

偏头痛别硬扛,时间长了容易致残

本报讯(陈荣春 李社莹)头痛是个常见症状,但如果是偏头痛就要注意了,千万不能硬扛。36岁的小琳就深感偏头痛之苦。

“可能是遗传了母亲,我10岁左右就开始头痛,那会儿痛得需要请假在家休息,影响上学。”长期被头痛困扰,小琳无奈之下赶到市一院就诊,“工作后也时不时头痛,做过头颅CT和磁共振检查,找不出任何问题。”

市一院神经内科主任医师练学淦了解到,近年来,由于头痛的经常袭扰,且止痛药效果不佳,小琳逐渐出现心情低落、抑郁表现,夜间入睡困难,还经常做噩梦。结合相关影像资料及小琳头痛时伴有恶心、呕吐,劳累后头痛容易加重,头痛以偏侧为主等症状,医生得出诊断:无先兆偏头痛,睡眠障碍、抑郁状态。

练学淦介绍,偏头痛是一种慢性发作性脑功能障碍性疾病,可有

家族史,临床表现为反复发作的单侧或者双侧头部搏动性胀痛,疼痛程度一般为中重度,常伴恶心、呕吐、畏光、畏声,活动后头痛程度加重。有关数据显示,偏头痛极有可能导致人短暂地丧失劳动能力,并诱发一系列心理问题,50岁以下女性致残原因尤为明显。

针对小琳的疼痛现象,医生为她开出苯甲酸利扎曲普坦片、萘普生钠两种药物作为急性止痛药,阿米替林和托吡酯作为预防性治疗帮助减少头痛发作次数,同时阿米替林可以改善低落情绪和睡眠障碍,实现一种药物多种治疗效果。小琳回家后严格遵医嘱用药,同时根据医生指导,避免咖啡、巧克力、酒、奶酪、酱油等偏头痛诱因,每天劳逸结合,经过一个多月的治疗,偏头痛情况得到很好控制。

专家表示,偏头痛与性别有关,女性患病率是男性的2—3倍,同时女性患者更可能会因为疼痛

难忍及伴随的严重呕吐到医院就诊寻求止痛、止吐治疗。伴随长期慢性疼痛而来的焦虑、抑郁、失眠也更多见于女性患者。“偏头痛发作有时候会感觉头部一跳一跳地疼,而如果反复发作,疼痛感觉就像弥漫开来,而且疼痛的敏感性也随之增加,有时候风一吹头就痛了。”

专家建议,市民如出现偏头痛相关症状,需要注意:认真记录:偏头痛是可防、可治但无法根除的疾病,建议市民以头痛日记的形式记录自己的头痛发作特点,这样可以帮助医生明确诊断并制订合理的治疗方案;不能过度使用止痛药物:过度使用止痛药会造成药物依赖和滥用,会导致药物过度使用性头痛;养成健康的生活方式:保证充足的睡眠,不能熬夜,忌烟酒、咖啡、巧克力、奶酪等,规律作息、均衡营养、合理膳食,每周开展3—5次体育锻炼,学会释放压力。

“常青树 暖夕阳”
市七院医养融合体验行

顾德华 摄

■本报记者 李青
通讯员 七轩

机里已经存满了故事,心里也存进了新的印象——

“没想到七院变化这么大!”
“颠覆了我以前老破小医院的印象。”

日前,“常青树 暖夕阳”医养融合体验行中,20名摄影爱好者来到市七院。他们走过老年医学会诊中心、康复中心、体检中心、医养融合病房,镜头不仅仅捕捉着医养融合的场景和环境,更在寻找那些触动人心的瞬间:医生耐心地询问着患者病情,温柔的话语让患者敞开心扉;患者在物理治疗师的指导下,迈出缓慢却坚定的步伐;护士和家属推着轮椅路过,灯光照亮了她温柔的笑容……

随着日落的余晖洒在医院的窗户上,摄影爱好者的相

“我感受到,医养融合带给人们的不仅是身体上的康复,还有心灵上的慰藉。”

截至2022年底,我市60周岁以上户籍老年人口已超过100万人,平均每4个人中就有一名60周岁以上老人,已经迈入深度老龄化社会。如何积极应对人口结构变化挑战?

作为全市唯一的老年病医院,市七院近年来积极推动医养融合,优化老年健康和养老服务,提升老年人生活质量和满意度,为老龄健康事业打下了坚实的基础。

早产女婴血小板骤降 异型血为其带来生机

■本报通讯员 杨小霞

近日,一名胎龄35周的女婴呱呱坠地,体重仅有两斤多。出生后不久,她全身密布红点,引起了接诊医院医生的高度警觉,怀疑苗苗可能血小板含量不足,凝血功能存在障碍。

于是,苗苗被迅速转诊至市儿童医院。经过一系列详尽的检查,苗苗被确诊患有原发免疫性血小板减少症。更令人担忧的是,她体内的血小板数量仍在不断下降。如果不及时为苗苗补充血小板,她的身体状况将会愈发虚弱,生命危在旦夕。

在紧急为孩子配血的过程中,医院却遇到了困难,一时间无法找到与她相匹配的同型血液。这一突如其来的状况,给苗苗的治疗带来了更大的挑战。“外来的血液跟她自己的血会发生凝集反应,相当于阻碍她的血小板进一步生成,这样的情况是肯定不能给她输血的。”新生儿科副主任医师吴薇解释道,“妈妈是O型血,宝宝是A型血,妈妈体内有抗A的抗体,在怀孕过程中通过胎盘给到宝宝,跟宝宝A型的抗原发生反应,进一步破坏红细胞,导致



血输进去后会溶血。”

为尽快解决苗苗的用血难题,在确定成因后,市儿童医院紧急联系了市中心血站。“我们给她配了O型血。因为我们要避开血液中的抗A抗体,只要不给她输入A型血就好了,理论上就可以给她输入O型血液。”市中心血站输血研究室副主任杨红梅说。从医院紧急联络血站,到成功配型输血,全程仅耗时两个多小时。得益于及时输入匹配血液,苗苗的病情迅速好转,在新生儿科住了20多天后就顺利出院了。

目前,苗苗已经长到九斤多重,生长情况良好,已与同龄孩子无异。“她血小板没有再变少,血

红蛋白也没有再出现贫血的情况,她自己慢慢把抗体代谢掉以后,就不会再出现不能输同型血的情况。”吴薇说。

免疫性血小板减少症,过去又称为“血小板减少性紫癜”,它的发病与免疫机制的参与有关,部分患者甚至可以检测到针对血小板的抗体,是儿童中最常见的出血性疾病之一。从小婴儿到青春期,各年龄段无一幸免,均可能发病,在10万名15岁以下儿童中,约有4到5名儿童会罹患这种疾病。一旦诊断明确,医生会根据孩子的出血严重程度、血小板减少程度、有无其他加重出血的危险因素情况,评估是否需要药物治疗。

颈椎病、肩周炎、腰椎间盘突出、椎管狭窄、坐骨神经痛

腿脚酸、胀、痛、麻、无力就用十味活骨贴

北京退休回乡的老教授自幼酷爱中医,专攻骨科顽疾。凡腰椎间盘突出、颈椎病、椎管狭窄、椎体滑脱;增生、不能翻身、下床、行走;下肢麻木胀痛、走不远、走不稳者,只需他研制的“十味活骨贴”贴敷几次,病症就能得到极大改善,恢复正常生活,这方法在当地民间广为流传!

解放路刘先生患有腰4—5椎

间盘突出、椎管狭窄、腰5骶1膨出。刚开始他只是腰疼,没多久臀部和腿也感到疼痛麻木,发展到最后走不了几步路。用“十味活骨贴”后麻木之处就有了痛感,一个疗程后不适症状基本消失,两个疗程后得到康复,可正常生活。

“十味活骨贴”不以暂时止痛蒙蔽患者,而以轻松弯腰扭脖、自由活动为检验效果,对比治疗前后

CT片更能说明问题!专门针对:颈椎病、腰间盘突出、椎管狭窄、椎体增生、滑脱、股骨头坏死等顽症。

双十一优惠:买5盒送2盒,10盒送5盒,20盒送12盒

经销地址:常州益风大药房
(新堂北路12号新第三中学斜对面)

咨询热线:15366838335
常州免费送货邮寄 广告

11月起

常州二院开设膏方门诊

本报讯(李青 邓璐 肖云)根据中医“秋收冬藏”的理论,秋冬时节至立春前最为适宜进补,能使“体内所需”最大限度地贮存于体内,为来年开春乃至全年的身体健康打下良好的基础。11月起,南医大三附院(常州二院)阳湖、延陵院区同时开设中医膏方门诊,方便周边百姓调理养生。

冬季膏方又名膏滋,是在复方汤剂的基础上,经浓煎后掺入胶类及其他辅料而制成的一种稠厚状半流质或冻状

剂型。南医大三附院(常州二院)中医科副主任张丹:“为方便患者使用膏方,今年我院特增设了养生阿胶糕(切片),分别为滋阴糕、温阳糕、平补糕,可适用于不同体质的亚健康人群,且口感好,携带方便,患者更易接受和坚持服用。此外,我科还设有艾灸仪、督灸仪、拔罐仪,可针对关节炎、痛经、体虚易感冒、畏寒泄泻等寒湿体质人群。具有较强的温通经脉、驱寒祛湿、活血化痰等疗效。”

链接

膏方适用人群:

- 慢性病患者:慢性胃肠炎、高血压、冠心病、糖尿病、高血脂症、脑梗死后遗症、慢性咽炎、慢性支气管炎、支气管哮喘、痛风、慢性肾炎、性功能障碍等;
- 大病重病后、手术后、放化疗后、出血后等身体恢复阶段人群;
- 妇科患者:月经不调、痛经、带下病、不孕症、孕前

调理、产后气血亏虚、更年期综合征等;

4. 体质偏颇人群:易感冒、怕冷、过敏、贫血、乏力、干燥等;

5. 亚健康人群:长期劳累或压力负担过重,无明显疾病,但常感到身体不适,易疲乏困倦,睡眠质量下降或失眠,颈肩腰腿痛等;

6. 中医整体调理、养颜美容、延缓衰老人群。