

岛城58岁男子突发单侧肢体无力 原来是颈动脉斑块在作怪

舟山医院神经内科主任医师王斌达：颈动脉斑块是动脉粥样硬化的表现，要警惕不稳定斑块

□记者 姚舜好 文/摄

不少市民体检发现自己有颈动脉斑块，这种斑块究竟是什么东西？得了颈动脉斑块是否意味着一定会脑梗死？

舟山医院神经内科副主任、主任医师王斌达表示，颈动脉斑块实际上是人体动脉血管粥样硬化的表现。据统计，我国居民40岁以上人群，颈动脉斑块的检出率在40%左右，60岁以上检出率近90%，“颈动脉斑块虽与缺血性卒中，也就是俗称的脑梗死之间有着密切的联系，但检出颈动脉斑块并不意味着一定会脑梗死，市民不用太过害怕，但若发现斑块属于不稳定斑块，则要提高警惕。”



在血管内膜沉积的“定时炸弹”

颈动脉斑块，这个听起来有些陌生的医学名词，却是现代人血管健康的“隐形杀手”。它并非一朝一夕形成，而是随着年龄增长、不良生活习惯的累积，在血管内膜悄然沉积的“定时炸弹”。

如果大家用手摸脖子的两侧，能明显感受到血管在跳动，这就是颈动脉。相较于其他动脉，颈动脉更窄，而且在靠近颈部部位还有一个“Y”型的交叉。人体全身的血液都会流经颈动脉，特别是在“Y”型交叉处会产生更大的压力。

为什么人上了年纪就容易检出颈动脉斑块？王斌达表示，这其实是人体动脉老龄化的自然过程，“当动脉内膜因各种原因被损害后，血液中的低密度脂蛋白就容易在动脉内膜沉积，然后被吞噬细胞识别，形成泡沫细胞，逐渐导致血管内中膜就增厚，当这个增厚达到一定程度，我们就把它叫做颈动脉斑块。”

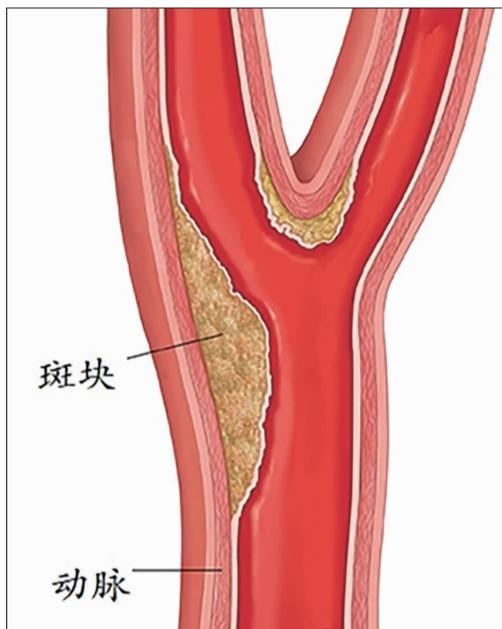
颈动脉其实是反映全身动脉血管健康状况的“窗口”。颈动脉的粥样硬化的程度与冠状动脉、脑血管相通，也就是说颈动脉狭窄和斑块明显的患者，往往也存在冠状动脉和脑血管动脉硬化的表现。

王斌达表示，“相较其他部位，颈动脉超声检查简单实惠，因而我们现在已经将颈动脉超声检查纳入了职工、居民体检的常规项目，并通过义诊等活动让颈动脉筛查进入社区。”

警惕不稳定的颈动脉斑块

颈动脉斑块虽与脑梗死存在密切联系，但检出颈动脉斑块并不意味着一定会发生脑梗死。“通常情况下，我们把斑块分为稳定斑块和不稳定斑块，其中高回声的钙化斑块相对稳定性更好，更不容易脱落或破裂出血，而低回声的斑块里面的脂质成分通常较高，更容易发生破裂出血，同时也存在信号高低混杂的情况，我们称之为混合性的斑块。”不过王斌达也表示，这种判断并非绝对，斑块是否稳定还其他因素相关。

目前，舟山医院超声科在检出颈动脉斑块



时都会标注是否高危，方便提醒患者引起重视，也提醒医生这个斑块在可能会出现变化，有导致脑卒中或心梗的风险。

因而相较斑块的大小，斑块是否稳定是更需要关注的指标。“斑块脂质成分的体积比占到40%以上，这就属于不稳定斑块。另外如果斑块表面的纤维帽特别薄，或者形态不规则、表面有溃疡，也提示这可能是一个不稳定的斑块。这种不稳定的小斑块远比非常大但稳定的斑块要来得危险。”王斌达说。

治疗颈动脉斑块的关键是控制血脂，通过积极改善生活习惯和合理应用降脂药物，可以有效减缓、缩小颈动脉的内、中膜增厚，减少斑块中脂质成分的比例，促进不稳定斑块转变成稳定斑块，从而减少脑梗死的发生概率。

“最常见的治疗颈动脉斑块的药物是降压药、他汀类的降脂药和抗血小板药如阿司匹林，具体是否需要用药、用几种药则需要根据个体情况具体判断。”王斌达介绍，如果颈动脉斑块导致颈动脉狭窄的程度在中度（50%）以上，则可能有手术指征，可以采用颈动脉支架或颈内动脉内膜剥脱术来预防脑卒中。

这些异常可能是颈动脉斑块作祟

除了超声体检，还有哪些症状可能提示存在颈动脉斑块？王斌达表示，其实90%以上的动脉斑块患者都不会出现症状，“当然有一些非特异性症状可能与颈动脉斑块引起的颈动脉狭窄有关或者说脑动脉硬化等相关，如头晕、脑鸣、耳鸣、认知水平和记忆力下降等。”

但如果颈动脉狭窄的程度加重或者斑块不稳定，就可能发作TIA（短暂性脑缺血）、脑梗死等特异性症状，比如视物不清、口角歪斜、肢体无力、言语不清等，一旦出现这类症状，哪怕症状很快消失也要立刻去医院就诊。

58岁的市民徐先生（化名）近期突发单侧肢体无力，但随后症状很快消失。幸好徐先生平日对自己身体异常十分关注，心存疑虑的他立刻前往舟山医院急诊科就诊，医生给他做了颈动脉CT后发现存在颈动脉斑块重度狭窄，如不进行手术，很有可能发生脑梗死。

“交流的过程中，他又反复出现了单侧肢体无力随后恢复的状况，这就是典型的TIA症状。类似的还有突发单眼失明、认知障碍、记忆混乱、失语等。出现TIA症状，如果不及时干预，演变为脑卒中的概率超过30%。”王斌达说。最后医生通过研判给徐先生做了支架手术，恢复良好。

改善生活方式，让斑块“慢点来”

颈动脉斑块的形成是一个漫长的过程，因此预防比治疗更为关键。王斌达建议，40岁以上人群应每年进行一次颈动脉超声检查。

除了与年龄相关，颈动脉斑块的形成也与遗传因素和不良生活习惯相关。“比如你的家族直系亲属有心脑血管疾病，那么你就可能属于高危人群，需要更加注意保持一个良好的生活习惯，定期检查。”王斌达说，除了引起动脉粥样硬化的三大“元凶”——高血脂、高血压、高血糖，另外吸烟、酗酒、缺乏锻炼和不良情绪也会提高患颈动脉斑块的风险，“颈动脉斑块虽然不容易逆转，但可以通过降脂治疗让它趋于稳定。建议大家日常要控制体重，养成良好的生活习惯，让颈动脉斑块慢点来、稳点走。”