

烟台山医院开展哮喘和肺动脉高压义诊活动,专家提醒—— 哮喘急性发作必须及时救治

YMG全媒体记者 林媛 通讯员 栾秀玲 摄影报道

为了帮助患者获得早期诊断和规范化治疗,烟台山医院呼吸与危重症医学科主任费建文领衔的专家团队6日在东院开展哮喘和肺动脉高压义诊活动,提醒市民早干预早治疗是关键。

春秋换季是哮喘高发期



5月7日是第26个世界哮喘日,主题是“加强哮喘教育”。据了解,我国20岁以上的人群哮喘发病率为4.2%,大约4750万人。全球每年因哮喘死亡的人数超过45万。

哮喘到底是一种什么样的疾病?

费建文说,哮喘很可怕,严重时可能窒息死亡。其实,绝大多数哮喘患者急性发作甚至死亡是可以预防和治疗的。

去年,一位有十几年哮喘病史的患者在高铁上突然哮喘急性发作,出现胸闷、呼吸困难。下高铁后,她一上出租车,说了一句“去烟台山医院”,随即昏迷不醒。出租车司机用最快的速度将她送到了烟台山医院东院急诊科。医护人员立即给予急救处理:气管插管辅助机械通气、应用相关药物。患者成功脱险。

“这位患者幸亏在昏迷前告诉出租车司机去医院,不然后果无法想象。哮喘发作时,像是被掐住了脖子无法呼吸。这其实是一种气道痉挛,是广泛的支气管急性收缩,空气进不到肺里。如果没有得到及时救治,患者在很短时间内会因为过度缺氧而导致死亡。”费建文说。

哮喘会出现什么症状?费

建文说,最常见的是反复发作的喘息、气急、胸闷或咳嗽等症状,发作前的先兆症状与感冒类似,如打喷嚏、鼻塞、流鼻涕、咽部发痒、咳嗽、眼痒等。随着病程的进展,急性发作时,患者会感到明显的呼吸困难,能听到喘鸣音,严重时说话都费力。诱发因素与接触过敏原、冷空气、异味、螨虫、猫毛狗毛、花粉、感染、情绪激动或精神刺激等有关。

典型哮喘还有一个特点:常常在夜间突然发作,呼吸困难喘不上气,白天则不明显。

“春秋换季是哮喘高发期,如果出现以上症状,必须到医院呼吸与危重症医学科或者哮喘门诊进行专业诊断和指导。”费建文说。

“蓝嘴唇”是肺动脉高压后期症状

5月5日是第13个世界肺动脉高压日。很多人对肺动脉高压不太了解。

肺动脉高压指肺循环压力过高。由于目前没有简易的仪器可直接在体外测量肺动脉压力,许多患者被延误诊断和治疗。

今年年初,费建文曾接诊过一位反复咳嗽、咳痰、胸闷的患者。在检查中,费建文发现患者的肺动脉明显增粗。经了解,患者已去过多家医院就诊,被以肺炎或者心律失常治疗。

费建文没有放过肺动脉明显增粗这个异常现象,给予患者右心漂浮导管、肺动脉造影和心脏核磁等检查,发现患者系肺动脉高压。

“肺动脉高压早期症状没有特异性,早期诊断比较困难。最常见的症状是活动后气促、胸闷,病情逐渐加重会出现呼吸困难,严重的出现右心衰竭、下肢水肿、腹胀、纳差等症状。疾病发展到后期,患者因严重缺氧嘴唇发紫发蓝,被称为‘蓝嘴唇’。”费建文说。

未经治疗的肺动脉高压患者5年生存率仅有20%左右,就是说80%的患者“活不过5年”。因此,肺动脉高压被称为“心血管的癌症”。如果能够提高对这种疾病的认识,做到早期发现和干预,肺动脉高压也可以像高血压一样得到很好的控制,患者的生存率将大大提高。

另外,在我国,年轻人在肺动脉高压患者中占了一定比例,因为没有得到早期的诊断和规范化治疗,预后不好。“希

望全社会都关注肺动脉高压,有症状应及时到医院呼吸与危重症医学科或者肺动脉高压门诊进行专业诊断和治疗。”费建文说。



痛风急性发作期不要急于降尿酸

专家建议,预防痛风要避免摄入过多高嘌呤含量的食物,适当运动排出尿酸,定期检测尿酸值。

痛风发作的诱因之一是长期的高尿酸血症,它也是高血压、高血糖、高血脂之外,又一常见的慢性代谢性疾病。据《2021中国高尿酸及痛风趋势白皮书》显示,我国痛风总体发病率为1.1%,患病人数达1466万,近年来呈现明显上升和年轻化趋势。

沈阳医学院附属第二医院内分泌科主任时艺珊说,不同日两次测出男性尿酸值高于420 $\mu\text{mol/L}$,女性高于360 $\mu\text{mol/L}$,

即高尿酸血症。

时艺珊说,尿酸是体内嘌呤代谢的产物。摄入过多高嘌呤含量的肉类、汤类、海鲜,含糖量高的精细主食、高甜度水果,都可能导致尿酸升高。此外,肾炎、肾结石等肾相关疾病会使尿酸的肠、肾排泄发生障碍,可能引起高尿酸血症。

“我们会建议高尿酸人群多吃新鲜蔬菜、粗粮、豆类食品,避免红肉、动物内脏、甲壳类食物的过多摄入。”时艺珊说,高尿酸人群应限制饮酒,因为酒精在发酵过程中产生大量嘌呤,增加痛风发病风险。

专家建议,多饮水、适量运动排出尿酸有助于更好控制尿酸水平。控制尿酸较为普遍的方法是饮食治疗,必要时可用

药物治疗。

沈阳医学院附属中心医院风湿免疫科主任杨旭玲说:“当患者尿酸值高于480 $\mu\text{mol/L}$ 且有心血管发病风险,建议使用药物控制。当患者尿酸值高于540 $\mu\text{mol/L}$,即使没有症状,也建议用药控制。一旦出现‘痛风石’等症,建议尿酸值最好要降至360 $\mu\text{mol/L}$ 以下。”

杨旭玲说,在痛风急性发作期不要急于降尿酸,要以抗炎、止痛为主,因为尿酸值短时间波动过大,可能会加重痛风症状。

多项临床研究发现,高尿酸血症常伴生肥胖、血脂紊乱及冠心病、高血压等心血管疾病,专家建议上述人群定期检测尿酸值,预防高尿酸血症。

据新华社

梳头方式不对 增加脱发风险

你知道吗?梳头的方式不对,可能会增加脱发的风险。这种引起的脱发叫做“牵引性脱发”。

梳头最关键的前提是要轻柔。如果用力梳理,即使每天只梳一次,也会导致头发断裂并受损。梳头也有技巧。如果是干发,最好从发中开始,向下梳到发梢,接着从开始梳的地方移动一些,继续向下梳,直到梳掉该部分所有打结的头发。如果是湿发,就需要更加小心了。很多人习惯从发尾吹头发,还有人喜欢用干毛巾把头发拧干,实际上这都会对头发造成损伤。洗过头发后,最好用毛巾包住,采取按压、拍打的方式吸干水分,再用上面说的方式轻柔梳头。

本报综合

工伤保险基金 支付范围包括哪些?

咨询:个体工商户给员工缴纳各项社保的费率分别是多少?

答复:个体工商户给员工缴纳社会保险费需缴纳基本养老保险、失业保险、工伤保险。缴费比例为:基本养老保险24%(单位16%,个人8%)、失业保险1%(单位0.7%,个人0.3%)、工伤保险按照行业实行差别费率(现行费率:一类0.24%、二类0.48%、三类0.84%、四类1.08%、五类1.32%、六类1.56%、七类1.92%、八类2.28%,由单位缴纳)。

咨询:我之前在南京工作,在那那的养老保险。请问,企业参保职工如何将养老保险关系从外省转入烟台?

答复:户口所在地为烟台,且未达到退休年龄的参保人员没有年龄限制,您在烟台正常参保后即可办理转移手续。如户口不在烟台本地,通过企业缴纳保险后,除经县级以上党委组织部门、人力资源和社会保障行政部门批准调动外,男的年龄不允许超过50周岁,女的年龄不允许超过40周岁,若超龄的必须在烟台缴纳养老保险满10年方可办理转移。

咨询:工伤保险基金的支付范围包括哪些?

答复:工伤保险基金用于下列支出:治疗工伤的医疗费用和康复费用;经确认安装配置伤残辅助器具所需费用;住院伙食补助费;经批准到统筹地区以外就医、配置辅助器具的交通食宿费;生活不能自理的、经劳动能力鉴定委员会确认的生活护理费;一次性伤残补助金和一至四级伤残职工按月领取的伤残津贴;终止或者解除劳动合同时,应当享受的一次性医疗补助金;因工死亡的,其遗属领取的丧葬补助金、供养亲属抚恤金和因工死亡补助金;劳动能力鉴定费;工伤预防的宣传、培训等费用;法律、法规规定的用于工伤保险的其他费用。

张孙小媛 曲情倩

