

高血压脑出血的治疗与预防措施

□李莉

在当今社会,高血压已成为一种普遍存在的健康问题,对人们的生命和健康构成了严重威胁。高血压所引发的严重后果之一便是脑出血,它常常以突如其来的方式,给患者和家庭带来沉重的负担与挑战。因此,深入了解高血压脑出血,对于我们更好地认识这一疾病并提高对其的防范意识至关重要。

1.什么是高血压脑出血

高血压脑出血是一种严重的脑血管疾病,其发生主要源于长期不受控制的高血压导致脑部动脉壁发生病理性改变,进而引发动脉破裂、血液在脑组织内溢出的情况。这种情况可能导致脑组织受损、神经功能障碍甚至危及生命。在正常情况下,血压维持在适当范围内,脑血管能够保持弹性,确保脑部供血正常。然而,长期不受控制的高血压会对脑血管产生持续的压力,引起动脉壁的病理性改变,包括血管壁增厚、管腔狭窄和血管壁脆性增加等。这些变化使得脑血管更容易发生破裂,导致血液流入脑组织,形成出血灶。高血压脑出血通常发生在大脑的深部结构,如基底节、脑干等区域,也可以发生在脑室内。这种出血会导致周围脑组织受到挤压和损伤,造成神经功能异常和其他症状出现。

2.高血压脑出血的症状

高血压脑出血的症状因个体差异和出血部位不同而有所不同,但通常会表现出一些常见症状。例如,突然发生的剧烈头痛是高血压脑出血最常见的症状之一,通常描述为“雷击般”的感觉,可能伴随恶心、呕吐。可出现昏迷或意识丧失;可出现单侧或双侧肢体无力,通常表现为肢体活动困难或瘫痪;可表现为言语不清或语言能力丧失,包括感觉减退、麻木感或异常感觉;可出现视力模糊、视野缺失或双眼

视力减退等症状。高血压脑出血还可能导致一些精神症状,如烦躁不安、情绪波动、精神错乱等,这些症状可能与脑部损伤导致的神经功能紊乱有关。

3.高血压脑出血的判断

高血压脑出血的判断需要通过一系列的医学检查和临床评估来确认。第一,神经影像学检查,其包括头部CT(计算机断层扫描)和MRI(磁共振成像),这些检查能够清晰地显示脑部结构和异常情况。在高血压脑出血的情况下,CT或MRI可以显示出出血灶的位置、大小和形态,有助于确诊。第二,脑脊液检查,通过脑脊液的化验可以排除其他引起脑出血的原因,如感染性疾病。第三,神经系统检查,医生会对患者进行神经系统的检查,包括检查意识状态、神经系统功能(如感觉、运动、语言等)以及脑神经功能是否受损。第四,血压测量,脑出血患者通常伴有高血压,因此在诊断过程中会进行血压测量,有助于确认高血压是否是导致脑出血的原因之一。第五,其他辅助检查,包括血液生化指标检查、心电图等,有助于评估患者的全身状况和诊断脑出血的原因。

4.高血压脑出血的治疗与预防

治疗和预防高血压脑出血是一项综合性的工作,需要综合考虑患者的病情、身体状况和医疗资源等因素。

4.1 治疗

(1)药物治疗

降压药物:包括利尿剂、钙通道阻滞剂、ACE抑制剂、 β 受体阻滞剂等,用于控制高血压,减少脑出血的再次发生。

抗凝血药物:对于某些特定患者,如心房颤动合并高血压者,可能会考虑使用抗凝血药物来预防血栓形成。

(2)手术治疗

手术减压:对于较大的脑出血灶,可能需要进行手术减压,以减轻脑组织的压力,降低神经系统损伤。

脑室穿刺引流:对于脑室内出血的患者,可以通过脑室穿刺引流排除多余的血液,减轻颅内压力。

(3)支持性治疗

监护治疗:对患者进行严密的监护,包括监测血压、心率、呼吸等生命体征,及时发现并处理并发症。

对症治疗:如使用抗惊厥药物、控制脑水肿等,以缓解症状和减轻病情。

4.2 预防

(1)保持健康生活方式

饮食调整:控制盐分摄入,增加新鲜蔬菜、水果的摄入,避免高脂肪、高胆固醇食物。

适量运动:定期进行适量的有氧运动,有助于控制体重和降低血压。

戒烟限酒:戒烟和限制酒精摄入可以降低高血压和脑血管疾病的风险。

(2)定期体检和治疗

定期监测血压和血脂:定期到医院进行体检,及时监测血压、血脂等指标,有助于早期发现并控制高血压。按时服药:如果被诊断为高血压患者,应按时服用医生开具的药物控制血压,减少脑出血的发生风险。

(3)减少心血管疾病风险因素

控制糖尿病和高血脂:如有相关疾病,应积极控制血糖和血脂水平。管理心血管疾病并发症:如心房颤动等,及时接受治疗和管理,降低脑血管并发症的风险。

总之,面对高血压脑出血这一严重威胁,我们每个人都应该重视自身健康,保持良好的生活习惯,定期体检,有效控制高血压和其他心血管疾病的危险因素。同时,医疗卫生机构和社会各界也应加强宣传教育,推广健康知识,提升公众对高血压脑出血的认识和防范意识,共同努力降低高血压脑出血的发生率,保障人民群众的健康和安全。

(作者单位:河北省唐山市第九医院)

带你了解心脏彩超相关知识

□米红娟

随着人们物质生活水平的日益提高和人口老龄化的增长,糖尿病、高血压和冠心病患者也越来越多。超声心动图在心脏疾病的诊断及治疗中具有重要的意义,因此在临床中被广泛应用。但很多患者在面对自己手中的心脏超声检查单时,可能会有着各种各样的疑问,现在我们一起来了解一下关于心脏超声的小知识吧。

1.什么是超声

超声也被称为超声波,是一种波长极短的机械波,在空气中波长一般短于2厘米。它必须依靠介质进行传播,无法存在于真空中。超声在水中传播的距离比空气中远,但因其波长短,故在空气中极易损耗,容易散射。普通人能够听到的声音频率为20—20000赫兹,我们一般把大于20000赫兹的声波称为超声波。

2.什么是心脏彩超

心脏彩超又叫超声心动图,分为经胸超声和经食道超声,主要检查心脏的结构和功能。心脏彩超主要观察心脏的彩色超声多普勒成像,是一种能够动态显示心腔内部结构、心脏的搏动情况和血液流动情况的一项影像学检查,对人体没有伤害。比较通俗地说,心脏彩超的探头类似于摄像机的镜头,通过镜头的不断移动和变换,让心脏的各个结构都能得到准确的呈现,从而让医生能够根据这些图像判断心脏是否存在问题。

如果把心脏比喻成一座两室两厅的房子,首先可以通过数据的测量来了解“房子”的大小。其次看“房子”的内部结构,看墙壁坏了没有、是否有洞,看管道连接是否正常,检查房室间隔缺损和大动脉转位等先天性疾病;也可以看“房子”四扇门能否顺利打开和关闭,检查有无瓣膜疾病;还可以看“房子”的内部是否多了东西,检查是否有心脏占位性病变。最后评估心脏的功能,主要通过测量射血分数评估心脏的收缩功能,以及通过二尖瓣口的血流频谱和组织多普勒评估心脏的舒张功能。

总之,心脏彩超主要用来评估心脏的结构,如心腔的大小,心脏的壁厚及功能、心脏的射血能力,瓣膜的关闭是否正常,有助于诊断各种先天性心脏病、心脏瓣膜病、心肌病、心包积液、心力衰竭、心肌梗死等疾病,可动态观察心脏搏动及血液流动情况。

3.需要做心脏彩超的情况

一是当有类似心脏病的症状(如胸闷、心慌、乏力等)或被发现有心脏杂音,医生怀疑患者有心脏病时,有必要做心脏彩超,检查心脏结构和功能有无异常,为明确诊断提供依据或线索。二是建议有高血压、高血脂及心脏病家族史的中老年人定期体检,进行心脏彩超及其他相关检查,因为不少患者症状不典型,需要进行心脏彩超了解这些疾病对心脏的累及程度等情况,为临床治疗方案确立等提供帮助。三是在心脏病(如冠心病、心肌梗死、扩张型心肌病等)治疗的过程中,患者需要根据病情定期或不定期地接受心脏彩超检查,从而协助临床开展疗效判断及调整治疗方案等工作,并准确评价患者病情和预后。

4.心脏彩超的注意事项

一是当进行心脏彩超检查时,一般建议患者采取仰卧位和左侧卧位。二是婴幼儿在心脏彩超检查时容易哭闹,而这会影响检查结果,所以婴幼儿在接受检查时,父母要配合医生,以保证检查结果的准确性。三是检查时,注意放松,不要过于紧张。

(作者单位:河北省行唐县中医医院功能科)

带状疱疹的预防与治疗方法

□王健

带状疱疹俗称“生蛇”“蛇缠腰”,是由水痘-带状疱疹病毒(VZV)感染引起的一种以沿神经分布的群集性水疱和局部神经痛为特征的病毒性皮肤病。水痘-带状疱疹病毒有嗜神经性,常沿一侧感觉神经轴突转移到皮肤,引起带状疱疹。一般情况下,带状疱疹的皮肤症状会在2—4周内自行消退。然而,有些患者可能会经历疼痛持续更长时间的后遗症,这被称为带状疱疹后神经痛。有数据表明,90%以上的成人体内都潜伏有水痘-带状疱疹病毒,大约1/3的人在一生中会患带状疱疹。

1.带状疱疹的危害

皮肤损伤:发疹时患处皮肤首先出现潮红斑,随后出现成簇状分布而不融合的丘疹,继而迅速变为水疱,水疱周围有红晕。皮损常沿某一周围神经区域分布,一般多发生在身体的一侧,不超过正中线。水疱随后会干涸、结痂脱落,可能会有遗留色素沉着。一般皮损持续2—3周,老年人大概为3—4周。

疼痛:带状疱疹后神经痛是带状疱疹常见的并发症,其疼痛性质多样,常呈烧灼样、撕裂样、刀割样、针刺样、电击样等。9%—34%的带状疱疹患者会发生带状疱疹后神经痛,30%—50%的带状疱疹后神经痛患者疼痛持续超过1年,部分甚至达10年或更长。一旦感染上带状疱疹,将

会给患者的生活、工作和心理带来极大的危害,严重影响患者的身体健康和生活质量。

2.带状疱疹的治疗

带状疱疹的治疗主要是缓解急性期疼痛、缩短皮损的持续时间、预防带状疱疹后神经痛等并发症的发生。

2.1 基础治疗

注意皮肤清洁,避免发生继发感染。当水疱没有破裂渗出时可用炉甘石洗剂外涂帮助水疱收敛干涸,当水疱明显并伴渗出糜烂时,可用3%硼酸溶液进行湿敷,结痂时再用阿昔洛韦乳膏。

2.2 抗病毒药物治疗

口服药物是临床上常用治疗病毒性疱疹的方法,常用的口服药物有阿昔洛韦、伐昔洛韦、泛昔洛韦、溴夫定等,应在发疹24—72小时内使用。为快速控制症状、缩短病程、减少带状疱疹后神经痛发生,早期、足量抗病毒治疗非常重要。

3.带状疱疹会不会传染

由于带状疱疹是潜伏的水痘-带状疱疹病毒再激活的表现,所以健康的人接触带状疱疹患者,并不会被感染。但是带状疱疹的疱疹液具有传染性。带状疱疹患者在出现疱疹期间,与其他没有水痘免疫力的人密切接触,可能会使其感染水痘-带状疱疹病毒,并发生水痘的症状。所以,

一般带状疱疹患者的家人等密切接触者应尽快接种水痘疫苗,并在接触后21天内开展自我医学观察。若发现发热、出疹等水痘症状,应及时自我隔离并就医。

4.如何预防带状疱疹

带状疱疹是由于机体免疫力功能减退时,激活潜伏在脊髓后根神经节或颅神经节内的病毒而发病。所以预防带状疱疹,我们首先要提高机体免疫力,可以通过适当运动、规范作息习惯、避免熬夜、保证充足休息等方式来提高机体的免疫力,以减少带状疱疹的发生。

此外,接种带状疱疹疫苗是预防带状疱疹最经济、最有效的手段。由于带状疱疹的发病日趋年轻化,建议40岁以上人群尽早接种带状疱疹疫苗,从而远离带状疱疹的危害。

接种带状疱疹疫苗的注意事项及禁忌证:对该疫苗的任何成分有严重过敏反应史者不宜接种。带状疱疹患者在发病急性期不宜接种疫苗,但如果疾病处于稳定期且没有明显症状则可以考虑接种疫苗。妊娠期和哺乳期应延迟接种。

接种程序:接种第一针后间隔2—6个月接种第二针。

接种方式:肌肉注射,首选接种部位为上臂三角肌。

(作者单位:河北省石家庄市藁城中西医结合医院)