



全国高血压日

常吃油炸烧烤 10岁娃血压飙升

□本报记者 陈坤

通讯员 杨敏娜

“怎么可能? 这么小的孩子也会得高血压?”拿到检查结果时,小明妈妈的声音里满是难以置信。

10岁的小明喜欢吃油炸、烧烤食品,隔几天就要吃一顿。近日,他被查出血压高达130/85mmHg,被诊断为原发性高血压,家里人都吓了一跳。

10月8日是全国高血压日,今年主题聚焦“全民血压管理”。福建医科大学附属协和医院儿科副主任医师、儿童医学中心心血管团队成员陈慧提醒,不少家长仍认为高血压是“成人病”,忽视了儿童也可能被“盯上”。

“孩子平时胃口好,特别爱吃油炸、烧烤食品,隔几天就吵着要吃,饮料、零食也没断过。”家里人



陈慧医生在查房中

回忆起小明的饮食习惯,医生一听便指出,这些很可能就是诱发他高血压的重要因素。

“别以为高血压是‘成人专属病’,现在来看病的孩子可不少。”陈慧告诉记者,医院每月接诊的高血压患儿都超过70人,最小的患者才4岁,是因肾动脉狭窄引发的继发性高血压。而多数就诊的孩子集中在学龄期和青春期,且大多伴有肥胖问题,以原发性高血压为主。

更值得警惕的是,儿童高血

压就像个“沉默的小偷”——大多数孩子不会出现明显症状,往往是在体检或偶然测血压时才被“抓包”。可一旦放任不管,它会在不知不觉中损害孩子的心脏、肾脏、眼底等靶器官,影响长远健康。

确诊儿童高血压后,应优先进行生活方式干预:

减盐行动:避免高盐零食,减少烹饪盐用量;

健康饮食:增加水果、蔬菜、全谷物及低脂乳制品;

拒绝含糖饮料,减少高热量甜食摄入;

规律运动:鼓励每日适量运动,减少久坐和过度使用屏幕时间;

保证充足睡眠,减轻学习压力;

培养兴趣爱好、加强户外活动,有助于血压稳定。

浑身酸痛 常常噩梦 查出罕见神经梅毒

□本报记者 张鸿鹏

通讯员 杨舒淇 张华堂

浑身酸痛,夜里翻来覆去睡不着,还经常做噩梦。可在医院抽血、拍片,检查结果却始终显示“没问题”。前不久,家住泉州、今年60多岁的董老伯,就遭遇了这样蹊跷的情况。

起初,董老伯以为是劳累所致,没太在意,结果症状越来越重。最后他前往泉州市第一医院感染病科就诊,才发现元凶并非简单的疲劳或老年病,而是两种需高度重视的感染性疾病——神经梅毒和HIV。

该病例近期已被国际期刊《Case Reports in Infectious Diseases》报道,引发医疗界关注。泉州市第一医院感染科副主任余雪平博士提醒,神经梅毒症状隐秘多变,极易误诊,高危人群应及时筛查。

泉州六旬老伯查出罕见慢性疾病——神经梅毒

患者董老伯因“全身肌肉酸痛难忍、夜间无法入睡,还频繁做异常生动的梦”,专程前往医院求助。

“这些症状已经持续十多天了,休息也没法缓解。”董老伯说,症状严重影响了他的生活质量。初步检查中,一项常规筛查显示他的HIV抗体呈阳性,他随即被转至泉州市第一医院接受深入诊治。

接诊的余雪平了解到,董老伯有多年糖尿病史,但血糖控制情况良好。起初,余雪平博士考虑过糖尿病并发症、药物副作用,甚至单纯的心理因素,可针对这些方向的对症治疗,均未起到明显效果。

进一步检查后,余雪平发现董老伯的梅毒血清学检测呈阳性,提示存在梅毒感染。更关键的是,医生为他进行腰椎穿刺采集脑脊液(CSF)检查后,真正的“幕后黑手”终于浮出水面:梅毒螺旋体已侵犯他的中枢神经系统。同时,董老伯的CD4免疫细胞计数偏低,也确认了HIV感染的情况。

据了解,神经梅毒是梅毒发展的一个阶段,属于罕见慢性疾病,当梅毒螺旋体穿过血脑屏障进入大脑和脊髓时便会发生。它可能在感染梅毒后的任何时间出现,甚至可能在早期无明显症状的多年后才发作。

诊断明确后,余雪平立即为董老伯采用大剂量青霉素进行驱梅治疗。持续治疗约三周后,他的脑脊液指标趋于正常,不适症状基本消失。

神经梅毒属罕见慢性病 易被误诊

神经梅毒有“伟大的模仿者”之称,其症状千变万化,缺乏特异性。它可能表现为记忆力下降、

精神行为异常、头痛、头晕、中风、听力视力下降、肢体麻木疼痛,也可能像董老伯这样,出现睡眠障碍和全身肌肉酸痛。这些症状很容易被误认为是疲劳、焦虑、颈椎病或其他神经系统疾病。

HIV感染与神经梅毒之间有何关联? 余雪平解释,HIV感染会削弱人体免疫系统,可能加速梅毒的发展进程,增加神经梅毒的发病风险,还会让神经梅毒的临床表现更不典型、诊断更复杂、病情更严重。董老伯正是在筛查HIV时,才发现了神经梅毒的线索。

针对神经梅毒的预防,余雪平给出四点建议:

安全性行为:正确使用安全套,是预防梅毒、HIV等性传播感染最有效的方法。

高危人群主动筛查:有多性伴、不安全性行为史的人群,应定期进行HIV和梅毒血清学检测——即便没有任何症状,也可能处于潜伏感染期。

及时就医、详细告知病史:若出现不明原因的神经系统症状(如头痛、肌痛、麻木、精神变化、睡眠障碍等),且自身存在相关风险因素,务必如实告知医生,这将为医生提供重要的诊断方向。

规范治疗:一旦确诊梅毒,需严格遵循医嘱完成全程足量治疗,并定期复查,避免病情进展为神经梅毒等严重后果。

□本报记者 朱晓洁

“以为年轻扛得住,没想到血压飙到这么高。”近日,闽侯县40岁的林女士因反复头晕入院,血压最高达230/104mmHg,远超正常标准,这一危险信号却被她忽视了整整一年。

忽视预警信号 血压飙升至危急值

据了解,林女士长期久坐办公,常熬夜写材料,还偏爱高盐饮食。一年前,她开始频繁出现头晕症状,“当时以为是加班累的,休息会儿就缓解了,没当回事”。林女士回忆,后来偶然测血压发现数值偏高,便自行购买了氨氯地平片,可既不规律服药,日常也从未监测血压变化。

入院前一天,林女士为赶一份报告熬夜至凌晨2点,次日清晨起床时,头晕目眩的症状再次袭来,且比以往更严重。



家人见状赶紧将她送往闽侯县总医院心血管内科,接诊的赖燕平主治医师为其测量血压,最高值达230/104mmHg,已符合高血压急诊诊断标准。

经检查林女士确诊为原发性高血压。出院时,林女士的血压已逐步降至正常范围。

年轻高血压这些误区要警惕

“像林女士这样的年轻患者并不少见。”赖燕平医生指出,年轻人原发性高血压(特指18~44岁人群患病)有三大隐蔽特点,需格外警惕:

一是隐匿性强,约30%患者无头晕、头痛等明显症状,多在体检时偶然发现,易错过早期干预时机;

二是血压波动大,年轻人交感神经较为活跃,常因熬夜、工作压力大等因素出现血压骤升,大幅增加心梗、中风等急性并发症风险;

三是与生活习惯绑定深,长期高盐饮食、每日久坐超8小时、频繁饮酒等不良习惯,均会显著提升患病概率。

赖燕平提醒,高血压虽难以根治,但可通过规范方式控制。切忌自行服药、擅自停药,否则易导致血压反弹,加重病情。

忽视预警信号一年 高血压飙升危急