

老人摔倒一月后突发“脑出血”

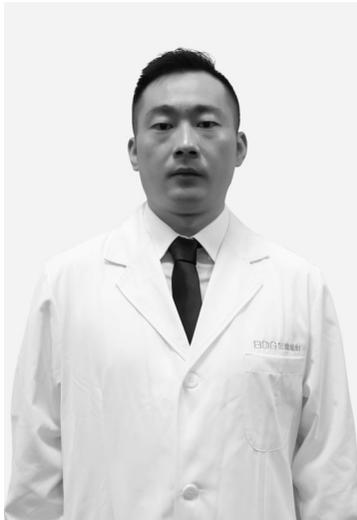
医生:迟发性颅内出血是一颗“不定时炸弹”

大咖健康课

【大咖小传】

汤明磊,南京中西医结合医院神经外科副主任医师。

南京市医学会神经外科分会委员,师从冬雷脑科宋冬雷教授,目前主要开展颅内动脉瘤、烟雾病、脑血管畸形、脑肿瘤、三叉神经痛、面肌痉挛、舌咽神经痛、重型颅脑外伤、脊髓电刺激促醒、脑积水等疾病的手术及介入治疗。



害”完全可能在一个月之后突然显现。

摔到了头感觉“没事”,或是最大的“威胁”

正常成年人的脑组织与颅骨紧密贴合,像一个饱满的果子。但老年人常伴有生理性脑萎缩,脑组织体积缩小,就像核桃仁干缩了,导致颅骨内的空间相对变大。而正是这多出来的“空间”,成了老年人在脑部受伤后危险的缓冲带。“这样,它就会使得老人当时的出血量即使达到30毫升,也可能在24至72小时内不表现出明显症状,慢慢

地,一旦代偿耗尽,病情便会急转直下,往往已错过最佳治疗时机。”汤明磊解释说。

所以,无论在头部受到伤害后有无症状,尤其是老年人,必须第一时间(24小时内)到医院急诊,完成头颅CT检查,这是判断是否存在颅内损伤唯一可靠的方法。“但即使首次CT检查未发现出血,也绝不能掉以轻心,需要对老人进行至少3天的密切陪护观察,留意是否出现头痛加剧、呕吐、嗜睡、言语不清、肢体活动不灵等任何神经系统的异常表现。”汤明磊介绍说,在迟发性颅内出血中,最典型的延迟类型之一就是慢性硬膜下血肿,初期症状轻微(比如头晕、记忆力下降等),大脑可代偿,常在伤后3周至数月内,血肿大到压迫脑组织时才被确诊,这是一个隐藏更深的威胁。

刚退休的刘先生的经历就是如此。在一次打高尔夫挥杆时,他身体旋转带动头部有一个轻微的加速动作,当时感觉略有头晕,并未就医。但在随后的一段时间内,头部总是隐隐作痛,一直靠吃药缓解,但效果并不明显。整整一个月后,他在机场准备登机前,突然感到一侧身体无力、行走蹒跚,最终不得不取消行程。经检查,其颅内已形成一个巨大的慢性硬膜下血肿,必须

立即手术。

“老年人大脑与颅骨间的‘桥静脉’相对更脆弱,轻微牵拉就可能破裂,血液缓慢渗出,常历经数周积聚成巨大血肿才会引发病状。”汤明磊提醒,如果老人头部受伤后,在一个月之内出现“戴帽子”般的头部沉重感、持续头晕、反应迟钝或肢体乏力,务必就医复查CT,以排除这一隐患。不要简单“对症”用药,不但无法缓解病情,还往往会起到反作用。

即便没有症状,一个月之后也要复查CT

颅内血肿按时间可分为三类:三天之内为急性,三天到三周之间为亚急性,三周以后为慢性。不同类型的血肿,其表现和处理方式各不相同。对老人来说,急性颅内血肿常见于严重外伤;慢性颅内血肿多是被轻微甚至不被察觉的外伤所引起,是导致老年慢性认知与功能障碍的常见“隐形杀手”。

“当老人头部受到外伤撞击时,首先不要急于处理,而是应立即就医明确诊断。更不要自行使用红花油等外用药物,这些对颅内出血毫无帮助。”汤明磊表示,对于普通的皮下血肿,小范围的通常会自行吸收;范围较

大的,可能需要较长时间吸收,但一般无需特殊处理,保证充足营养、充分休息即可。“如果是颅内出血,即便一个月之内都没有明显症状,一个月之后都要再次复查CT,排除慢性血肿的可能。”

当然,对于已确诊的慢性颅内出血,治疗策略也是清晰且成熟的,需根据出血原因、位置、出血量及患者状态等综合制定方案,重点在于稳定病情、减少脑损伤、预防并发症,并针对原发病进行干预。汤明磊介绍,当血肿量较小、中线结构无明显偏移,且患者仅有轻微头痛、头晕时,可能建议采取保守治疗,包括使用一些促进血肿吸收的药物,并辅以严格卧床休息、避免用力及密切的临床观察与CT复查。一旦血肿量增大,导致患者出现进行性加重的头痛、意识水平下降、一侧肢体无力或步态不稳等明显的神经功能缺损时,手术治疗就成为首要选择。术后需复查CT确认血肿清除情况,患者仍需注意避免头部再次受伤,以降低复发风险。

扬子晚报/紫牛新闻记者 许倩倩



扫码看视频

江苏疾控权威发布2月防病提示

流感非“大号感冒” 小心诺如病毒

进入2月,江苏气温依旧较低,适逢寒假和新春佳节,人员流动性较大,室内聚集活动多,江苏省疾病预防控制中心专家提醒,此时存在发生呼吸道传播、接触传播疾病等的风险,应注意预防。 通讯员 单云峰 扬子晚报/紫牛新闻记者 吕彦霖



流感并非“大号感冒”

“目前江苏流感活动水平处于中流行水平,要警惕降温和假期人员流动带来反弹。”专家介绍,流行性感冒(流感)是由变异速度快、传染性强的流感病毒引起的急性呼吸道传染病,人群普遍易感。目前感染人类的病毒主要有甲型和乙型等。与普通感冒不同,流感通常起病急,症状更重,主要表现为高热、头痛、全身肌肉酸痛等全身症状,不可简单视为“大号感冒”。

接种疫苗是预防流感最有效的保护手段。由于病毒易变异,疫苗成分每年更新,因此需要每年接种。儿童、老年人、孕妇、慢性病患者和医务人员等重

点人群,只要无禁忌证,都建议优先接种。整个流行季都可接种。此外,日常生活中应注意个人卫生,积极锻炼身体,增强免疫力。营造清新的室内环境,根据天气情况适时通风。在人群聚集处做好个人防护。出现流感症状积极就医。

呕吐、腹泻小心诺如病毒

随着气温的逐步降低,感染性腹泻中的病毒性胃肠炎发病率逐步上升,专家指出,其中的诺如病毒胃肠炎是散发病例和暴发疫情的主要致病源。感染

诺如病毒后,以呕吐和腹泻症状为主,其次为恶心、腹痛、头痛、发热、畏寒和肌肉酸痛等。

据悉,本病为自限性疾病,多数患者症状轻微,通常在1~3天内可自行恢复。传染源为患者和无症状感染者。传播方式多样,包括人传人、经诺如病毒污染的食物或水传播,其中人传人包括直接接触吐泻物、间接接触被污染的环境或物体表面以及摄入含有诺如病毒的气溶胶等。食源性传播最常见的是通过食用被污染的贝类海水产品和一些生食的未彻底洗净的蔬果。

目前,诺如病毒尚无特异的抗病毒药物和疫苗,主要采用非特异性预防和治疗措施。在预防方面,专家提醒,必须保持良好的个人卫生习惯,不吃生冷变质的食物,彻底清洗生食的水果和蔬菜,海鲜类食品一定要彻底地煮熟煮透后再食用。平时注意饮用水卫生;勤洗手,用肥皂和流水至少冲洗20秒,防止病毒经手进入消化道。当出现腹泻和呕吐症状时应及时就医,并和家人相对隔离,呕吐和腹泻后应规范清洗和消毒被污染的环境表面和衣物等。

返乡潮让毒病输入风险增加

春节期间,随着返乡、探亲访友及境内外旅行增多,专家提醒,此时登革热、基孔肯雅热、疟疾等虫媒传染病、尼帕病毒病输入风险增加。

基于此,专家建议,归国人员应做好健康监测,如有不适,及时就医。有登革热、基孔肯雅热、疟疾等流行区旅居史的回国人员应时刻关注自身健康状况,如出现发热等症状时,应及时到

医院就诊,并主动告知医生自己的旅居史。同时,赴境外旅行前,提前关注目的地的传染病风险情况,做好预防措施。如前往蚊媒传染病多发的国家和地区要做好防蚊措施。在野外、室外,要穿长袖衣裤,在外露的皮肤及衣服上涂蚊虫驱避药物等。

寒假别忘保持健康生活方式

“同学们在享受假期的同时,也要记得保持科学、健康的生活方式。”专家指出,恰逢假期,孩子们也应爱护双眼,减少长时间近距离用眼,电子屏幕使用控制好时间,每天日间户外活动不少于2小时,自然光有益视力健康。饮食方面注重平衡膳食,荤素搭配,种类多样,假期期间尤其是春节期间,切忌暴饮暴食。

与此同时,孩子们可以利用寒假培养自己的兴趣爱好,学习有效交流和缓解情绪的方法,如果感到情绪持续低落、焦虑或遇到心理困惑,请及时向家长、老师倾诉,必要时主动寻求专业心理支持。