

4.11 世界帕金森病日

趋势年轻化 初期症状易被忽视



帕金森病起病隐匿,初期症状复杂多样且不典型,很容易被忽视。

本报讯(记者 肖凯 通讯员 马遥遥)4月11日是“世界帕金森病日”。专家提醒,目前帕金森病是患者数量仅次于阿尔茨海默病的第二大神经退行性疾病,且过去原本属于老年病的帕金森病也呈现出年轻化的趋势。62岁的周先生烧得一手好菜,可最近一段时间,他的厨艺

却大失水准。上周,老家的亲戚来周先生家里做客,他亲自下厨露了一手。周先生将饭菜端上桌,却发现自己平时拿手的糖醋排骨没人动筷子,老伴儿小声提醒后,他才知道糖醋排骨烧糊了。随后的几天里,周先生也发现自己的嗅觉好像消失了,醋和酱油的味道几乎闻不出来了。前

日,周先生来到在武汉市中心医院杨春湖院区求诊,医生结合病史及相关检查,诊断他患上帕金森病,随后收入该院综合科帕金森专病中心住院治疗。

“帕金森病也叫‘震颤麻痹’,约有70%左右的患者会出现手抖症状,但这并不是帕金森病的专属。其实,很多帕金森病患者早期并没有手抖这一症状,主要症状是运动迟缓、肌张力增高、姿势步态异常等。另外,还有的患者会出现嗅觉减退、睡眠障碍、抑郁、便秘等非运动症状,其实这也是帕金森病的早期征兆,也需警惕。”武汉市中心医院帕金森专病中心负责人、综合科主任旃培艳主任医师介绍。“专病中心曾经诊断了一名38岁的女性帕金森病患者,该患者的早期症状就是于一年前突然对很多事情都提不起兴趣,睡眠也不好,从此越来越焦虑,每天郁郁寡欢。”

帕金森专病中心对周先生开展多学科诊疗,通过“一个中心、一站服务、一个标准、全程

管理”的指导原则,为他在住院治疗期间以及出院后提供院内院外专科化、精准化、全程化的诊疗服务。

目前药物治疗仍是帕金森病早期的首选治疗手段,但药物治疗较好的阶段即“蜜月期”过后,单纯的药物治疗已经无法控制病情,患者会出现异动症、开关现象等症状。经过帕金森专病中心多学科团队充分评估后,可考虑进行脑深部电刺激手术(DBS),缓解患者症状,从而提高患者的生活质量。在帕金森病患者的日常健康管理上,专病中心还引入AI助力,通过远程问诊、智能穿戴和3VR康复课,医生能随时调取病情数据,检测患者颤抖情况,指导康复锻炼等,全方位全周期保障帕金森病患者的健康。

专家提醒,帕金森病起病隐匿,进展缓慢,初期症状复杂多样且不典型,很容易被忽视,因此要及早识别帕金森病的危险信号,早干预早治疗。

健康新知

痛风急性发作 需冷敷

很多患者以为用毛巾热敷或热水泡脚可以活血化淤,减轻痛风引起的疼痛,实际上这是个误区。痛风急性发作不能用热敷来止痛。

这是因为,痛风发作时的关节红肿热痛是由于炎症介质释放、毛细血管扩张造成的。热敷会造成局部毛细血管扩张得更厉害,加重病情。

正确的做法是冷敷。冷敷能减少、减缓肿痛关节局部组织胺的释放,减轻组织对疼痛的敏感性(止痛);使局部血管收缩、血流减少,减轻肿痛关节及周围组织的肿胀(消肿);减少血管内皮细胞的作用和血栓的形成;减少氧自由基的释放等。

冷敷时应选择冷毛巾、自制冰袋(冰水混合物)敷于疼痛或肿胀明显的部位。如果是固体冰袋,建议外面裹一层毛巾或薄衣物,避免冰块与皮肤直接接触而造成冻伤。

一般每次冷敷20-30分钟,每隔1-2小时冷敷一次。当肿痛症状有所缓解后,可以每隔3-4小时冷敷一次。

在痛风急性期,建议患者尽量休息,减少关节负重。如有需要,可以选择拄拐杖或坐轮椅出行。

哪些风湿病要用 激素治疗

许多风湿病人对糖皮质激素畏之如虎,认为一用激素就会产生一大堆副作用。其实大可不必。我们来看看哪些风湿免疫疾病需要激素治疗呢?

类风湿性关节炎:处于中高疾病活动度时,使用传统抗风湿药并联合使用小剂量糖皮质激素可以快速控制关节炎的症状。

系统性红斑狼疮:根据疾病活动度分别采用小、中、大或者冲击剂量的激素治疗,以控制狼疮活动,改善病情。

多发性肌炎和皮肌炎:首选糖皮质激素治疗,可以酌加其他免疫抑制剂如甲氨蝶呤、环磷酰胺等。

强直性脊柱炎:对于强直性脊柱炎合并顽固性的外周关节炎患者(如膝关节),可以考虑局部关节腔内糖皮质激素注射,重复注射间隔3-4周,一般每年不超过3次。一般不建议全身使用糖皮质激素治疗。

痛风性关节炎:在痛风的急性发作期,可以选择非甾体类抗炎药或者秋水仙碱。如果患者对秋水仙碱和非甾体类抗炎药有禁忌,可以考虑使用激素类药物,注意不能长期使用。

老年人起身费劲 是何因

随着年龄增加,老年人全身各项功能退化,下肢肌力、机体协调稳定性及对外界的反应性下降,从坐到站变得困难。预防、缓解从坐到站能力下降,一方面可通过散步、慢跑、太极拳等体育锻炼来增加下肢肌肉力量,改善身体平衡协调性;另一方面要通过合理膳食补充适量蛋白质、钙及维生素D。(本报综合)

皮角病变有风险 这些诱因要知晓

本报讯(通讯员 周珊)67岁的马爹爹三年前前颈部锁骨上长出了一枚黄豆大小的皮疹,在频繁抓下,近半年来皮疹越长越大,还长出了锥形的“角”,明显突出在脖子上,为了遮丑马爹爹经常穿高领衣物,摩擦下愈发加重的瘙痒不适感也惹得他抠得更加频繁。直到前不久胃病加重住进长江航运总医院·武汉脑科医院消化内科,他才听进家人和医生联合劝说,转科至该院

皮肤科接受进一步诊疗。接诊医师湛世萍检查发现,患者皮损底端为突出皮肤的淡红色球形肿物,表面可见过度增生的黄白色角化物,形成锥形的角,整体形似一朵未开放的“郁金香”,结合皮损形态初步诊断为皮角。皮角在其基底上虽大多表现出良性组织病理学改变,但也不乏癌前病变及恶性病变,尤其是老年患者,因此明确皮损底部潜在的病变尤其重要。鉴于

患者肿物近期明显增大,有反复抠抓刺激情况,且不排除存在一定癌变风险,湛世萍建议马老尽快接受微创手术切除肿物并明确病理诊断。术后病理提示为外毛根鞘囊肿,这一良性病变的结果也让老人及家属放下了心。皮角主要发生在50岁以上人群,男性多见,是一种常见的皮肤肿瘤,常见于面部、头皮、颈、前臂、手背等曝光区。湛世萍提醒,过度的紫外线照射是皮肤

肿瘤的主要诱因之一。除了紫外线过度照射外,反复的炎症刺激、化学品接触、病毒感染、遗传易感性、免疫缺陷等,都可能引起皮肤肿瘤的发生发展,尤其是局部摩擦及反复抠抓刺激均可能加快肿物的生长及引起性质改变。因此,除了避免过度日晒、管住手避免人为刺激等自主防控外,如发现身体上异常的痣、斑点或肿块,应尽快于医院完善检查。

超声导航下 一根细针“解囊”相助

本报讯(记者 肖凯 通讯员 官笑涵)一年多前,5岁男孩浩浩因发烧、呕吐在家附近的医院就诊,偶然查出他的右肾上长了一个小囊肿。因为囊肿只有20mm,且并未引发腹痛、血尿等症状,医生就没有进行特殊处理,只嘱咐家长定期复查。

“去年一整年,这个囊肿都挺‘安分’的,可半个月前复查时,囊肿却长到了乒乓球大小,把我们吓下了一跳!”浩浩妈妈回忆,当时的超声及CT检查结果

提示,孩子的囊肿达到Bosniak II级,大小约45×40mm,一家人赶紧来到武汉儿童医院泌尿外科就诊。

该科陈海涛主任医师对家长解释,“浩浩这种情况,与其做传统的外科手术,不如选择微创介入方法。”经过他的“指路”,一家人找到超声影像科王少特主任医师求诊。

王少特主任医师为浩浩进行了超声介入下儿童肾囊肿造影术及穿刺术。在超声引导下,

他很快“锁定”囊肿位置,用一根细针穿刺后抽取囊液,完全抽净后,再用生理盐水冲洗囊壁,直至冲洗液完全清亮,然后注射硬化剂防止囊肿复发。整个手术仅花费15分钟。

“肾囊肿可以理解为肾脏上长了一个‘水泡’,是一种比较常见的结构异常,”武汉市妇幼保健院超声影像科王少特主任医师介绍,对于直径小于40mm的囊肿,可以定期复查,但若囊肿过大,对周围脏器造成压迫,出

现腰腹疼痛、肾积水等临床症状,则需要及时治疗。

王少特主任医师介绍,与传统开放手术、腹腔镜手术相比,介入超声治疗肾囊肿操作简便、安全,手术过程中能实时观察,一般来说,对于囊肿直径大于40mm、且与肾盂集合系统不相通的患者来说,适用于这一手术方式,痛苦小、恢复快、并发症少。治疗后遵医嘱随访、定期体检,大多数患者都能获得良好的预后。

“低血糖”不容忽视 紧急处置有妙招

4月4日,福建长汀的媳妇——38岁的阿根廷奇娜离世的消息在网上传开,其死因是低血糖。人们不禁会问,低血糖为什么会致死呢?

一、什么是低血糖?

对于普通人而言,如果血糖低于2.8毫摩尔/升,即可确诊为低血糖;而对于糖尿病患者来说,低血糖的标准就要上调了,低于3.9毫摩尔/升就是低血糖。

二、低血糖有哪些表现?

当血糖过低时,大脑等重要器官无法获得足够的能量,就可能会出现头晕、乏力、注意力不

集中、心悸、出汗、恶心等。如果低血糖继续恶化,可能会导致意识丧失、抽搐,甚至昏迷,如果没有及时处理,是可能会导致死亡的。

三、低血糖如何处理?

对于发生低血糖者,应及时采取有效的措施来尽快提高血糖死亡水平。最简单的处理就是含化糖果和饮用甜饮料,也可立即摄入含糖的食物,进食后上述症状可迅速缓解。如果症状严重或无法进食,应立即就医寻求专业帮助。

四、如何预防低血糖发生?

避免过度饥饿或过度饱食,

分餐进食,均衡摄入碳水化合物、蛋白质和脂肪,避免过量摄入简单的糖分。也可遵医嘱服用葡萄糖粉剂、口服葡萄糖或者静脉使用葡萄糖注射液等药物。

1.规律饮食,要避免过度节食。定时定量用餐,让身体适应稳定的能量供应节奏。

2.要避免大量饮酒,尤其是空腹饮酒。

3.合理运动要避免过量运动,避免在饥饿状态下进行剧烈运动,运动前要适当进食,为身体提前储备能量,防止运动过程中出现低血糖。

4.正确服用降糖药物:对于

糖尿病病人,要严格按照医嘱服用降糖药物,不要自行增减药量。

5.监测血糖水平:了解自己的血糖变化,及时调整饮食和治疗方案。

对于大多数人而言,只重视高血糖的控制,奇娜离世给我们敲响了警钟,低血糖危害也不容忽视。(纪光伟)



纪教授说医