

血压远超正常范围,小伙却拒绝住院坚持离开……

“不重视高血压,这是拿命在赌啊!”

医生:“健康意识薄弱+用药误区”导致严重后果

对于体检中查出的高血压,有人高度重视,有人却视而不见。37岁的潘先生(化姓)就属于后者。忽视高血压10年,他的心、脑、血管“伤痕累累”,近期还因为高血压引发了脑梗,在鬼门关走了一遭。

“我现在没事了,不用住院”

10年前,潘先生在一次体检中被查出高血压,当时测最高血压160/100mmHg,但是他却把这异常指标放在心上。“我还这么年轻,扛一扛就过去了。毕竟‘是药三分毒’,再说,没头晕头疼怎么能算高血压。”抱着这样的想法,他把医生开的降压药扔进抽屉,也未再去监测血压。

这些年来,潘先生的三餐几乎被外卖承包,高油、高盐、高脂的食物轮番下肚,血压也在不知不觉失控,但他却从未察觉。近日,潘先生突然感觉头晕目眩,双腿发软,像踩在棉花上,而且还有心慌心悸的症状。家人见状赶紧把他送到宁波市中西医结合医院(鄞州二院)急救医学中心,测出来的血压让护士倒吸一口凉气:200/101mmHg,远超正常范围。

经过紧急输液和口服药物降压,潘先生的头晕症状稍稍缓解。当医生建议他住院进一步检查时,他却摆了摆手:“我现在没事了,不用住院。”不顾医护人员的反复劝阻,他签完字就匆匆离开医院。

“真是捡回一条命!”

谁知离开医院仅一小时,潘先生再次被一阵剧烈的头晕恶心击中,呕吐不止,双脚麻木到连站起来的力气都没有,家人急忙再次将他送回医院急诊。

此时,他的血压已飙升至220/110mmHg,随时可能危及生命。

接诊医生立刻启动紧急救治方案,快速对症治疗,稳住血压防线,并帮助改善脑部循环、保护血管功能,将潘先生的血压降至安全目标。

头部磁共振检查结果出来后,神经内科的医护人员都揪紧了心:潘先生的小脑已经出现梗死

病灶,心脏检查显示他的左心室舒张功能下降,三尖瓣还有轻微反流,颈部血管超声更是发现了颈动脉斑块。这个才37岁的年轻人,心、脑、血管已被长期失控的高血压“啃噬”得伤痕累累。

经过一段时间的规范治疗,潘先生的血压逐渐恢复平稳,受损的心脑功能也得到有效改善,各项指标均达到出院标准。出院时,他感慨:“真是捡回一条命!不重视高血压,这是拿命在赌啊!”

“高血压才是最狠的‘慢性毒药’”

“患者的情况是典型的‘健康意识薄弱+用药误区’导致的严重后果。”宁波市中西医结合医院(鄞州二院)神经内科苏立静主任表示,临床上像潘先生这样的患者并不少见,“很多人一听到降压药就皱眉头,总盯着‘是药三分毒’,却忘了高血压才是最狠的‘慢性毒药’。”

他解释说,高血压被称为“无声的杀手”,早期可能没有明显症状,但血压长期超标会持续损伤心、脑、肾这些重要器官,就像慢慢腐蚀的水管,等到出现症状时往往已造成不可逆的伤害。

苏立静特别强调,“是药三分毒”这句话要辩证看,医生开具的降压药都是经过严格临床验证的,规范用药带来的获益远大于潜在风险。对于多数高血压患者来说,规律服药就像每天吃饭一样重要,能有效降低心梗、脑梗、肾衰等严重并发症的风险。

而不健康的饮食,更是给高血压“火上浇油”。“像潘先生这样长期吃高油高盐外卖,会加速血管硬化,就算年纪轻轻也可能长出颈动脉斑块,相当于在体内埋了颗‘定时炸弹’。”苏立静提醒,预防高血压及其并发症,除了遵医嘱服药、定期监测血压,还要养成低盐、低脂、低糖的饮食习惯,少吃外卖,多自己做饭,从源头守护血管健康。

据《宁波晚报》

听不到以为手机坏了

一男子险因“耳中风”失聪

一次寻常的通话,竟成为一场听力危机的预警!近日,52岁的市民周先生(化名)就经历了这样一场“耳朵里的风暴”。他在接电话时突然发现左耳听不清声音,误以为是手机故障,并未在意。直到几天后听力下降加剧,他才匆忙就医,最终被诊断为“突发性感音神经性耳聋”,俗称“耳中风”。南京仁品耳鼻喉专科医院耳科副主任、耳鸣专病门诊主任姚国志提醒,“耳中风”发病急、进展快,若不及时治疗,后果严重,季节更替时尤其要注意,出现听力异常务必及时就医。

回想起发病时的情形,周先生仍心有余悸。“上周的一天,我正在用左耳接听一个电话,突然感觉对方的声音变得遥远、模糊,像隔着一层厚厚的棉花。”周先生描述道,他下意识地以为是手机听筒出了问题,便将手机换到右耳,声音立刻变得清晰起来,“当时我还没在意,说这手机该退休了,根本没往自己耳朵出问题去想。”

在随后的两三天里,周先生的左耳不适感并未消失,反而出现了阵阵嗡嗡的耳鸣声,听力也呈现出进行性下降的趋势,这才意识到问题的严重性,在家人的催促下前往医院就诊,经检查确诊为左耳突发性耳聋。

接诊的姚国志介绍,突发性耳聋,也就是俗称的“耳中风”,是一种突然发生的原因不明的

感音神经性听力损失,通常表现为单侧听力下降,可伴有耳鸣、耳堵塞感、眩晕、恶心、呕吐等症状。“突聋属于急症,治疗效果与就诊时间密切相关,发病后72小时内是黄金治疗期,一个月内积极治疗效果也比较好,但如果拖上一两个月,部分患者可能会完全丧失听力。”姚国志强调。

由于周先生就诊时已经错过发病后72小时的最佳治疗期,时间紧迫,一场与时间赛跑的救治当天便立刻展开。

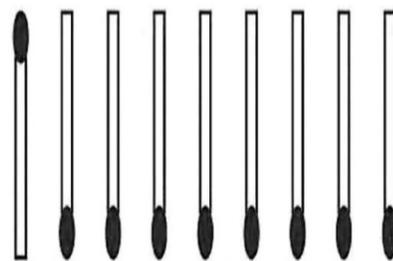
“突聋的临床治疗往往需要中西医结合。”姚国志介绍,西医通过口服用药、静脉输液、耳后或鼓室内注射药物等方式,改善内耳微循环、提高内耳供血供氧、减轻血管炎症反应;中医治疗手段则包括针灸、按摩、雷火灸、耳穴贴压、特色敷贴中药熏蒸等……在医院接受了系统的治疗后,出院时周先生左耳的听力已经基本恢复正常。

姚国志表示,近期来门诊看突聋的病人变多了,主要与早晚温差大、气温骤降导致脑血管收缩、内耳血液循环障碍有关。此外,精神压力大、过度劳累、熬夜、感冒等因素也可能诱发突聋,“近年来,突聋的发病年龄有年轻化趋势,不仅中老年人要注意,年轻人也不能掉以轻心。”

据《扬子晚报》

益智游戏

摆火柴



图中有9根火柴,排成了一行。其中第一根头朝上,其他8根头朝下。现要求每次任意调动7根火柴,只调动4次就把所有的火柴都调成头朝上。

你能做到吗?

数独

9	7		5		3			6
3			2					4
8					7	5	1	
4				2		8	3	
	5				9		4	
	8	7	3		5			1
	2	6	9					8
5					2			9
7			8		1		6	2

在空白格填入数字,使其每行、每列、每一个粗线格(3×3)内的数字为1~9,不重复。

开关与电灯

一个屋子里只有三盏电灯,而开关在隔壁房间里,并且每个开关只能控制一盏灯。你能不能只进入这两个房间各一次,就知道哪个开关控制哪盏灯?

偷吃者

佳佳的生日蛋糕被别人吃了,于是就问了四个朋友,A说:“B吃了。”B说:“D吃了。”C说:“我没吃。”D说:“B说谎!”他们其中只有一个人说了真话,你能推断出是谁偷吃了蛋糕吗?