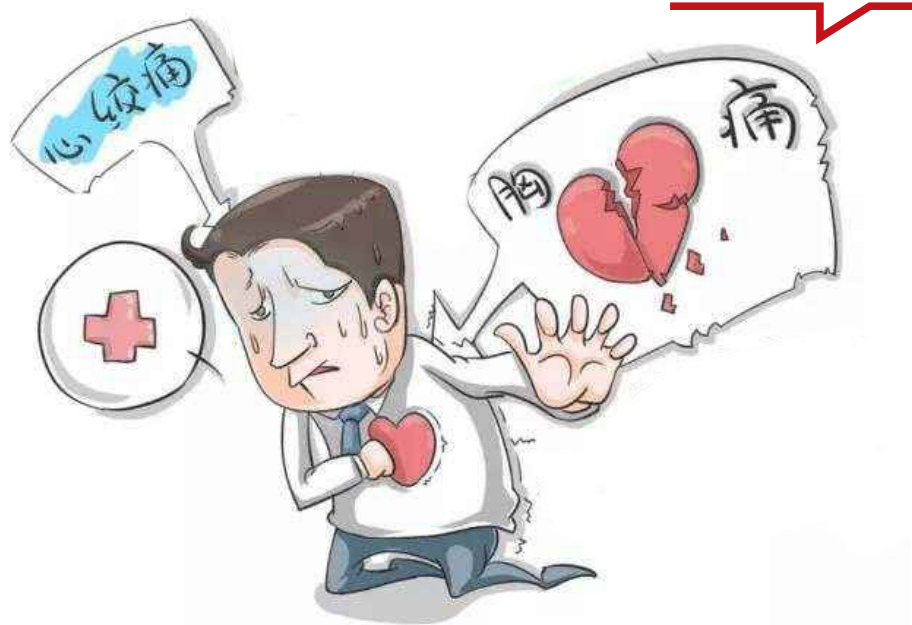


天气变冷,小心身体“主水管”爆管

医生提醒:动脉夹层已进入高发季,年底聚会切勿暴饮暴食

■天府早报记者 段祯

近期,“心源性猝死”成为了讨论热词之一。在这一大概念里,不得不说说容易被忽略但又来势最为凶猛的疾病之一——主动脉夹层。主动脉夹层一旦发病,就像大楼的主水管“爆管”,瞬间即可置人于死地。自近来气温骤然下降,成都市第三人民医院心脏大血管外科已经连续收治了7例主动脉夹层的患者。医生提醒,冬季是主动脉夹层高发季,剧烈胸痛、腹痛千万不能靠“忍”!



有些后怕

肚子痛了一天 结果主动脉差点破了

69岁的彭爷爷(化名)上腹持续痛了9个多小时,却仍旧是不愿去医院。直到昏厥倒地、小便失禁后,才被家人赶紧送到了医院。CT检查发现,老人家为动脉夹层,赶紧又将其转送到成都市第三人民医院就诊。

凌晨3点,彭爷爷被火速送进手术室。打开胸腔时,主刀的成都市第三人民医院心脏大血管外科程力剑博士颇为感慨,“升主动脉后壁撕裂了6cm长的口子,夹层部分的血管已经薄如蝉翼,都成透明的了,心包里全是血和血块。”

一旦这层薄膜破裂,那就是大爆炸,瞬间置人于死地。在急诊手术中,医生把老人发生病变的血管用人工血管替换。通过急诊科、麻醉科、手术室、ICU、体外循环和心脏外科的共同努力,经过一周的治疗后,现在老人即将康复出院。

做好监测

冬季进入高发期 吃太多都可能引发

进入冬季气温急剧下降后,主动脉夹层已经进入高发期。近期心脏大血管外科已收治7例各种类型的主动脉夹层患者,年龄从39岁到74岁,其中以40-60岁为主。

程力剑解释说,高血压是动脉夹层的主要诱发原因之一,而冬季气温降低,由于对

寒冷的应激以及外周血管的收缩,人们的血压就容易升高;高血压患者在这个时段血压也变得不容易控制。因此,冬季也成了主动脉夹层的好发季节。“冬季有高血压疾病的患者一定要遵医嘱用药,并注意做好血压监测,如果发生明显变化应及时就医。”

除了气温问题之外,还有一个容易被忽略的诱因——聚会。“年底聚会多,容易暴饮暴食。几乎每年元旦、春节期间都会接诊主动脉夹层的病人。”程力剑说,在过度饱食、激动的状况下血压也容易出现波动,诱发主动脉夹层发生。

■小贴士

主动脉夹层是啥?

主动脉是从心脏出发的人体最大的血管主干道,分为内、中、外三层。正常情况下,3层结构紧密贴合,共同负责输送血流。但如果血管因高血压、遗传性结缔组织疾病等因素发生病变,在血流奔腾通过的时候就可能导致内膜撕裂。血液在通过撕裂的部分漏出,就会和剩余的中层或外层形成夹层,变成“夹心饼干”状。

该病发病率为十万分之四到十万分之十三。“在中国,平均发病年龄在45-50岁,以男性为主。急性A型主动脉夹层发病2天的死亡率达50%,2周达70%,发病一年的死亡率达高达90%。”

A型夹层:累及升主动脉的

主动脉夹层。

升主动脉直接从心脏发出,被夹层累及时容易发生心包渗血、渗液,出现心包填塞;夹层撕裂至冠状动脉开口导致急性心肌梗;夹层累及主动脉根部,可使主动脉瓣关闭不全导致急性心功能衰竭。而这些情况一旦发生,都可能引发猝死。

B型夹层:累及降主动脉的主动脉夹层。

降主动脉沿路有诸多分支动脉,夹层撕裂至相应动脉开口可能引起该动脉供血障碍,进而引起相应器官缺血。出现脑梗、截瘫、肠缺血坏死、肾功能衰竭、下肢缺血等问题。相对于A型夹层,B型夹层没有那么高的死亡率,治疗方法也有所不同。

【高危因素】

增加主动脉壁张力的因素:比如高血压,大概有70-80%的主动脉夹层患者都合并高血压,但是高血压只是触发主动脉夹层的一个因素。另外一部分运动员,比如举重运动员,瞬间主动脉壁要承受超过300mmHg的压力,也是主动脉夹层的高发人群。

导致主动脉壁结构异常的疾病:最常见的就是遗传性结缔组织疾病,比如马凡氏综合征(Marfan Syndrome)、路易斯-迪兹综合征(Loeys-Dietz Syndrome)等等。其中马凡氏综合征是最常见的,这是一种累

及结缔组织的常染色体显性遗传病。导致疾病的原因位于第15号染色体。常见的表现包括高度近视、骨骼畸形(手指、脚趾细长,个子很高、脊柱畸形、髌臼内陷、鸡胸、漏斗胸等等)、肺大疱(自发性气胸)等等。其中最严重的危及生命的表现位于心血管,主动脉瘤、主动脉夹层是马凡综合征最严重的表现。

其他一些原因:比如外伤、妊娠(有相当一部分妊娠合并夹层的患者有遗传性结缔组织疾病或者比较严重的妊娠高血压)等等。

【主要症状】

“主动脉夹层典型疼痛表现为剧烈的撕裂样疼痛,难以忍受,持续的时间会很长。”程力剑表示,多数主动脉夹层患者以突发的胸、背部剧烈疼痛为首发症状,另外一部分患者表现为腹部疼痛或者其他症状。这类疼痛不注意的话,容易被误诊为其他疾病,如急性心肌梗死、肺动脉栓塞、急性胰腺炎等。

“千万不要自行判断疾病,甚至去乱吃药。”程力剑称,曾接诊过患者把主动脉夹层误诊为

心肌梗塞,还服用了大量阿司匹林和波立维,“这样会增加术中出血的风险,止血也会更困难,相当于是‘帮倒忙。’”最有效的急救方式,就是尽快送医,以免延误救治。另外程博士提醒大家,一旦发现为主动脉夹层,请尽快到最近的有救治能力的医院就诊,为自己赢得宝贵的抢救时间。不要害怕路上转运出危险。在无法实施手术的医院躺着和在路上转运的风险是差不多大的。

身上又开始痒痒痒? 那就换个姿势洗澡吧

■天府早报记者 冯迟

“随着天气越来越凉,因为皮肤干燥导致瘙痒问题来就医的病人都挺多的。”成都市第二人民医院皮肤科的周培媚医生告诉天府早报记者,“其中老年人尤其多。”

冬季皮脂分泌减少 易出现瘙痒掉屑等问题

周培媚医生直言,因为天气寒冷干燥,这样的病患正在不断增加,“冬季气温偏凉,皮肤因为缺失水分容易变得干燥起来,尤其是敏感肌肤的人,可能会出现瘙痒的情况,背部、腰部、腿部都容易出现瘙痒、掉屑

等状况,一些人甚至出现皮肤干裂如鱼鳞状。”她坦言,“老人出现这种状况更多,粗略估算,我这里每天可能要接待十余位这样的老年病人。”

周培媚分析说,冬天之所以容易出现这样的情况,主要原因就是气候干燥,皮肤水分蒸发多。“夏季外界温度湿度较高时,皮脂的分泌物较多,而到了秋冬天气干冷时,皮脂的分泌物会跟着减少,水分蒸发增多,所以就开始干燥起来。”周培媚表示。

身体也需保湿 可以适当使用身体乳

周培媚告诉记者,导致皮

脂分泌减少的因素有内分泌、年龄、性别、温度、湿度、饮食生理周期、护肤方式等。她特别提到,“随着年龄的增长,皮肤分泌功能减退,皮脂分泌也跟着减少,也可引起皮肤的干燥瘙痒,这也是为什么皮肤干燥引起的瘙痒症更多的在中老年人中出现。”

“所以冬天一定要注意皮肤的保湿。”周培媚提醒说,“人首先是能感觉到面部皮肤在冬天就会比较干燥,就知道擦一些护肤品,保持皮肤湿润,但是很多人会忽略身上的皮肤,虽然不像面部受到风吹雨淋但同样需

要保湿。”她提醒说,“冬天洗澡后,我们可以适当使用一些保湿的护肤用品,比如可以选择市面上的一些身体乳使用。”

■提醒

一周洗澡尽量不超过两次 选择弱酸性洗剂

“生活习惯上,尤其要注意的是洗澡的次数。”周培媚告诉天府早报记者,“特别是老年人,一个星期洗澡次数最好不要超过一次,年轻人一周最好不要超过两次。”她分析说,“有些人就是因为看到皮肤干燥有皮屑,觉得难受于是每天都想

要洗澡,反而皮屑越洗越多,因为洗澡过勤会导致角质层过早剥落,破坏了皮肤屏障,使皮肤失去对外界的抵抗力,就会出现皮肤干燥、皲裂、皮屑、瘙痒等一系列问题。”

周培媚建议,洗澡水温37-40℃为宜。淋浴5-10分钟内即可。

她特别提醒,如果洗澡很勤,尽量少用浴液和香皂。“即使使用,最好也使用弱酸性产品,一定要冲洗干净,否则会伤害皮肤。”如果出现干燥瘙痒的情况,除了使用护肤保湿用品,还可以短时间使用抗过敏止痒药膏。