

” 饱食即卧,乃生百病。

——《备急千金要方》

# 患上糖尿病,须防脑中风

□ 夏鹏程 胡田田 记者 李皖婷 文/图

睡眠障碍可以药物治疗吗?脑血管病患者康复要注意哪些?夏秋季节如何预防中风发作?8月14日上午9:30至10:30,本报健康热线0551-62623752,邀请安徽省第二人民医院神经内科主任姜丹为大家提供电话咨询。



热线电话 0551-62620110  
邮箱 749868765@QQ.com

## 指导专家

姜丹 主任医师,副教授,安徽省第二人民医院神经内科主任,安徽省神经电生理学会常委,安徽省神经病学学会委员。从事脑血管疾病、癫痫、痴呆、睡眠障碍、脊髓疾病、神经肌肉等疾病的诊疗工作。

问题一:去年打过流感疫苗,今年还要再打吗?每年都打会不会对身体有害?小孩可以打吗?

合肥市二院呼吸内科主治医师董琳:可以打,一般不会对身体有害。

问题二:糖尿病患者可以吃坚果吗?

合肥市二院内分泌科副主任医师刘克梅:需要控制,可少吃,因为坚果含有较多的油脂。

问题三:宝宝多大开始可以吃盐?婆婆总说不放盐或少放盐宝宝吃得不好,该怎么说服她?

合肥市二院儿科医师方辉:三个月前一般以母乳为主,4~6个月时可适当添加辅食,少量进食盐分。

朱沛炎 胡田田 记者 李皖婷

## 糖尿病也是脑卒中的危险因素

读者:脑卒中的危险因素有哪些?

姜丹:脑卒中又称脑血管意外(俗称脑中风),是指突然发生的、由脑血管病变引起的局限性脑功能障碍,并持续时间超过24小时或引起死亡的临床症候群。高血压是脑卒中最重要危险因素,此外,心脏病、糖尿病、短暂性脑缺血与卒中病史、吸烟和酗酒、高脂血症、高同型半胱氨酸血症、体力活动减少、超重、无症状性颈动脉杂音、抗磷脂抗体综合征、血液黏度增高等等也是危险因素。

## 脑卒中患者康复治疗要循序渐进

读者:脑卒中患者如何进行康复治疗?

姜丹:合适的康复时机一般在生命体征平稳48小时。康复治疗要注意循序渐进,要有脑卒中患者的主动参与及其家属的配合,并与日常生活和健康教育相结合。可采用综合康复治疗包括物理治疗、作业治疗、言语治疗、心理治疗、传统康复治疗 and 康复工程等。必要的话,还可进行常规的药物治疗和手术治疗。

## 抑郁症和痴呆要注意区分

读者:如何区别抑郁症和痴呆?

姜丹:抑郁症的主要表现是:情绪忧伤、低落,认知过程缓慢,有悲观厌世情绪,但人格变化不显著,日常生活懒动,有一定的自知力,也有求治欲望,一般于一定生活事件后数周至2月内起病。而痴呆的主要表现是:情绪淡漠,认知过程错误,无悲观厌世情绪,人格变化显著,日常生活能力差,没有自知力,也不求医,起病潜隐、缓慢,以年计。

## 不同痴呆患者有不同的护理方法

读者:如何护理痴呆患者?

姜丹:对于不同的痴呆患者来说有不同的护理方法,以下简单举例:

自我照顾能力丧失。一方面,护理人员应反复指导和反复训练患者,使他们获得一些基本的个人生活能力。另一方面,又要从冷暖饥饱等

各个方面替患者考虑周到。

大小便失禁或生活能力差。痴呆患者大小便失禁,往往增加感染和发生皮肤病的危险。护理对策包括提供明显的入厕标志,将厕所设在患者生活区的附近,定时提醒患者如厕,重新训练大小便习惯等等。

进食障碍。痴呆患者常有拒食、贪食、随手乱抓东西吃的情况。照顾方法一般包括定时进餐,选择有营养、易消化的食物,而且要根据患者的喜好安排食谱,以免引起拒食。喂饭时要慢一些,以便患者有时间充分咀嚼食物。

精神症状。当患者出现幻觉、妄想时,不要与其争辩,可设法转移其注意力,再耐心解释,同时及时找精神科医生诊治。对于患者的暴力、攻击行为,仍以疏导、解释、转移注意力等方法为主,并可在医生的指导下,短期应用镇静药物控制,同时应分析并找出引起患者不愉快的原因,防止再发生。

失眠。患者认知障碍严重时,常白天休息夜间吵闹,使护理者疲惫不堪。处理的方法是尽量不让患者在白天睡觉,增加活动,保持兴奋,使他们能在夜间休息。

## 并非只有睡不着才叫失眠

读者:怎样才算得上是失眠?

姜丹:失眠通常指患者对睡眠时间和(或)质量不满足并影响白天社会功能的一种主观体验。按临床常见的失眠形式有:入睡时间超过30分钟;夜间觉醒次数≥2次或凌晨早醒;睡眠浅、多梦;总睡眠时间通常少于6小时;次晨感到头昏、精神不振、嗜睡、乏力等。

## 癫痫患者最好避免玩手机

读者:癫痫的治疗应当注意哪些问题?

姜丹:按时按量服药,不可自行调整药物,并定期观察药物的副作用。症状控制后,不可自行减量或停药。避免不良刺激,如看电视、玩手机、疲劳、过度紧张等,不宜驾驶汽车、摩托车,不宜游泳或单独到水边活动及从事登高作业的职业。

## 孕妇羊水栓塞生命告急 医生称,羊水栓塞易引起多脏器衰竭,产妇要产前检查

“安医大二附院一产妇羊水栓塞,生命垂危,情况紧急!求AB血型的市民紧急献血救助!”昨天,一条朋友圈消息引爆了整个庐州城的爱心,得到消息的爱心人士纷纷前往血站和献血屋,伸出手臂,用自己的血液为这名年轻的妈妈续命。截至昨天下午4点,产妇仍未脱离生命危险。

小闵的预产期是8月5号,可过了六天还没有动静。在安医大二附院吊了3天的催产素后,8月14日晚上6点20,小闵顺产下一名男婴。

可就在家人沉浸在添丁的喜悦中时,小闵突然在生产后不久出现了羊水栓塞。羊水栓塞是产科医生最怕遇到的头号病症,指在分娩过程中,羊水突然进入母体血液循环,引起急性肺栓塞、过敏性休克、弥散性血管内凝血、肾功能衰竭或猝死。羊水栓塞的发病率极低,只有4/10万~6/10万,但死亡率高达60%~80%。

病情危急,产妇出现多脏器出血,尤其是产后有伤口的地方,根本无法控制住。得知情况后,血站立刻将所有准备发往其他医院和库存的备用AB型血,紧急调往二附院。

据医院产科主任张好介绍,产妇已经输血15000毫升血液和血液制品,基本上是产妇自身血液的三倍。

而随着抢救的开展,医院和血站的血液无法满足,紧急情况下,医院想到了利用媒体平台进行求助。于是,一条“紧急求助:医院正在抢救一名羊水栓塞病人,急需AB血型!”立即在网络上飞速传播。

消息一出,立即引发全城爱心接力,很多热心市民来到安医大二附院产科和手术室门口要求献血,更多的人与合肥市各附近的献血屋和中心血站联系献血。截止到昨晚7点,合肥市血站各主要献血点已经采集307人的AB型全血,累计采血量99000多毫升。

昨天上午11点多,手术室传来好消息,产妇出血得到有效控制;这个消息,让在场的已经连续工作近20个小时的医护人员热泪直流。

“未来一段时间,将是产妇最危险的时间。”据张好解释,紧随而来的因羊水栓塞引起的多脏器衰竭将是最严峻的考验。另据了解,小闵生下的男婴出生时已经没有自主呼吸,经抢救,有微微呼吸,目前情况不容乐观,正在医院新生儿科救治。

## 新闻延伸:准妈妈如何预防羊水栓塞?

1、产妇一定要定时做产前检查,因为,通过做超声波检查可诊断出90%的前置胎盘,使用分娩监视装置可早期发现胎盘早剥。

2、30岁以上的产妇、早产或过期产者及经产妇,尤其是胎膜早破、子宫体或子宫颈发育不良的产妇容易发生羊水栓塞,要积极配合医生所做的正确处理。

3、在分娩的过程中,如果出现胸闷、烦躁、寒战等不舒服的感觉,要及时告诉医生,以便医生及早全力做处理。

颜理海 记者 李皖婷

## 健康热线预告

## 日常生活如何预防大肠癌?

什么是大肠癌的三级预防?大肠癌的预警信号有哪些?大肠癌会遗传吗?下周五(8月21日)上午9:30至10:30,市场星报健康热线0551-62623752,将邀请安徽省肿瘤医院腹部肿瘤外科主任赵旭辉为大家提供健康咨询服务。

赵旭辉,主任医师,教授。从事普外科、肿

瘤外科工作三十四余年,对甲状腺、乳腺、肝胆、胰、胃肠等肿瘤的诊疗具有非常丰富的临床经验,擅长各种肿瘤外科手术为主的规范化综合治疗,特别以早期乳癌诊治、高龄、复杂和晚期胃肠、胆胰肿瘤的诊治、腹腔镜微创手术治疗为特长。

崔媛媛 胡田田 记者 李皖婷