

厦门大学附属中山医院

福建医科大学附属福清市医院

# 天气凉 户外锻炼提防心跳骤停

□本报记者 廖小勇  
通讯员 张舒姗

天气转凉,户外锻炼更需注意。

近日,厦门市民、38岁的彭先生(化名)到白鹭洲公园跑步,突然倒地、人事不省。急救人员到场时发现彭先生已无自主呼吸、心跳,马上进行心肺复苏,在持续按压下急送入厦门大学附属中山医院急诊部抢救。

考虑到患者入院前有持续的胸外按压,存在瞳孔反射,脑功能恢复的概率高,立刻呼叫厦大附属中山医院急诊部 ECMO 团队,在抢救室快速上机。



“救命神器”ECMO 曾多次成功救治呼吸心跳骤停患者。顺利上机后,医务人员期待再创生命奇迹。

经过数个日夜的守护,患者心功能逐步改善,在入院后第5天,患者呼吸、循环趋于稳定,ECMO 顺利撤机,并在入院第10天终于完全清醒。

经对症治疗后,彭先生日前顺利出院。彭先生清醒后也表示,其实3个月前在慢跑过程中就晕倒过,但却没有重视。

提醒>>>

近期,医院急诊部已接诊到三例在运动时突发心跳骤停,且平时身体状况基本良好的青壮年患者。

厦门大学附属中山医院急诊部副主任修亦斌说,因不良的生活饮食习惯等因素,心脑血管疾病越来越年轻化,并且可能平时不易察觉,一般体检也无法发现问题。尤其是近期天气转凉,心血管疾病发病风险显著增加,要注意运动强度以及保持良好的生活习惯,平时出现胸闷胸痛症状的市民不能盲目锻炼,应及时找专科医生诊治,在运动过程中出现不适,特别是胸闷、胸痛、呼吸困难、晕厥,一定要引起注意,立即中止活动,及时寻求帮助,尽快就医,一旦出现心跳呼吸骤停,目击者应立即予心肺复苏,呼叫120,有条件尽快使用AED除颤。

## 大骨节病,不可忽视的地方病

□本报记者 张帅 通讯员 林星

老家在东北的老王,来福建省福清工作已经多年。

老王从小开始关节疼痛,但症状比较轻微,表现为酸痛。晨起感觉握拳僵硬,握拳不紧。手的第二、三手指弯曲。少年时关节增粗,成为同学们的笑料。

青年时,在东北老家的多家医院就诊,当地医生怀疑他得的是类风湿关节炎、痛风性关节炎、骨关节炎等病,一直治疗仍然无效。

10年前,老王辗转来到福清,在一家老人院从事老年护理工作。然而在这十年间,老王的关节肿痛问题没有得到解决,反而加剧并扩散全身。老王被折腾得疲惫不堪,来到福建医科大学附属福清市医院就诊。

风湿免疫科陈莺医师接诊后,排除了类风湿关节炎、痛风性关节炎等常见关节炎,又结合老王祖籍在东北,在东北生活多年,确诊他所患的是东北等地的地方病——大骨节病。医生为他施行矫形外科手术,术后恢复良好。

链接>>>

### 不可忽视的地方病

陈莺医生介绍,大骨节病具有严格的地方性,仅见于中国、俄罗斯和朝鲜北部少数地区。

此病主要发生在农村,有病人几百万。

以下几种表现值得重视:

1.关节疼痛往往为多发性、对称性,先出现于活动量大的指关节和负重大的踝关节。

2.指末节弯曲,指向掌心方向弯曲长大于15度。这是本病出现最早的体征,对早期诊断有一定意义。该病在病情发展后,患者会出现疼痛和活动障碍,稍事活动症状减轻。

此外,指间关节增粗,关节明显变大;关节活动障碍逐渐变得僵硬,不仅指尖不能接触掌横纹,肘关节伸屈也受限,呈屈曲挛缩。

陈莺提醒,本病的病因与发病机制尚无定论,诊断本病需要详细询问病人的祖籍地、居住地。

漳州市第三医院

## 腹部小包块 半年长成“哈密瓜”

□本报记者 廖小勇  
通讯员 陈建宝

半年前,68岁的吴大爷无意间发现左腹部有包块,刚开始只有“拳头”大小,吴大爷认为自己的身体一直很健康,而且包块不痛不痒的,就没有重视。

近日,他发现腹腔肿物逐渐增大,平卧会出现腹胀、胸闷加剧的症状。为求进一步治疗,吴大爷怀着忐忑的心情

前往漳州市第三医院。

普外二科邹耀祥主任为他安排相关检查。

结果显示吴大爷的肿瘤大小约为20cm×15cm,占据了整个腹腔的五分之三,且与腹腔内各个重要器官和大血管“难分难舍”,相互挤压。

手术切除是最好的办法,也是考验手术团队的临床经验与技术。

经过多学科会诊和充分的术前准备后,邹耀祥主任按照手术计划为患者行“腹膜后巨大脂肪肉瘤切除术”,经过两个多小时的紧张施术,巨大肿瘤被完整切除。

肿瘤大小约6斤重,等于一个哈密瓜的重量,吴大爷终于卸下重担。

近日顺利出院后,他不用顶着一个“哈密瓜”走路了。

福建省级机关医院

## 晚饭后二两白酒 受惊吓瘫软中风

□本报记者 张帅

62岁老吴,晚餐时喜喝上二两白酒,饭后像往常一样出门散步。然而,突然受惊吓后出现头痛,随后讲话不利索,右侧手脚无力,进而瘫软在地。

幸得邻居及时发现通知其家属,回家后老吴病情迅速加重。家人将他紧急送到离家较近的福建省级机关医院神经内科,林细康主任医师追问病史后得知,老吴患高血压已十多年,但他对此根本不重视,平时吃药不及时,时断时续,也没有

监测血压和定期随访。

林细康在检查时发现,老吴的血压达200/100mmHg,神志朦胧、讲话含糊不清、对答困难,加之口角歪斜、右侧手脚瘫痪,又经头部CT等检查,他诊断老吴系高血压引起的脑出血。

林细康介绍,通常所说的脑出血是指非外伤性的脑实质内出血,也称脑溢血,是最危急的脑中风之一。

近年来,中青年脑出血有逐渐增高之势,脑出血患者冬季发病率最高。

提醒>>>

### 脑溢血发病前有什么先兆?

冬季是脑出血的高发季节,很多患者在发病前1至2天或前几小时,都有一些早期信号,医学上称为“中风先兆”:

- 1.血压突然明显升高。
- 2.近期反复流鼻血。
- 3.出现头晕头痛。
- 4.言语障碍,出现言语含糊不清或失语。

- 4.一侧身体麻木。
- 5.口角歪斜、流口水、一侧肢体无力。
- 6.突然意识障碍,出现精神萎靡不振、嗜睡、频繁打哈欠等。

### 冬季如何预防脑出血?

40岁以上尤其是有高血压的人应注意预防脑出血,主要从以下几方面加以预防:

**稳血压** 很多人长期高血压并没有感觉不适,但血压突然升高或者降低,都会导致脑中风,有高血压病史者一定要坚持每日定时监测血压,及时调整药物。

**注意天气变化** 中老年人对天气适应能力减弱,过冷过热都可能诱发脑中风。一定要随时注意天气冷暖情况,随时增减衣服。特别是遇到寒潮时要注意及时添加衣服。

**保持平和的心态** 情绪激动时,会直接导致血压飙升。

**合理饮食** 食以清淡为宜,保持大便通畅。

**适度运动** 清晨是脑出血、脑梗死等中风的高危时刻,应该特别注意防范,切忌在寒冷的清晨外出锻炼。