲访友……

六横中心小学负责人说,活动旨在营造校园心理健康教育氛围,加强学生的心理素质教育,让学生科学地认识、了解和掌握心理健康知识,形成正确的心理健康观念。

通讯员刘生国、刘军杰 摄



孕产大百科

■主持人许瑞英

这两天,某知名女星在国外取卵代孕并弃养的事件,引发不少关注,也引起了人们对以“高价”诱使女性卖卵黑产的关注。

事实上最近以来,这类话题已多次登上热搜。对此,浙江绿城心血管病医院妇科王安梅主任认为,所有女性都应该知道:取卵和代孕都会对身体造成损害!

在代孕的产业链中,女性的卵子、子宫被作为一种商品明码标价。长相、身高、学历……这些条件让她们的“生殖功能”标价各有差异。

## 通过黑中介“取卵借肚”风险巨大

这些女性被一次“捐卵、怀孕”就可以赚取“巨额”报酬所吸引,不惜铤而走险。然而,在这个“商品交易”之前,没有人告诉这些“卵妹、代孕妈妈”,这几万元钱到底会有些什么风险。伴随着近几年地下试管婴儿黑中介的活跃,被掠夺式取卵后发生卵巢过度刺激综合征的患者屡见不鲜。

王安梅主任表示,“打了10天的针,就取出了20多个卵子,这完全是掠夺式的取卵,对于这类地下中介,真的需要加大打击力度。”提供卵子的女性,又被称为“卵妹”。

取卵是在超声的引导下,用

长针穿过阴道壁,直接伸到卵巢,再将成熟的卵子一颗颗抽出。据王安梅主任介绍,大部分正常生育年龄女性,每个月经周期仅排卵1个成熟卵子。

而这些灰色机构,为了让一次取卵获得二三十个甚至更多卵子,会让“卵妹”们打促排卵针,促使卵细胞成熟。随之而来的潜在的风险就是卵巢过度刺激综合征。

患有卵巢过度刺激综合征的女性,可能会有不同程度的腹胀、恶心、呕吐、腹泻、体重快速增加、少尿或无尿、血液浓缩、血容量不足、电解质紊乱、

胸腔积液、心包积液、腹腔积液、呼吸窘迫综合征,伴血栓形成倾向的高凝状态及多器官功能衰竭。

而且,增大的卵巢如果发生卵巢扭转或卵巢囊肿破裂、出血等并发症,必要时也要采取手术治疗,有可能影响女性的生育功能。

对于出现卵巢过度刺激综合征的“卵妹”,代孕黑中介会给一小笔钱作为“营养补偿”。但实际上,这点钱连看病都不够。

王安梅主任强调,即便是在正规的生殖医学中心,不孕女性在规范使用促排卵药物、保持良好作息的情况下,依然容易出现卵巢过度

刺激。所以正规机构每每完成促排卵、取卵流程后都会对患者进行观察、对症处理,以确保安全。而地下黑机构擅自处理,掠夺式取卵,最终只会导致非常严重的后果。

“卵巢功能受损是必然的,严重的甚至会使取卵女性完全丧失生育能力,危及生命。”她痛心地说。

除了“卵妹”的风险,代孕妈妈同样面临着风险。如,黑中介所提出的“双胞胎”,为了增加胎儿的数量,怀上多胎会导致母亲患妊娠高血压、先兆子痫、贫血、妊娠期胆汁淤积综合征的风险升高。

目前,国内外均无肾上腺静脉采血专用的导管导丝,刘震杰携手临床设备科工程师顾政自主设计一套肾上腺静脉采血导管套装,目前已经获得初期样品。

给肺结节切除术装上“灯塔”

“设想一下,在白雪茫茫中找一个白色乒乓球是什么感觉?”浙大二院放射科主治医师闵捷说,胸外科医生做肺结节切除术时常遇到这种困境。

这类手术常见于早期肺癌患者,术中医生肉眼难以观察结节或触觉准确定位,需扩大手术范围,导致大量正常肺组织被切除,增加手术时间,不利于患者术后恢复和肺功能的保存。

如果在术前就准确定位,医疗效率将会提高。研究表明,肺结节切除术中,定位患者和非定

位患者肺组织切除量分别为20.6mm<sup>3</sup>和94.8mm<sup>3</sup>,手术操作时间分别为37分钟和101分钟。但目前临床中没有专用的肺结节定位装置,只能以乳腺定位针等替代品辅助定位,这些替代产品产品很硬,可能导致患者定位后耐受性差、气胸发生率高。

闵捷研发设计了专为肺结节定位的定位装置——CT引导下肺结节微弹簧圈精准定位穿刺针组件,将微弹簧圈装载到带有刻度的穿刺针中,在CT引导下,通过对微弹簧圈的锚定位置、拖尾长度进行精准的控制,实现准确定位,给肺结节切除术装上“灯塔”。微弹簧圈质地柔软,作为定位材料可以明显降低定位造成的并发症,提高患者舒适度,让患者定位后能自由活动。该项目获得创新大赛三等奖。

健康提醒

## 肩痛到夜不能寐 居然不是“肩周炎”

■王菲

最近天气冷,68岁的王阿姨觉得自己的“肩周炎”比之前更严重了,就买了药来吃,还增加了肩部的锻炼。可是,没有丝毫好转,肩反而更痛了。她求助于浙江省立同德医院骨科副主任、关节外科主任陆建伟主任医师,一系列检查后发现并不是“肩周炎”,通过微创手术后,王阿姨终于告别了“肩痛不能寐”的烦恼。

原来造成她长期肩痛的原因,不是“肩周炎”而是“肩袖损伤”。陆建伟主任医师介绍:“老百姓有了肩痛、僵硬和抬不起肩,就自认为患了‘肩周炎’,甚至部分骨科医生也常常用‘肩周炎’笼统地诊断肩部病痛。其实,肩膀痛完全不等于‘肩周炎’,‘肩周炎’已经不是一个规范、准确的诊断名词。但是由于很长一段时间内‘肩周炎’的概念深入人心,导致一些非运动医学专科的骨科医生也不能正确认识‘肩周炎’和其他相关肩部疾病的诊断,很多肩关节疼痛的患者容易被误诊,延误了病情。‘肩袖损伤’发作时肌肉、筋骨、关节发生麻木、酸痛、屈伸不利,重者可导致关节肿大变形,手不能抬,日常生活不能自理等。这种疾病发展是个过程,早点干预可以避免症状加重。”陆建

伟主任医师在关节镜下给王阿姨做了肩峰成形(磨除增生骨刺)+肩袖修补术。手术后恢复良好,后期经过锻炼,王阿姨的肩痛终于治好了,生活又回到了正常的轨道。

“肩痛”与肩部的劳损、受寒、肩部的慢性炎症息息相关,如果平时不注意,即便是年轻人,也会得中老年人好发的“五十肩”,那么“肩痛”又该如何预防?平时可以怎样锻炼,什么样的动作才能减少肩关节的磨损呢?

首先,要注意防寒保暖,穿戴护肩,避免外感风湿寒邪的侵犯。比如,穿护肩,这样就可以避免夜间翻身时裸露在被子里面的肩膀受凉。冬天出门尽量穿高领衫、保暖内衣,系围巾以及戴防风帽,避免裸露肩颈部位受寒,这样可以起到较好的肩关节防护作用。

平时还要注意改变不良姿势和生活方式,平时要减少每次电脑上工作、玩手机时间,选择高度与手肘关节屈曲高度一致的电脑椅等等。还要加强肩部肌肉的锻炼,肩关节是人体活动度最大的关节,因此容易产生各种撞击伤和劳损,为避免意外冲击所导致的肩袖损伤或撕裂,平时需要对肩关节进行适当的运动和肌肉锻炼。老年人可选择强度较低的力量锻炼。

健康饮食

## 干燥冬日 多吃芹菜清热生津

■张华君

入冬后,杭城的天气普遍以低温干燥为主。很多人家都开起了地暖、空调等取暖。天干物燥,很容易上火,这个时候很适合多吃一些绿色蔬菜,尤其是芹菜。

芹菜水分足,口感清爽脆嫩,现代研究发现芹菜中含有丰富的营养成分和生理活性物质,主要包括黄酮类、不饱和脂肪酸、矿物质、叶绿素氨基酸等。中医认为,芹菜味甘苦而性凉,所以有清热解暑生津的作用,肝火过旺,皮肤粗糙及失眠、头疼的人可适当多吃一些芹菜。芹菜中含有的芹菜苷、佛手苷内脂有利尿的作用,可以消除体内水钠潴留(钠离子潴留细胞外而引起水肿),促进排尿时顺便消肿。芹菜的叶茎中含有药效成分的芹菜苷、佛手苷内酯和挥发油,具有降血压、降血脂、防治动脉粥样硬化的作用。芹菜经肠内消化作用产生一种木质素或肠内脂的物质,这类物质是一种抗

氧化剂,高浓度时可抑制肠内细菌产生的致癌物质。芹菜富含粗纤维,而粗纤维对于肠胃的刺激较大,清肠效果也更强,可刺激胃肠加快蠕动,促进排便,进而减少脂肪和胆固醇的吸收。芹菜的含铁量较高,能补充妇女经血的损失,食之能使目光有神,头发黑亮。

吃芹菜不要只吃茎,还有两位“重要角色”。营养学家曾对芹菜的茎和叶片进行营养成分的测试发现:芹菜叶相比茎的营养物质更加丰富,其中胡萝卜素含量叶比茎高近10倍,维生素C含量高近5倍,铁含量和磷含量高近2倍,烟酸、维生素B2、矿物质镁等指标,芹菜叶都是茎的2~3倍。

除了芹菜叶,最容易被我们忽视掉的芹菜根也是芹菜中富含营养的部分。相关研究表明:芹菜根是肾的清道夫,可以帮助肾排出湿毒。特别对于经常吃肉喝酒的人来说,肾容易积存湿热,在腰上长湿疹,出现小便疼痛等症状,此时多食用芹菜根就可以起到缓解作用。

## 大片珍稀野生中草药 现身磐安大盘山保护区



■卢明、何安国

日前,金华市磐安县大盘山管理局工作人员开展冬季资源调查时,发现大片野生蛇足石杉。

蛇足石杉,药用名“千层塔”,别称有金不换、救命王、雪山一枝蒿等,全草药,有清热解暑、生肌止血、散瘀消肿的功效,外用可治毒蛇咬伤、烧烫伤等。现代临床研究证明,该植物的提取物,对治疗精神分裂症、重症肌无力及老年性记忆功能减退有显效或改善作用。

目前,蛇足石杉野生资源接近枯竭。它是浙江省第一批重点保护野生植物,在2020年公布的国家重点保护植物名录(征求意见稿)

见稿)中拟新增为国家二级保护植物。

磐安县大盘山管理局工作人员表示,以往在保护区内调查发现的蛇足石杉均为零星分布,此次调查发现约数百株成片分布生长的蛇足石杉实属罕见。下一步将对蛇足石杉采取特别措施,进行有效保护。

大盘山国家级自然保护区自然资源丰富,是目前我国唯一的野生药用生物种质资源类型自然保护区,是以珍稀濒危野生药用植物和道地中药材种质资源及其原生地生态系统为主要保护对象的资源管理型自然保护区。

调查中,工作人员还发现了单叶铁线莲、天目瑞香、云锦杜鹃等特色珍稀植物。

健康新技术

无辐射导航、肾上腺静脉采血……

## 浙大二院医疗创新项目造福百姓

记者程雪报道 日前,浙江大学医学院附属第二医院(以下简称“浙大二院”)第五届广济创新项目完美收官,无辐射导航、肾上腺静脉采血、肺结节定位等项目榜上有名。这些项目不仅展现了医护团队的创新意识和创新能力,更彰显了临床医生基于患者的需求,孜孜不倦提高疾病治愈率,造福百姓的初心和情怀。

实现无辐射手术

据统计,高达80%的人群在其一生中会遭受脊柱脊髓相关疾病困扰。曾有一位孕19周的孕妇确诊患脊髓肿瘤,亟须手术。传统手术是通过X线透视来实现对病灶的精准定位,但透视对胎儿影响非常大。

能不能无辐射的方式完成孕

妇脊髓肿瘤的微创手术?浙大二院神经外科副主任、主任医师朱永坚团队和超声医学科主任黄品研究+深度学习图像处理+契合手术场景的自动化成像导航”的技术方案。

脊柱脊髓微创手术无辐射导航系统,目前已有2台样机,顺利完成40例胸腰段微创手术的节段定位。

肾上腺静脉采血“专用武器”

原发性醛固酮增多症主要分为醛固酮瘤和特醛症两个亚型,两者治疗完全不同,肾上腺静脉采血是分型诊断的金标准。但采血时会遇到很多困难,如肾上腺静脉口径小、汇入大静脉的地方位置不固定、边上干扰的小静脉多……采血工作总体成功率低。

此次创新大赛二等奖CCF约束化采血技术及采血套管组件是解决“采血难”的“专用武器”。浙大二院血管外科副主任、副主任医师刘震杰介绍说,针对找不到肾上腺静脉的问题,其研发团队给导管装个GPS导航,术中能将DSA和术前CT图像融合后,能更容易找到肾上腺静脉。再通过同轴导向导丝技术,将套管固定在肾上腺静脉里。