

【医生信箱】

早搏会引起心肌炎吗？

六石街道许先生来电咨询：我今年26岁，经常感觉心跳有一停一停，查过心电图，是“频发室性早搏”。请问：是不是很严重？早搏会不会引起心肌炎？

市人民医院心内科金美娟主任医师答：青年人发生早搏大多为功能性，不会太严重，如果通过检查确定心脏无器质性病变，可以不必治疗。建议做动态心电图等检查，以明确性质。室性早搏不会导致心肌炎，但心肌炎可以导致早搏。即使是心肌炎导致的早搏，治疗上也不是针对早搏，而是针对心肌炎的，除相应的药物治疗外，以休息和加强营养为主。

小脑出血该如何治疗？

歌山镇王女士来电咨询：我母亲上周一早上5点多突然发生头晕、呕吐、眼发黑等症状，住进医院。检查发现小脑出血，还好现在没有瘫痪，但是血压高，200多，医生叫她不能动，血压还是没下降明显。请问：该如何治疗？

市人民医院神经内科徐冬娟主任医师答：小脑出血是高血压脑出血的一种类型，除了出现头痛、恶心、呕吐外，眩晕是特征，可伴或不伴有偏瘫。小脑出血如出血量大，要考虑手术治疗，一般情况宜保守治疗。头痛及血压升高都提示颅内压高的存在，所以目前阶段应用甘露醇、人体白蛋白脱脑水肿为主。以上情况，病人住在医院里医生都会处理。家属应配合的是尽量让病人卧床少动，度过急性期后，认真服降血压药。如果发病前将血压控制，那就可以避免这场灾难了。

主动脉瓣畸形怎么办？

义乌商贸城叶女士来电咨询：我母亲61岁，近期经常头昏，曾有昏厥，心超提示为主动脉瓣二叶畸形，瓣叶增厚，回声增强，开放受限。请问：这种情况严重吗？需要怎么治疗？

市人民医院心脏外科陈立军主任答：主动脉瓣二叶式畸形（正常为三叶）的患者，其主动脉瓣的“老化”得特别早，容易出现主动脉瓣狭窄或者关闭不全、感染性心内膜炎，可导致心衰、心绞痛、晕厥甚至猝死。一般在40多岁-60岁之间，迎来需手术的高峰期。主动脉二叶式畸形、主动脉瓣狭窄一旦引发症状（如晕厥），则应该尽快考虑手术。据国外早年的调查，如果不手术，出现晕厥后，2年死亡率可能达50%。对于主动脉二叶式畸形所致的主动脉瓣狭窄并导致症状者，首选外科手术。你母亲应属这种情况。

通讯员 李斐铭整理

预防出生缺陷 检查不可或缺

□通讯员 苟子龙

9月12日是全国第13个“预防出生缺陷日”。很多人觉得出生缺陷离自己很远，并不在意，其实不然。出生缺陷也称为先天发育异常、先天发育畸形，是指由先天性、遗传性和不良环境等原因引起的出生时存在的各种结构性畸形、功能性异常的总称。在出生缺陷患儿中，遗传性出生缺陷约占1/3。我国属于出生缺陷高发国家，出生缺陷发生率高达5.6%。每年新增出生缺陷人口近100万人，已严重影响我国人口素质、经济建设及社会发展。

市妇女儿童医院公共卫生保健部部长钱萍芳副主任医师介绍说，据目前研究结果，已知可预防的出生缺陷根据其发生原因可分为三类：第一类是孕期微量营养素的缺乏，主要指碘缺乏和叶酸缺乏，碘缺乏造成地方性克汀病，叶酸缺乏造成神经管畸形。第二类是致畸因素，重要的有孕期感染，许多病毒感染在孕前3个月到孕初3个月可导致卵子畸变，胎儿畸形，发生越早对胎儿损害越大。第三类是遗传因素，多基因缺陷如先天性心脏病、神经管畸形和唇腭裂等。

近年来，世界卫生组织和我国政府均在努力推广三级预防措施，以减少新生儿出生缺陷的发生率，提高出生人口的整体素质。一级预防：主要在重点人群中推广，以减少常见、重大出生缺陷为目的。这些措施包括婚前检查，禁止近亲婚育；孕前保健，加强一些必须营养素（叶酸）的补充；避免接触有毒有害的物质；加强孕期指导，严格控制孕期间用药等。

二级预防：是指实行产前筛查和产前诊断。对筛查出有出生缺陷的胎儿，经科学论证，必要时建议孕妇做引产手术终止妊娠，以减少发育缺陷胎儿的出生。

三级预防：是指在部分地区试行新生儿和婴幼儿体检。对缺陷患儿采取及时、有效的诊断、治疗和康复，提高患儿的生活质量，防止病残，促进健康的措施。但预防工作的重点是一级和二级预防，即婚前、孕前和孕期干预。

督查+培训+竞赛  
市疾控中心全面提升预防接种规范性

□记者 陈云 通讯员 陈爽

本报讯 “如果打完疫苗，出现过敏反应，你会如何应对？”“孩子要入学，发现很多疫苗针未打，前来咨询，这时应如何处理？补种疫苗的顺序是怎样的？”这是日前两年一度市预防接种知识竞赛中模拟日常工作比试环节的场景。经过笔试、实践的激烈较量，来自中医院、横店医院、湖溪卫生院等接种门诊的16名医生获得个人奖项。

这是市疾控中心打好组合拳，全面提升预防接种规范性的一项缩影。预防接种关系人民群众身体健康和生命安全，预防接种的规范性是全方位确保人民健康的关键一环。“长春长生疫苗事件给我们敲响了警钟。”市疾控中心负责人说，虽然从前期检查情况来看，我市未采购、使用问题狂犬疫苗和百白破疫苗，但在新形势下，提供更为科学规范的预防接种服务，

已经刻不容缓。

**组合拳一：全面督查 及时整改**  
今年8月，市疾控中心组织了精干力量，积极部署，对全市各预防接种门诊开展系统的督导和检查。各预防接种门诊也迅速开展了自查自纠工作。

8月8日至12日，市疾控中心实地抽查部分预防接种门诊，针对其疫苗采购、验收入库、运输存储、冷链监测、疫苗报废、预防接种记录等情况进行了督导检查。工作人员在督查中发现，部分单位存在接种记录信息不完整、记录不规范等问题。针对发现的问题，督导组当场提出整改措施。目前，相关接种门诊均已按照要求完成整改工作，并确保记录和信息的完整准确。

**组合拳二：加强培训 提升业务水平**  
进入新时代，人民群众对预防接种的要求也越来越高。为了适应新变化，市疾控中心充分运用培训这一重要的抓手，不断提高预防接种一线医护工作者的整体素

质，加强预防接种门诊和预防接种室规范化管理水平，为更好地开展免疫预防工作打下了坚实的基础。

8月21日，重点人群预防接种与异常反应沟通处置激情培训班在我市开班，来自省疾控中心和杭州市疾控中心的专家重点讲解了特殊人群接种建议、疫苗的AEFI监测及处置方法、异常反应沟通处置技巧等内容。

8月22日和23日，市疾控中心举办了2018年预防接种和犬伤处置岗位培训班，内容涵盖疫苗与免疫程序、预防接种工作规范、疫苗和冷链管理、狂犬病暴露处置规范、预防控制技术指南等。全市130余名医护人员参加培训。

“通过一系列活动，我市预防接种的服务质量得到了有效提升。”市疾控中心负责人表示，接下来，市疾控中心将持续开展督查行动，不断丰富培训形式与内容，确保人民群众预防接种安全规范。



## 花园村里也能办考驾照体检

12日，花园田氏医院体检中心内，准备考驾照的人员在接受体检。9月开始，花园田氏医院体检中心与相关部门对接，专门开设了驾驶员体检服务，周边群众不用跑到城里进行考驾照体检，只需带上身份证来这里按标准进行体检，便可现场拿到体检报告单。

记者 包康轩 通讯员 王江红

求美心切，伤口消肿有讲究

□通讯员 陈兴芳

随着社会经济发展和生活水平的提高，隆胸手术、眼皮手术、脸部整容、脸部填充、吸脂术、鼻部手术等整形美容手术已变成一种时尚并且逐年升温。手术后都会有一段肿胀过程，有些求美者爱美心切，以极不妥当的方法处理整形美容手术伤口，导致得不偿失。市红十字会医院整形美容中心主任卢敏华主任医师说，一般美容手术切口部位都要经历炎症反应、细胞增殖、结缔组织形成、切口收缩、创口重新塑形几个阶段。减轻肿胀程度和缩短肿胀时间，是每位整形美容医生和求美者特别关注的问题。

卢敏华介绍，想要减轻肿胀程度和缩短肿胀时间，大家需了解一下引起整形美容术后水肿的原因。

输液较多或过快：短时间内血管增加了大量低渗性细胞外液，皮下结缔组织疏

松，伸展性较大，当体内液体（主要是细胞外液）过多时，很容易在此积聚而导致水肿，一般水肿在术后20~48小时才会消退。

血浆液体渗压降低：在水肿的形成中，胶体渗透压也起着重要作用。手术中静脉压力增高，淋巴回流受阻，于是含蛋白的淋巴液不能正常地进入血液循环而在组织间隙内积聚，使血浆胶体渗透压降低而组织间液的胶体渗透压增高。

静脉压力增高回流不畅，便有较多的液体从血管内弥散到组织间隙中，促进了皮下水肿的形成。另外，术前血浆蛋白含量低于正常不足38%，一般来说，血浆蛋白降至29%时，组织水肿就可以出现，不同程度地稀释了血液，降低了其胶体渗透压，也是水肿的原因之一。

体位：血液动力学受重力的影响，下垂部位毛细血管内流体静压较高，液体容易滞留。例如眼整形术后，取侧卧或

侧斜（45度）卧外侧（眦）也有差别，处于较低位置水肿更重，且出现时间早而消退晚。

由细菌或病毒引起的感染：手术消毒不严谨或术后护理不当，引发细菌繁殖会被感染，感染的伤口会红肿化脓。

饮水：伤口在恢复期因静脉回流障碍，睡前大量饮水会导致毛细血管扩张而引起伤口处皮肤水肿。

针对整形美容术后水肿原因，卢敏华提到，整形美容医生会采取常压麻醉，合适的精准缝合术，尽量给求美者少量静脉滴注液体，针对恰当的切口位置叮嘱求美者对应恰当的体位，如眼整形术后为避免水肿的形成就要求求美者采取高体位。手术结束至术后48小时内提醒求美者进行冷敷处理，冷敷可以减少术后的渗血、减轻组织的肿胀程度，也可降低淤青出现概率。每次冷敷20-30分钟，4-5个小时敷一次即可。

愿每一个生命被世界温柔以待

□通讯员 蒋军生 蔡俊勇

今年9月10日是第16个世界预防自杀日，主题是“携手同行，预防自杀”。在我国，自杀是第五位死亡原因，也是15~34岁人群的首位死亡原因，因家人或亲友自杀出现严重的心理创伤者大约有150万人，其中有16.8万是小于18岁的孩子。

为什么会自杀？自杀有8大危险因素，包括抑郁症、自杀未遂史、急性应激强度高、生命质量低、慢性心理压力、严重的人际关系冲突、有血缘关系的人有过自杀行为、朋友或熟人自杀行为等。其中，重度的抑郁症是自杀最常见的原因，当然，冲动性自杀也是导致自杀死亡的一个常见原因。

如何合作预防自杀？建议从个人层面、学校层面、医院层面和社会层面等合作预防。

个人层面：如果你认识想要自杀的

人，请做到：耐心的倾听，真诚的回应，温柔的陪伴，减少他或她的焦虑，让他或她感受到了理解；鼓励当事人向精神卫生专业人员、心理咨询师或社会工作者等寻求帮助；如果你认为当事人可能有自杀的危险，不要将其单独留下，并马上向急救服务、危机热线或卫生专业人员寻求专业帮助。

如果你感觉很不开心，生活很辛苦，请记住：你并非孤立无援，有人能够帮助你；同信赖的家人、朋友或同事谈谈自己的感受；同精神卫生专业人员或心理咨询师等聊聊；如果认为自己有自残或者自杀的冲动，请马上联系急救服务或者直接前往卫生专业机构。

学校层面：将心理健康教育作为必修课，提高心理承受能力；教给学生自我情绪调节的方法，将珍惜青春生命、憎恨自杀行为作为一个基本价值观念，根植于学生头脑。

医院层面：从心理健康工作者延伸

至所有卫生工作者，包括医生、护士，甚至是牙医和理疗师都必须接受预防自杀的相关培训，发现并积极处理病人的不良情绪。

社会层面：提高人们的心理健康素质，普及心理卫生常识，普及有关预防自杀的知识，建立社区心理咨询和心理保健系统；加强自杀工具的管理，如武器管理、有毒物质的管理、对危险场所的管理等；建立预防自杀的专门机构；控制自杀个案的媒体报道。

我市现已在市区中山路80号开设未成年人心理健康辅导中心，由市第七人民医院提供技术支撑，并已开通心理咨询热线：86800120。

愿在各界携手共同预防自杀后，每一个生命都能被世界温柔的对峙。

公共卫生 274

“秋风起，长膘忙”  
中医减肥受青睐

□通讯员 戴文娟

秋天容易长膘。秋天一来，众多爱美人士的减肥“大任”变得沉甸甸，各尽所能。中医减肥是目前十分流行的一种减肥方法，备受爱美人士和注重保健的人群推崇。

据市名中医、市中医院针灸推拿保健中心主任韦莉莉主任中医师介绍，肥胖不仅影响个人形象，而且可能诱发心血管、高血压、高血脂等疾病，正所谓“肥胖生百病”。现代医学认为，单纯性肥胖多伴有内分泌紊乱，各种激素，尤其是胰岛素、性激素、肾上腺皮质激素等异常，可通过针灸来调理内分泌，使之趋于正常；另一方面，中医从脏腑辨证分析，肥胖主要与肝脾肾三脏功能有关，通过针灸可以达到调理脏腑，使肝脾肾脏功能恢复正常，从而取得整体减肥效果。

针灸减肥是对机体的一种调整，需要在反复治疗、不断强化中建立一个新的代谢平衡状态，并培养良好的饮食及运动习惯。所以，针灸减肥需根据患者具体的肥胖症状和程度来分步骤、分阶段、分疗程进行，这是一个循序渐进的过程，一般需要坚持一个月以上的持续治疗才能有效。

所谓穴位埋线减肥，指的是用特殊的蛋白线埋在相应的穴位处，让它代替针灸的小银针不断刺激这个穴位，一段时间后蛋白线会液化、溶解并被人体吸收，之后可根据需要再补埋线。如果想效果更好，毫针、耳针、埋线、埋针、穴位注射等针灸方法可灵活组合运用，有时还可以配合拔火罐，祛除身体里的湿气，疏通经络。另外，中医减肥方法除了针灸减肥外，还有按摩减肥、中医膳食减肥等。

近年来，中医减肥备受青睐，与其优势密不可分：一是方法自然、安全可靠。中医传统疗法，通过调动人体内的正气，促进新陈代谢，相对安全，毒副作用小。二是注重整体、效果持久。中医减肥注重脏腑代谢功能的调整，不是单纯用“泻下”或是“饥饿”方法，不会出现因减肥而导致的厌食症、消瘦症、肠功能紊乱症及月经失调等病症。三是辨证为先，因人而异。在辨明肝胃积热、脾虚湿阻、脾肾两虚及肝肾阴虚的情况下，进行对症治疗，所以不会出现“实者更实，虚者更虚”的减肥弊端。

【健康你我聊】

看懂血脂报告中的“玄机”

通过检查血脂，可预防或知晓是否患有动脉硬化、高血脂、冠心病、糖尿病等疾病。因此，血脂检查也成了心脑血管病防治中的重要检查项目。但是，有多少人知道它包含的项目的真正含义呢？市人民医院巍山分院检验科主任蒋新良就此作简要讲解。

血脂化验通常包括最重要的四项指标：总胆固醇（TC），低密度脂蛋白胆固醇（LDL-C），高密度脂蛋白胆固醇（HDL-C），甘油三酯（TG）。其中低密度脂蛋白胆固醇（LDL-C）又被叫做“坏胆固醇”。它能形成动脉粥样硬化斑块，进而引发严重的心脑血管疾病问题。

总胆固醇（TC）主要包括胆固醇和胆固醇酯。指标说明：血液中所有脂蛋白所含胆固醇的总和，正常值 <5.72 mmol/L。总胆固醇并非固定数值，会随着年龄的增加而相应升高（70岁以上的老年人则会随年龄增加而降低）。该指标受食物的即刻影响较小，是血脂升高的“主因”。它是形成动脉粥样硬化的病理基础，因此我们建议超过40岁后每年需要检查总胆固醇变化。

甘油三酯（TG）是长链脂肪酸和甘油形成的脂肪分子，是血脂中的一个主要成分，也是日常检查中常检测的一个指标。甘油三酯正常值范围为：男性：0.45~1.81mmol/L，女性：0.40~1.53mmol/L。甘油三酯的临界水平规定为：1.70~2.26mmol/L。

坏血脂：低密度脂蛋白胆固醇（LDL-C）低密度脂蛋白的主要功能是把胆固醇运输到全身各处细胞，运输到肝脏合成胆酸，如果低密度脂蛋白过高，很容易引起动脉粥样硬化，导致冠心病的风险。因此它被称为“坏胆固醇”。

化验单上的正常值范围是针对健康人的。对于有高血压、糖尿病、冠心病三种中的任意一种，再加上吸烟、肥胖、年龄大于45岁中的一种，有“坏胆固醇”的值至少应该控制在2.6mmol/L以下。一旦高于这个数值，尽管化验单上没有上升箭头，体内的“坏胆固醇”已经成为威胁健康的“隐形炸弹”，极易引发心梗和中风等严重问题。

好血脂：高密度脂蛋白胆固醇（HDL-C）高密度脂蛋白胆固醇可以穿透动脉内膜，将沉积的胆固醇清除后运送出血管壁，促进胆固醇代谢，并修复血管内皮破损细胞以恢复血管弹性，可以对血管有一定保护作用，因此被看做清道夫。与低密度脂蛋白胆固醇相对比，它也被称为“好的胆固醇”。因此这个指标略为偏高问题不大，反而是偏低要引起警惕。糖尿病患者HDL-C的目标值：男性 >1.0 mmol/L，女性 >1.3 mmol/L。

通讯员 吴蓉霜整理

无偿献血

奉献爱心

东阳市卫计局宣