

气温骤变 警惕高血压性脑出血

文/本报记者 马薇妮 通讯员 张雷 马萌 图/本报记者 秦媛

高血压是导致心梗、脑卒中的首要危险因素,高血压病会出现很多并发症,其中,致死、致残率最高的是脑出血。对此,徐州市第六人民医院神经内科主任赵伟表示,秋冬季是高血压性脑出血的高发季节,预防远比治疗更重要,建议大家保持健康、科学的生活习惯,一旦出现头痛、呕吐、肢体偏瘫等症状,及时就医。



血压升高不在意 男子突发肢体偏瘫

58岁的张先生患有高血压多年,始终没有规律服药。“头晕了就吃两片,血压正常就停药,总觉得没不适就没事。”不久前,他早上起床后,感觉自己的左侧肢体完全无法活动,还伴随着剧烈头痛和意识模糊,家人赶紧把他送到徐州市第六人民医院。急诊头颅CT检查显示其右侧基底节区脑出血。

针对张先生的病情,赵伟带领团队迅速制定个体化治疗方案。“患者出血量中等,未形成脑疝,符合立体定向置管血肿清除术的指征。”赵伟介绍,作为科室特色微创技术,该手术通过精准定位,在头皮做微小切口,置入引流管抽吸血肿并持续引流,创伤小且能最大程度保护

脑组织。手术完成后,张先生在药物治疗与康复训练的配合下,左侧肢体功能也逐步恢复了。

“近期,我们接诊不少高血压脑出血的患者。”赵伟表示,神经内科接诊的脑血管病患者中,高血压性脑出血占比超过一半,多见于50至70岁的中老年人,近年来30至40岁的青壮年患者也逐年增多。

“高血压性脑出血的核心病因是长期血压控制不佳。脑内小动脉长期受高压冲击,会逐渐发生玻璃样变性、硬化,一旦血压突然升高,就容易破裂出血。”赵伟指出,该病典型症状多为突发剧烈头痛、呕吐、肢体偏瘫、意识模糊,且发病急、进展快。



查看患者影像资料。

警惕“无声杀手” 科学防控高血压

“高血压性脑出血是一种非常凶险的急症,治疗时我们会精准个体化施策。”赵伟介绍,根据出血部位、出血量和患者意识状态进行综合判断,对于大脑出血30毫升以下、小脑出血10毫升以下的患者,可以采取保守治疗,通过止血、控压、改善脑代谢药物稳定病情后,身体可以逐步康复;对于大脑出血量30至40毫升左右、小脑出血量超过10毫升、意识清醒或浅昏迷的患者,可以采用微创手术治疗;如果患者的出血量较大或已形成脑疝,需要采用开颅血肿清除术联合去骨瓣减压术治疗,最大程度清除血肿、降低颅内压,挽救患者生命。

“高血压性脑出血可防可控,预防远比治疗更重要。”赵伟提醒,很多人对高血压危害认识不足,认为身体没有不适

就不用治疗,这是脑出血高发的重要原因。患有高血压、高血脂、高血糖、高同型半胱氨酸的群体,需做好全方位防控。

赵伟建议,防治高血压首先要定期监测血压,成年人每年至少测一次血压,高血压患者每周测量2—3次。

其次,季节变化对血压影响显著。冬季气温低,血管收缩易导致血压升高。高血压患者冬季要注意保暖,避免受凉。高血压患者需遵医嘱规律服药,不可擅自停药、减药。

最后,保持健康生活方式。饮食上坚持低盐低脂,减少高油、高盐、高糖食物,多吃蔬菜、水果和全谷物;戒烟限酒,避免酒精刺激导致血压骤升;规律作息,避免熬夜和过度劳累;保持情绪稳定,避免大喜大悲;适度运动,选择散步、打太极拳等温和方式,避免剧烈运动。

本期专家 赵伟

徐州市第六人民医院神经内科主任,副主任医师,医学硕士。致力于神经外科临床、科研、教学工作,在神经系统常见病、急危重病等方面积累了较丰富的临床经验,熟练掌握神经外科领域的前沿理论知识、临床各种疾病的诊治和手术、介入治疗,擅长颅脑外伤,颅内及椎管内肿瘤及血管病等常见病的诊断及治疗。获徐州市医学新技术两项,市优秀学术论文一项。



共促口腔医学高质量发展

淮海口腔医学2025年度学术会议(病例大赛)
暨口腔医疗器械耗材展示会举行



▲学术会议现场。
▲口腔医疗器械耗材展示会。

本报讯(记者 马薇妮 通讯员 宋英帅)为进一步推动区域口腔医学发展,提高区域口腔医学人才培养质量,提升口腔疾病诊疗水平,11月6日至8日,淮海口腔医学2025年度学术会议(病例大赛)暨口腔医疗器械耗材展示会在徐州举行。全国各地口腔医学领域的近1500位同仁齐聚彭城,共赴学术盛宴,携手助力口腔医学高质量发展。

口腔健康是全民健康的重要基石。据了解,为促进口腔医学事业的发展,加强口腔医学同仁之间的交流与合作,2023年11月,首届淮海口腔医学发展大会在徐州举行,并成立淮海经济区口腔专科联盟,开启了淮海区口腔医学协同发展的新篇章。两年来,联盟单位在医疗技术、科研创新、人才培养等领域展开全方位合作,“双百工程”项目为基层口腔医疗注入强劲动能,学术交流、科研成果分享常态化开展。如今,联盟的品牌影响力持续提升,为区域口腔医学高质量发展注入源源不断的新活力。

本次大会由淮海经济区口腔专科联盟、徐州医科大学口腔医学院主办,徐州市口腔医学会、徐州市口腔医院(徐州医科大学附属口腔医院)承办。大会邀请国内口腔医学领域的顶尖专家和学者就近年来口腔医学领域的新技术、新成果、新理念作专题报告和分享,解读口腔医学前沿趋势与未来方向。

大会设置多个专题论坛,内容全面覆盖口腔种植、口腔正畸、口

腔颌面外科、口腔修复、数字化口腔等关键领域。在各专题论坛中,业界“大咖”们分享临床实践中的成功案例,聚焦细分领域展开深度研讨,推动临床经验与科研思路同频共振。通过本次大会,不仅为口腔医学领域的同仁搭建起交流切磋的优质平台,助力大家汲取先进理念与技术、拓宽学术视野,更能促进口腔医学各领域协同发展。与此同时,病例大赛为来自全国各地的青年医者提供了展示精湛技艺与诊疗智慧的平台,既为行业内医护人员打造了学术交流、经验分享的渠道,也为推动口腔医疗技术的提升与创新奠定了坚实基础。

在口腔医疗器械耗材展示会上,来自全国的众多口腔医疗器械、材料企业踊跃参展,他们集中展示了口腔医学领域的前沿产品。本次展示会为“医工融合”搭建桥梁,让创新产品与临床需求精准对接,成为展示口腔医学最新成果的平台,让口腔医学工作者了解到最新行业动态,为选择合适的技术和设备提供了便利。

本次大会作为辐射区域的口腔医学交流枢纽,秉承“创新协同、赋能未来”的初衷,精心搭建了“学术交流+成果展示”的平台,有效促进了区域口腔医学的协同发展。未来,淮海口腔专科联盟将进一步深化合作机制,共建共享优质医疗资源,让群众享受到更均等、更优质的口腔健康服务,共同推进口腔医疗事业高质量发展。

本报记者 秦媛 摄