

## 省内领先!泉州市卒中急救地图发布

# 18家医院“组团”搭建区域“黄金时间救治”网络体系

今日下午,为加强泉州市急性期脑血管病救治能力,规范卒中诊疗流程,泉州市卒中中心率先在全省发布卒中急救地图,并联合18家医院和首批9家基层卒中门诊等一同搭建起区域协同救治网络体系。

福建省卫健委医政处三级调研员易必欣,国家卫健委脑防委卒中中心建设指导委员会副主任、福建省卒中防治专家组组长、福建医科大学附属第一医院院长康德智,泉州市卫健委副主任苏培聪,泉州市第一医院院长苏智军等领导分别致辞,各县(市、区)卫健局分管领导,全市配备CT的医院院长、市急救指挥中心领导等参加了此次发布仪式。

脑卒中具有发病率高、致死率高、致残率高和复发率高的特点,是危害群众健康的主要疾病之一,加强卒中中心建设,实施脑卒中综合防控策略和措施,对于推动健康泉州建设具有重要意义。

目前,全市区域已有10家卒中中心,其中,高级卒中中心有泉州市第一医院、福建医科大学附属第二医院2家;示范防治卒中中心有安溪县医院1家;防治卒中中心有石狮市医院、晋江市医院、南安市医院、惠安县医院、永春县医院、晋江市安海医院、安溪县中医院7



“泉州市卒中地图医院名单”授牌合照

家。发生急性卒中时,每分钟有190万个神经细胞死亡,时间就是大脑。脑卒中救治的最佳时间是在发病4.5小时内,在1小时内完成溶栓再通治疗,可以大大降低病死率和残疾率。卒中急救地图是集预防、治疗、康复于一体的卒中救治体系,包括对公众卒中防治知识的普及、院前急救、院内绿色通道等一站式卒中急救网络。群众可以通过地图了解本地区“1小时黄金救治圈”内有急性脑卒中救治能力的医院,并及时与医院和120沟通,将患者转运到有救治条件且有资质的医院。脑卒中地图的建立,就是对疑似脑卒中患者第一时间进行院前干预和院内检查与救治,为病人院前急救提供精准导航,最大限度地赢得抢救时间。

2020年底,泉州市卫健委依托泉州市第一医院卒中中心作为管理单位,首批18家医院纳入泉州市卒中地图。眼下,已经基本

建立区域急性卒中协同救治网络,逐步形成“院前急救、院内治疗、院外康复、基层健康管理”全程服务体系,着力形成双向转诊、上下联动、防治结合、中西医并重的脑卒中分级诊疗模式。

苏智军表示,泉州市第一医院卒中中心作为福建省首批高级卒中中心单位,专业团队技术力量雄厚,手术量逐年增加,2020年脑血管病介入手术量达1192台。眼下,泉州市第一医院通过设立脑卒中急诊窗口,建立脑卒中急

症患者诊疗“绿色通道”;组成卒中急性期溶栓、血管内治疗及外科手术专业组,设置卒中单元等;辐射带动各级卒中防治中心和基层医疗卫生机构共同组成卒中中心区域救治网络,专人分片指导基层医疗单位建设卒中中心、卒中门诊,定期到基层巡诊、授课,指导规范基层医疗机构诊疗、用药和健康管理;重视脑血管病的防治和筛查工作,利用各种媒体工具、组织参加义诊等宣传脑血管病防治知识,建立卒中筛查门诊筛查脑血管病高危人群等举措,规范卒中中心建设,健全完善全市脑卒中救治体系。眼下,泉州市卒中急救地图已经通过中国卒中急救地图管理委员会审核接入“中国卒中急救地图”,下一步,当地将逐步完善泉州脑卒中区域协同救治网络体系,降低病死率和致残率。

对话泉州市第一医院神经内科主任 李国前 主任医师

卒中急救地图建立,基层百姓如何获益?

李国前:脑卒中地图的建立,就是对疑似脑卒中患者第一时间进行院前干预和院内检查与救治,为病人院前急救提供精准导航,最大限度地赢得抢救时间。同时,可以让老百姓明

确了解距离自己最近的、能够开展静脉溶栓治疗和取栓的医院,一旦发生脑卒中,第一时间迅速拨打120,快速转运至有条件诊治的医院,做到科学施救,有效地降低病残死亡率。

(张鸿鹏 苏维德 万馨璟)

□本报记者 刘伟芳

据报道,中国成人慢性肾脏病患病率高达10.8%,也就意味着,每10个成人中就有1人患不同程度的慢性肾脏病,是继肿瘤、心血管、糖尿病之后患病率排第四位的疾病,而慢性肾脏病的知晓率仅为12.5%,如诊治不当或不及,常常导致尿毒症,被人们称为“沉默的杀手”。

而肾病的高发,与人们生活方式息息相关,福建中医药大学附属第三人民医院肾内科魏丽芳副主任医师提醒,日常中六大生活习惯最伤肾——

## 烤肉奶茶=欢乐 熬夜憋尿=开心? 这些常见事 伤害你的肾

### 01 滥用药

俗话说“是药三分毒”,很多药物的代谢产物都要通过肾脏排泄到体外。长期使用肾毒性药物容易导致药物的慢性蓄积,使肾脏发生不可逆的损害。

最常见的有解热镇痛药(阿司匹林、去痛片、扑热息痛)、抗生素(庆大霉素、丁胺卡那、利福平)、含有马兜铃酸成分的中草药(关木通、广防己、青木香等)等,可能会引起急性肾损伤。

魏丽芳就曾接诊过长期头痛,自行服镇痛药,结果导致急性肾衰的案例。因此药物应尽量在医生指导下使用,严禁乱吃药,更要减少所谓“保健品”的使用。

### 02 胡吃海喝

外卖、烧烤、火锅、大块吃肉大碗喝酒的日子,是不是特别幸福?然而,这些喜好让我们过足了“口瘾”的同时,也产生了不少的尿酸等代谢产物,加重肾脏排泄负担,不知不觉间伤害了肾脏。

而且过剩的营养会导致肥胖,糖尿病、高血压、高尿酸等容易找上门。

调整饮食结构,避免暴饮暴食、胡吃海喝。控制好体重,有利于帮助预防糖尿病、心脏病和其他与慢性肾脏病相关的疾病。

### 03 经常憋尿

现在人工作繁忙,冗长的会议、长途开车、个人的懒惰都导致憋尿。

但长期的憋尿习惯会导致尿在膀胱里存留太久而繁殖大量细菌,甚至可能经输尿管上行感染肾脏,如果反复感染加上治疗不当,可能形成慢性炎症,造成往后频繁发病、难以治愈。

因此建议要注意勤排尿,携带走尿液中的废物和毒素,多喝水,稀释尿液,不给尿液滋生细菌提供机会。临床上常见的肾结石、肾积水等都与长时间不喝水密切相关。

### 04 口味太重

现在人吃的口味越来越重,重盐、重辣。殊不知,身体中每天95%的盐分是通过肾脏代谢,口味重、吃得咸,会使血压升高、肾脏负担加重,肾脏血液不能维持正常流量,从而诱发肾病。

根据《中国居民膳食指南》,正常人群每天摄入的盐量不超过6克。

### 05 把饮料当水喝

很多年轻人喜爱喝饮料而不爱喝水,甚至把饮料当成水来喝。但这是非常伤肾的。

为了保证良好的口感,大部分饮料中含有大量的糖分,多项研究表明,果糖具有潜在诱发尿酸分泌的作用,增加肾脏负担。

此外,饮料中的糖、磷酸盐、咖啡因等成分都会促进钙排出,一旦尿液中的钙含量过多,就会形成结石,伤害肾脏。此外,运动饮料中含有额外的电解质与盐分,有慢性肾病的人,则需小心这类饮料。

### 06 劳累熬夜

最新研究表明,如果长时间缺乏连续性睡眠,会影响肾脏的休息,会影响肾脏的正常运转,导致毒素排出不畅继而损伤肾脏,特别是女性。劳动强度较大的人群容易身体疲劳,脑力劳动者长期精神紧张、久坐不动等,时间久了,肾脏的功能就会减退。

### 07 过度运动

适宜运动有利身体健康,但运动过度可能导致横纹肌细胞被破坏,之后细胞内的蛋白质、肌红蛋白等释放到血液中,然后出现在尿中,导致急性肾功能衰竭、代谢紊乱等。

### 如何揪出早期慢性肾病?

魏丽芳提醒,慢性肾病起病隐匿,早期没有特殊的临床表现,病情进展缓慢,容易被忽视。若出现眼睑浮肿、颜面苍白、精神不振、疲劳、乏力、排尿异常、尿液中有泡沫、尿液颜色加深等现象,应尽快行尿常规、肾功能、血糖、肾脏B超、测血压等检查,尽早发现肾脏病的一些蛛丝马迹。