

38岁女子频发胸闷胸痛

“火眼金睛”找出元凶

专家谈病
□本报通讯员 一萱

“感谢王跃涛主任,精准找出我胸闷胸痛的原因,继而得到及时救治,现在我的胸口再也没出现不舒服的感觉,整个人精神多了。”近日,在市一院核医学科专家门诊,前来复诊的郭女士感激万分。

郭女士今年38岁,经营着一家烧烤店生意,平时生意红火,经常工作到凌晨。从去年年底开始,她在劳累后经常会感觉身体不适,“忙的时候总有胸口发闷的感觉,有时还有阵痛,每次发作持续十多分钟。”

郭女士曾前往当地医院就诊,相关影像资料显示,她的心脏上有两条冠状动脉血管内壁的多个地方出现斑块,管腔已经轻中度狭窄,另有一血管的管腔已有近一半堵塞。由于冠状动脉狭窄程度处于临界病变,没达到必须放支架的标准,郭女士按医嘱进行药物治疗,并密切随访观察。

然而好景不长,出院后没多久,郭女士的胸口又开始不舒服起来,她便预约了市一院心血管内科副主任杨晓宇的专家门诊。结合临床表现和既往的影像资料,杨晓宇建议找核医学科王跃涛主任做运动+静息心肌灌注显像检查,进一步评估心肌缺血的情况。

“郭女士左前降支供血区域的心肌出现大范围可逆性的心肌缺血,虽然冠脉造影显示冠脉狭窄程度不重,但心肌灌注显像显示已经引发严重的心肌缺血,必须尽快植入支架进行冠脉血运重建,否则可能会产生严重后果,甚至有生命危险。”王跃涛表示。

郭女士住进一院,结合核素心肌灌注显像检查结果,杨晓宇团队立即开展冠状动脉前降支支架植入术,术后她没有出现过胸痛的症状。

王跃涛介绍,核素心肌灌注显像是目前诊断冠心病心肌缺血最可靠的无创性影像学诊断技术,具有简单、无创伤、安全、诊断准确性高等优点,可以直接判断心肌是否缺血,同时准确评价哪支病变血管导致心肌缺血(也称之为“罪犯血管”),进而指导临床精准对罪犯血管进行支架植入。

冠状动脉造影是诊断冠心病的“金标准”,但无法直接反映心肌缺血的程度。因此,在进行有创的冠状动脉造影之前,有必要对心肌缺血进行无创评估,而核素心肌灌注显像作为医生的“火眼金睛”,就是有效的方法之一。

“郭女士的情况非常典型,核素心肌灌注显像检查效果也很明显。市民如出现胸闷、憋气、胸口疼等冠心病症状,可以通过核素心肌灌注显像进行确诊,如果已经确诊为冠心病,核素心肌灌注显像可帮助评估预后和进行危险度分层,指导临床制定治疗方案,如

药物治疗、支架或者搭桥治疗。”王跃涛说。

近年来,市一院核医学科在冠心病多模态无创诊断、心肌缺血诊断和

存活心肌诊断领域居国内领先水平,并已将创新技术推广至23个省的100余所医院,心脏核医学创新成果在国内排名前列。



王跃涛 市一院核医学科主任、主任医师、专业技术二级、博士生导师、博士后合作导师、享受国务院政府特殊津贴专家、苏州大学核医学与分子影像临床转化研究所所长,常州市分影像重点实验室主任。他担任中国医师协会核医学医师分会副会长,中华医学会核医学分会全国常委、秘书长兼心脏核医学组组长,中华医学会心血管病分会心血管影像学组副组长,中国医院协会医学影像中心分会副主任委员,《中华核医学与分子影像杂志》常务编委,江苏省医学会核医学分会第七届委员会主任委员,江苏省医

专家介绍
师协会核医学分会候任会长。
他是全国知名的核医学专家、著名的心血管核医学及影像专家、江苏省核医学领军人才,在冠心病无创影像诊断领域有突出造诣。近年来,他主持国家自然科学基金面上项目3项、江苏省重点研发计划(社会发展)2项,以第一作者或通讯作者发表SCI、中华系列论文70余篇。他主持制定我国首部《核素心肌显像临床应用指南》和《核素心肌显像规范化报告书写专家共识》,参与制定我国核医学行业规范、指南和专家共识10余部,副主编全国高等学校五年制本科临床医学教材《核医学实习指导》。他以第一完成人获省科学技术奖二等奖(2019年度)、第二完成人获省科学技术奖一等奖两项(2021年度,2022年度),第一完成人获江苏省医学新技术引进奖一等奖和二等奖共6项,指导培养博士、硕士研究生50余名。
近年来,他先后获得“第四届国之名医·卓越建树”“江苏省首届医师奖”“江苏省卫生健康先进工作者”“江苏省卫生健康行业优秀共产党员”等荣誉称号。
专家门诊时间:周一

毛病虽小却痛苦万分 小切口来解决大问题

杏林撷英
□本报通讯员 杜茜

“谁能想到,这个小毛病让我吃足了苦头。要不是你们,我就去截趾了!”家住四川的顾奶奶感慨道。

顾奶奶今年78岁,早在青春期,她就感觉自己双足大拇指和其他姐妹不太一样,有点凸出,不过,除了不能穿漂亮的高跟鞋以外也没有其他不舒服,也就没有当回事。直到20多年前,她发现自己的双足越来越难看,特别是拇趾向相邻的第2趾头方向严重倾斜,拇趾根部则向内侧凸起,她不得不比平时穿大一码鞋子,而且走路时间一长就会觉得脚尖和脚底酸痛。

今年,顾奶奶发现自己的第2脚趾被挤压得开始上翘,脚趾缝的皮肤也经常破溃发炎,合脚的鞋子越来越难找,甚至不能落地走路。她到当地医院就诊咨询,被告知要截趾。顾奶奶一听要截趾,就放弃了治疗的念头。

前段时间,顾奶奶的子女将她从老家接到常州生活,看着顾奶奶步履蹒跚,每走一步像是在过刀山火海一样,于是决定带她到市四院就诊。

市四院骨科主治医师李桂军经过体格检查及专科检查,判断顾奶奶已经是重度拇外翻,需要手术干预。由于顾奶奶有糖尿病、高血压等慢性病,而且双足皮肤色素沉着明显,局部皮肤弹性差,供血不是很好,如果采取传统切开矫形术有可能会发生伤口不愈合等并发症,李桂军最终决定采用微创截骨矫正拇外翻术。

经过充分沟通后,顾奶奶同意接

受这个手术方案,“只要不截趾就行,去掉一点骨头没有关系。”顾奶奶接受了双足微创截骨矫正术,整个手术仅耗时45分钟。经过医护人员精心诊疗与护理,术后第3天,顾奶奶就能下床活动了。

“早知道有这样的手术方式,我早就做手术了,说不定还能穿穿高跟鞋呢!”顾奶奶看着自己矫正的双足,开心地说。

李桂军介绍:“我们根据顾奶奶的站立位、走路姿势等生物力学及足部功能学等设计了微创手术方案,并利用专用器械为顾奶奶进行了大脚骨截骨矫正,同时进行了拇收肌松解,使其外翻的拇趾尽可能恢复正常平衡关系。这种手术方式具有创伤小、恢复快、不留疤痕的优点,而且不需要钢板或螺钉固定,不需要二次手术取钢板等,住院时间比较短,手术花费小。”



李桂军 市四院骨科主治医师,苏州大学硕士研究生,擅长创伤骨科及足部矫形,尤其擅长拇外翻矫形,在拇外翻矫形方面他主持常州科技局应用基础研究项目一项,市卫健委重大项目一项,针对拇外翻发表北图核心以上期刊论文数篇。

科学备药不盲从,合理用药享健康

“武医”星播报
□本报通讯员 武医宣

随着疫情防控措施不断优化调整,“囤药”“吃药”成为大家茶余饭后的焦点话题。退烧、止咳、抗病毒、抗菌药物等药品更是成为热门关注对象,相应的药物也被囤入家庭药箱。但在购买及使用药品的过程中,该如何科学选购和安全使用则更为重要。就近期广大群众最关心的话题,武进人民医院临床药学科主管药师范伟伟为大家科普居家安全用药注意事项。

不需要大量囤药

结合目前新冠的症状,可依据感冒症状进行治疗,结合自己平时治疗感冒的方式,备对症的药,但没必要多种类大量的囤药。

另外,大家可以在家里备一些其他常见疾病可能会用到的药品,比如肠胃功能差出现腹泻,可以备止泻药,如:蒙脱石散等。

没有症状不要吃药

退烧药、感冒药、止咳药、化痰药都不能预防新冠,更不能根治,只能缓解症状,盲目服药不可取。

选择对症治疗药物

感冒时经常出现发热、流鼻涕、鼻塞、打喷嚏、咽喉疼、咳嗽、痰多等,针对某一症状选用含有单一有效成分的药物对症支持治疗,减少不必要的

常见复方感冒药的药物组成成分						
商品名	通用名	解热镇痛药	抗组胺药 缓解流涕、打喷嚏	减充血剂 缓解鼻塞	镇咳药	其他
新康泰克	复方盐酸伪麻黄碱		氯苯那敏(4mg)	伪麻黄碱(90mg)		
惠菲宁	美敏伪麻		氯苯那敏(0.4mg/ml)	伪麻黄碱(6mg/ml)	右美沙芬(2mg/ml)	
泰诺	酚麻美敏	对乙酰氨基酚(325mg)	氯苯那敏(2mg)	伪麻黄碱(30mg)	右美沙芬(15mg)	
白加黑(白片)	氢酚伪麻美芬	对乙酰氨基酚(325mg)		伪麻黄碱(30mg)	右美沙芬(15mg)	
白加黑(夜片)	氯苯那敏	对乙酰氨基酚(325mg)	苯海拉明(25mg)	伪麻黄碱(30mg)	右美沙芬(15mg)	
快克	复方氨酚烷胺	对乙酰氨基酚(250mg)	氯苯那敏(2mg)			金刚烷胺(100mg)、人工牛黄(10mg)、咖啡因(15mg)
感康	复方氨酚烷胺	对乙酰氨基酚(250mg)	氯苯那敏(2mg)			金刚烷胺(100mg)、人工牛黄(10mg)、咖啡因(15mg)
仁和可立克	复方氨酚烷胺	对乙酰氨基酚(250mg)	氯苯那敏(2mg)			金刚烷胺(100mg)、人工牛黄(10mg)、咖啡因(15mg)
999感冒灵(每袋10g)	感冒灵	对乙酰氨基酚(200mg)	氯苯那敏(4mg)			咖啡因(4mg)、中药野菊花、三叉苦等
维C银翘	维C银翘	对乙酰氨基酚(105mg)	氯苯那敏(1.05mg)			金银花、连翘、维生素C(49.5mg)等
感冒清片	感冒清片	对乙酰氨基酚(12mg)	氯苯那敏(0.5mg)			南板蓝根、大青叶等

药物使用。

发热是人体启动免疫功能的体现,对于体温≥38.5℃和(或)出现明显不适时,可选择单用对乙酰氨基酚或者布洛芬,两个药不建议交叉使用,因为可能会导致用药差错和增加副作用。

针对发热、头痛、嗓子痛等疼痛症状,或者没有发热仅有疼痛症状时,药物选择上可以只服用含单一药物成分的对乙酰氨基酚或布洛芬。

咳嗽也是机体自我保护的手段,大于1岁儿童可给予蜂蜜或其他温热流质(汤、茶等)。成人可以选择含右美沙芬的药物。如咳嗽有痰,而且痰不易咳出时,可选择含单一药物成分氨溴索、乙酰半胱氨酸或愈创甘油醚

的化痰药。

若出现流鼻涕,可选择氯苯那敏、氯雷他定、西替利嗪等,若鼻塞症状明显,可选择含有伪麻黄碱的药物。

多个感冒症状同时出现时,可针对症状选择含有相应有效成分组合的复方感冒药。(如图)

不要多吃药 仔细阅读药品说明书

不要在短时间内重复用药,退烧药每4—6小时才可重复使用1次。另外,也不要同时吃多种退烧药,摄入过多,并不会让退烧更快,反而增加药物不良反应的发生。

服用药物时一定要仔细阅读药品说明书,明确自己是否存在用药禁忌

或慎用的情况;看清楚药品主要成分,特别是复方感冒药物、中成药,其中一些药物也含有对乙酰氨基酚。如果吃了复方药物,就不要再吃退烧药,否则可能药物过量摄入,导致急性肝功能损伤。

另外,儿童用药不是单纯的药量减半,一定要按照说明书仔细计算小朋友该吃多少。

不要擅自服用抗菌药物

抗菌药物是针对细菌感染,而新型冠状病毒是一种病毒,抗菌药物不能作用于病毒,并且随意使用抗菌药物还会增加细菌耐药风险。抗菌药物建议在医生或药师的指导下使用。

用药注意事项

含有氯苯那敏或者苯海拉明的感冒药服用后可能会引起嗜睡,建议睡前或者夜间服药。如白天服用,注意不要开车或者操作精密仪器,或者可以选择分为日夜片的感冒药,其中白天的药片不含抗过敏药。

服用退烧药、感冒药后不要饮酒,酒精会增加不良反应的发生,服用对乙酰氨基酚期间饮酒,会损害肝脏,因此,服用此类药物期间应避免饮酒或含酒精的饮料。

需要注意药品保存方式,在正确的贮存条件下,才能够保证药品质量。一般药品要常温、避光、阴凉保存。具体每种药品的储存方法,可参考药品说明书。

每个人都是健康第一责任人,面对眼花缭乱的用药清单和囤药狂潮,做好个人防护和增强免疫力是关键,科学用药,保证健康。

我市对市属医疗美容机构开展监督检查

卫生监督之窗
□本报通讯员 卫监

12月14日—15日,常州市卫生监督所和常州市市场监督管理局联合对市属医疗美容机构开展监督检查。

根据《医疗美容行业突出问题专项治理》文件要求,常州市卫生监督所行政执法人员重点检查了医疗机构开展

的医疗美容项目,人员资质和医疗文书质量等方面的情况。检查发现,市属医疗美容机构开展的医疗美容项目、人员资质等均符合要求。个别机构存在医疗文书书写不规范的情况,行政执法人员当即要求医疗机构进行整改。

下一步,常州市卫生监督所将组织回头看,对整改情况继续跟进监督,切实督促医疗美容机构落实主体责任,进一步规范医疗行为、提升医疗质量,全力保障爱美人士的健康权益。

老年人怎么吃才能提高免疫力?

健康知多少
□本报通讯员 二宜

近日,全国老龄工作委员会办公室、中国营养学会共同启动全国老年营养改善行动,发布了新版的《中国老年人膳食指南(2022)》。《指南》首次对一般老年人(65~79岁人群)和高龄老年人(80岁及以上人群)分别进行膳食指导。

当下,不少老年人出现摄入量不足、体重减轻、皮下脂肪减少、肌肉质量减轻、功能状态减弱等情况。所以,在一般成年人平衡膳食的基础上,应该为老年人提供更加丰富多样且易于消化吸收利用的食物。

此次发布的《指南》特别细化了对于老年人具体饮食量的要求。例如,动物性食物摄入量总量要争取达到每日120克到150克。其中,鱼40克到50克、畜禽肉40克到50克、蛋类40克到50克。推荐每日饮用300~400毫升牛奶或蛋白质含量相当的奶制品。同时,要保证摄入充足的大豆类制品,达

到每日吃相当于15克大豆的水平。

市二院老年科主任叶新华说:“老年人因为顾虑高血压、糖尿病、痛风,所以在吃的方面特别担心,可能会过度控制营养的摄入。其实,我们每天要完成各种生理功能,必须要有蛋白质参与。老年人走得慢,步子比较小或者爬不动楼梯,最重要的原因就是肌肉力量不够。新版《中国老年人膳食指南》强调,不能用蔬菜代替水果,且要尽可能选择不同种类的水果;动物性食物换着吃,保证能充分摄入畜肉、禽肉及鱼虾类食物。要努力做到餐餐有蔬菜,特别注意多选深色叶菜,如油菜、青菜、菠菜、紫甘蓝等。”

“膳食纤维也是很重要的。”叶新华解释,“蔬菜和水果当中也有很多膳食纤维,它能辅助改善我们的糖代谢和脂代谢。因此,我们要有意识地去增加含膳食纤维的主食,像红薯、山药、芋头和土豆。尤其是70岁以上的老年人,大多数还是以碳水为主,牛奶和鸡蛋的摄入量远远没有达标。”

叶新华同时建议,在给老年人制作菜品时,要尽量细、软、烂,要充分照顾到老人的消化功能。

一般老年人膳食指南核心推荐

- 食物品种丰富,动物性食物充足,常吃大豆制品
- 鼓励共同进餐,保持良好食欲,享受食物美味
- 积极户外活动,延缓肌肉衰减,保持适宜体重
- 定期健康体检,测评营养状况,预防营养缺乏

常州献血

10—11月爱心献血光荣榜

□本报通讯员 周欢欢

今年10至11月,在我市部分爱心团体的关心和支持下,7195人献血

206433毫升,保障了充足而安全的血液供应,帮助患者重获新生和健康。我们的城市因奉献而温暖!现将我市10月、11月团体献血情况公示如下:

单位	人数	献血量(毫升)
常州富都青枫苑宾馆	24	4800
中信银行常州分行	22	5800
江苏雷利电机股份有限公司	55	17200
江苏龙城精锻集团有限公司	57	18900
国网常州供电公司	91	24900
柳工常州机械有限公司	49	16800
常州工程职业技术学院	1642	449820
常州工学院(巫山路校区)	178	50600
常州市武进区雪堰镇	121	39290
常州市武进区公务员	141	43600
常州市武进区前黄镇	151	49900
常州市武进区太湖湾旅游度假区	64	18420
常州市武进区礼嘉镇	115	38800
常州交通技师学院	37	11300
常州市第七人民医院	54	13300
常州市武进区区域管局	18	6000
河海大学常州校区	425	124370
常州市武进区湖塘镇	171	57100
浙商银行常州分行	10	2700
常州市武进区住房和城乡建设局	26	8300
常州市武进区牛塘镇	93	29900
常州市武进区洛阳镇	105	33900
常州冠恒人力资源有限公司	5	1600
常州市教育局及下属单位	486	108830
常州大学	833	243100
中国太平洋人寿保险股份有限公司常州分公司	20	5800
中共常州市委党校	23	6800
一点点奶茶常州公司	5	1700
常州市武进区嘉泽镇	235	73100
常州市武进区南夏墅街道	122	39300
常州通用自来水有限公司	41	11000
江苏理工学院	1195	334000
中国民生银行股份有限公司常州支行	11	3600
常州市武进区湟里镇	37	13500
常州信息职业技术学院	533	156300
合计	7195	2064330