

寒暖适体,勿侈华艳,可以延年。
——《养性延命录》

有冠心病史:少吃肉蛋,多吃水果蔬菜

□ 王红梅 记者 李皖婷/文
周诚/图

秋高气爽,血压比较平稳,还要继续吃降压药吗?冠心病遗传吗,有没有好的预防方法?心脏介入手术能治疗什么类型的心脏疾病呢?9月11日上午9:30~10:30,市场星报健康热线 0551-62623752 邀请合肥市第二人民医院广德路院区心血管内科主任、副主任医师杨林飞与读者进行交流。



秋季切勿擅自停用降压药

读者:秋季血压平稳,降压药可以停止服用吗?

杨林飞:秋季气候适宜,从理论上来说,高血压患者的血压相对于其他季节会较低、较平稳,但这并不意味着在秋天自行减药、停药是安全的。因为每个患者对药物的反应不同。有些患者对降压药很敏感,一吃药血压很快就会降下来,但是一旦不吃药,血压就会反弹,跳得更厉害。这些患者原来可能吃一片药就可以解决问题,停药一段时间后血压重新升高,这时再吃一片药,就解决不了问题了。

如果患者的血压一直控制得很稳定,在正常偏低水平,在夏秋季节可以适当减少药量,但停药一定要在医生的指导下进行。而那些平时血压控制不理想的患者,更要小心,不要误入自行停药、减药的误区。

心脏介入手术比传统手术痛苦更小

读者:通常所说的心脏介入手术包括哪些方面,与传统开胸手术相比它有哪些优点?

杨林飞:心脏介入是目前较为先进的心脏病诊断方法,它介于内科治疗与外科手术之间,是一种微创的诊治方法。心脏介入包括冠状动脉造影术、经皮冠状动脉球囊扩张成形术、支架置入术、二尖瓣球囊扩张术、射频消融术、起搏器植入术、先天性心脏病介入治疗、冠状动脉腔内溶栓术等。与传统的外科手术相比心脏介入手术具有明显的优势:手术创伤小,只须局麻;手术时间短;患者承受的痛苦轻;手术安全性高、术后恢复快;费用相对较低,疗效立竿见影。

发现心脏早搏要及时去医院

读者:我今年26岁,近来常觉得心慌、胸闷,测了一次脉搏,显示异常心率达到7次/分钟。上网查了,说这是心脏早搏的症状,应该怎么治疗?

杨林飞:人群中早搏的发生率很高,正常人和心脏有疾病的人均可发生,正常人在精神压力大、饮酒、饮用咖啡、睡眠差等时候,均可诱发早搏。目前,国内外学者一致认为,没有心脏基础疾病的早搏是良性的,如果症状不明显,对患者的生命没有影响,可不用治疗。但不少心脏基础疾病也是引起早搏的原因,因此,发现早搏时还是应该去医院,检查是否有心脏基础疾病。

有冠心病病史应少吃肉、蛋

读者:请问冠心病遗传吗?早期应如何预防呢?

杨林飞:冠心病有一定的家族性,但并不是绝对遗传的,遗传因素与其危险因素相结合,共同作用,才使冠心病的患病率更高。预防冠心病的措施主要有:合理的饮食,不吸烟,少饮酒。适时减少肉、蛋类的食用量,多吃水果及蔬菜,注意饮食要维持平衡均匀。并且合理控制盐的摄入量;经常运动,每周做两、三次剧烈运动,可减少得心脏疾病的危险。必须以渐进的方式实行运动计划;严格控制高血压、高胆固醇血症和糖尿病等疾病发生。

心绞痛发作应及时服药

读者:急性心肌梗死患者一旦发生心绞痛是否应用药?经常用药会不会有耐药性?

杨林飞:临床上我们经常遇到很多心血管病患者,平时犯心绞痛的时候,总是先忍着,尽量不吃药,以为经常吃药,以后就无效了。其实不然,心绞痛的急救用药如硝酸甘油等,只有长期吃且每天吃的频率又很高的时候,才可能产生耐药性;间断服用,甚至一天吃上三四次,不会形成耐药性。另一方面,心绞痛发作时,及早服药治疗,可以迅速缓解病情,减轻心肌损伤的程度,减少发生急性心肌梗死的可能性。

问题一:年龄大了,脖子上的老年斑颜色越来越深,还很痒,这是正常现象吗?

合肥市二院皮肤科主治医师张慧:正常的,但老年斑是由于病毒感染引起的,有一定的传染性,不治疗的话有可能会越长越多,建议有条件的老人能来医院进行激光治疗。

问题二:我今年85岁,患高血压、糖尿病十多年了,但通过吃药,血压、血糖都控制在正常水平。现在我最大的问题是走不动路,只能在家里活动活动,我想咨询一下,我除了年龄大外,是否还有其他原因导致走不动路?如果去医院需要挂哪个科,做什么检查?

合肥市二院老年医学科主治医师孙爱华:老人走不动路的原因有很多,有可能是心肺功能不全或是神经系统病变等。可以到医院神经内科、心血管内科或老年医学科进行检查确诊。

问题三:我身体消瘦,但最近体检



出脂肪肝,这是怎么回事?

合肥市二院消化内科住院医师任德丽:您有可能是脂代谢异常引起的脂肪肝,具体还要到医院详细检查。

问题四:最近老伴反复小便带血,B超检查说是膀胱占位,该怎么治疗?

合肥市二院泌尿外科主治医师余学江:肿瘤的可能性比较大,如果是肿瘤需住院手术治疗。 王红梅 记者 李皖婷

椎间孔镜技术 一招终结“老腰突”

杨先生三年前患上腰椎间盘突出,开始是休息一下就会好,可病情发展迅速。不得已,杨先生来到省二院骨科就诊,接诊医生为杨先生仔细检查诊断,决定利用德国引进的椎间孔镜技术开展超微创治疗。手术仅一个小时就完成了。术后第二天,杨先生就像正常人一样下床活动,走起来也稳当。腰部腿部的疼痛消失了,足跟的麻木也消失了。

该院骨科余润泽主任医师介绍,椎间孔镜手术在病人清醒状态下进行局麻穿刺,只需8毫米的切口即可完成,通过椎间孔镜能清晰观察到椎管和神经根,可以最大程度地保持脊柱的稳定性。术

中出血量小,一般只有十几毫升,也大大降低了手术风险。

据了解,腰椎间盘突出是常见病、多发病,随着临床水平的提高、内窥镜技术的发展和手术器械的革新,创伤小、恢复快让微创治疗已经成为脊柱外科手术的发展趋势。

余润泽说,该技术适用于各种类型腰椎间盘突出,尤其是中、重度间盘突出以及椎间盘脱出、游离等。对于青少年、高龄、肥胖、多节段突出、手术后复发以及合并其他病史的腰椎间盘突出患者较开放式手术更有优势。

夏鹏程 记者 李皖婷

合肥市三院携手 中铁上海工程局为农民工义诊



9月2日,合肥市三院义诊医疗小组来到中铁上海工程局合肥地铁1号线大东门站工地,心内科、内分泌科、骨科、眼科等科室的骨干医师,为50多位农民工开展了心电图、血糖、血压等项目的检查,发放健康教育宣传手册,普及了健康知识,为支持合肥地铁建设贡献出一份力量。

张丽 周红伟
记者 李皖婷 文/图

下期预告

肿瘤介入治疗有何优势?

什么是肿瘤微创介入治疗?肿瘤介入治疗具有哪些技术优势和特点?除了恶性肿瘤,哪些良性疾病可以做介入治疗?下周五(9月18日)上午9:30至10:30,本报健康热线0551-62623752,将邀请安徽省肿瘤医院(安徽省立医院西区)

肿瘤介入科主任王伟昱与大家交流。

王伟昱,医学博士、副教授、硕士生导师,中国抗癌协会肿瘤介入治疗委员会全国委员、中国抗癌协会肿瘤微创治疗委员会全国委员。

崔媛媛 记者 李皖婷