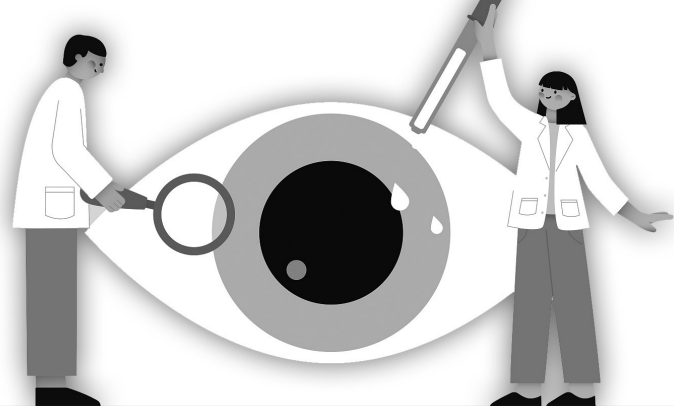


情绪激动，会“炸”掉眼部血管吗

医生提醒：多种刺激都可能引发结膜下出血

近日，演员孙俪在社交平台发文透露自己出现眼睛血管破裂的情况，怀疑和演了一场情绪激动的戏有关，相关话题迅速登上微博热搜，引发广大网友对眼部健康的热议。情绪激动真的会“炸”掉血管吗？南京市中西医结合医院眼科副主任医师刁鹏飞在接受记者采访时介绍，这种出血属于结膜下出血，并不伤及眼球内部组织，本质和皮肤磕碰后产生的皮下淤青类似。很多人会把眼睛血管破裂完全归咎于“生气”，但实际上，诱发该病的原因多样。通讯员 杨璞

扬子晚报/紫牛新闻记者 许倩倩



“当人体搬举重物、情绪剧烈波动、用力咳嗽、存在便秘情况，甚至快速猛回头时，都可能导致血压在短时间内骤然升高。此外，长期熬夜、用力揉眼睛、环境温度忽冷忽热、烟酒无度等不良生活习惯，也会损伤结膜毛细血管，引发破裂出血。”刁鹏飞解释，因为结膜本身是透明组织，所以出血后不会呈现出皮肤的“淤青”状态，反而会露出格外显眼的鲜红色，视觉上看起来比较吓人，但实际上多数情况并不凶险。

刁鹏飞介绍，出现结膜下出血后，诊疗的核心判断依据是视力变化和眼压情况，不同症状应对方式完全不同。

如果视力正常，眼压没有升高，眼睛也没有疼痒等不适

症状，无需过度紧张，出血后的48小时内可以通过冷敷止血，48小时之后改为热敷促进淤血消散，一般不需要特殊用药，两周左右即可自行痊愈，也可以配合服用适量具有和血散瘀功效的中草药，加快淤血吸收，缩短康复时间。

但如果出现视力下降，伴随眼睛胀痛等症状，则提示可能存在眼球内部出血，必须立刻前往正规医院就诊，绝对不能拖延。

刁鹏飞提醒，对于结膜下出血，日常预防的意义远大于发病后治疗，普通人可以从四个方面做好日常防护：

第一，保持心态平和，避免血压骤升。尤其是高血压患者，日常更要注意控制情绪，避免过度急躁，同时不要突然用

力搬举重物，防止血压短时间内大幅波动损伤血管。

第二，科学用眼，避免不良习惯损伤血管。长期用眼过度、频繁揉眼、熬夜、眼睛干涩等情况，都会降低毛细血管弹性，增加破裂风险，日常要注意控制用眼时间，避免熬夜，不要用力揉眼。

第三，调整饮食结构，戒烟限酒。日常饮食尽量保持清淡，少辣、少盐、少油，避免身体上火；烟酒过量会对全身血管造成不可逆的损伤，应当尽量戒除。

第四，反复出血可尝试中医调理。临床上经常出现结膜下出血的患者，多数属于中医“肝火旺”或者“阴虚”体质，日常可在中医师指导下适当饮用菊花枸杞茶等中药茶饮调理。

每次被蜈蚣叮咬都不当回事 为何这次出现严重过敏险些致命

扬子晚报讯(通讯员 刘媛童雯 记者 姜天圣)眼下气温攀升、降雨增多，潮湿闷热的环境让各类毒虫进入活跃期。近日，镇江市中西医结合医院(又名镇江二院)急诊科接诊一名被蜈蚣咬伤的患者，该男子因出现重度全身过敏反应、呼吸困难，一度生命垂危。

据了解，这名患者此前曾多次被蜈蚣叮咬，每次都只是出现轻微肿痛，因此一直未放在心上。

此次被咬伤初期，他仍未及时就医，不料身体状况很快急转直下：全身皮肤发红并长出大片斑丘疹，咬伤部位严重肿胀，随后更是出现胸闷、呼吸困难等危险症状。家人见情况危急，立刻将其送往镇江市中西医结合医院救治。

患者入院时病情危重，医院重症医学科立即启动急救流程，医护人员同步开展清除毒素、抗过敏、消肿止痛、预防破伤风等多项对症治疗。经过全力救治，患者不适症状逐步消退，最终顺利脱离危险。

据医护人员介绍，进入夏季后，阴雨天气频繁，墙角缝隙、花盆底部、下水道周边以及杂物堆放处，都成为蜈蚣等毒虫的主要藏身地。不少市民认为被蜈蚣叮咬只是局部疼痛、起包，忍一忍就能好转，这种想法存在极大安全隐患。

蜈蚣依靠头部特化的毒爪攻击人体，叮咬时会含有多种酶类、组胺物质和神经毒素的毒液注入皮肤，对人体造成双重伤害。最常见的是局部反应，伤口会立刻产生剧烈灼痛与瘙痒，毒

爪留下的点状出血痕迹清晰可见，后续红肿范围还会不断扩大，严重时可能蔓延至整个肢体。

全身性过敏反应最为凶险，中毒者会出现皮肤潮红、大面积荨麻疹，伴随喉咙发紧、胸闷气短、呼吸困难，部分人还会有心慌、头晕、血压下降等症状，严重时可引发过敏性休克，同时还可能出现恶心、呕吐、腹痛等消化道问题。

医生就此提醒，人体会对蜈蚣毒液产生免疫致敏，反复被叮咬后，身体的应激反应会一次比一次强烈、发作速度更快，危险系数也随之大幅提升，此次遇险患者便是典型案例。

针对蜈蚣咬伤，医护人员梳理出一套科学应急处置流程：被叮咬后，首先要迅速远离毒虫，避免二次咬伤，保持冷静不要快

速奔跑，防止加速血液循环导致毒液扩散；随后立即用流动清水或肥皂水持续冲洗伤口15分钟以上，由于蜈蚣毒液呈酸性，碱性肥皂水能够有效中和毒素，冲洗完毕后用干净纱布轻轻吸干伤口表面水分，切忌用力挤压伤口，以免造成毒素进一步扩散；完成清洗后，可用毛巾包裹冰袋对患处冷敷，每次15至20分钟，借助低温收缩血管，缓解红肿、疼痛与灼热感。伤者需全程密切观察身体状态。一旦出现全身皮疹、呼吸困难、头晕心慌、恶心呕吐等不适，必须第一时间就诊。

另外，儿童、老年人、有过敏史人群，以及曾发生过严重蜈蚣咬伤的人群，即便当下症状较轻，也应尽早就医检查，排除风险。

@大量出汗人群，夏季及时补水警惕“肠中风”

夏季，“肠中风”也进入了高发期，该病医学名称为“缺血性肠病”，具有痛感强烈、进展迅速、误诊率和死亡率较高等特点。

武汉大学人民医院消化内科副主任医师张军表示，缺血性肠病是肠系膜血管病变或血流量不足导致肠道血流灌注减少，无法满足肠道正常代谢需求而引发的肠道疾病。

“进入夏季，因该病前来就诊的患者人数有所增加。这是因为夏季出汗增多，体内血液重新分布，肠道血流量相对减少；如果水分补充不及时，血液黏稠度会进一步升高，易诱发肠道缺血。此外，夏季室内外温差大、

饮用冰镇饮品的频率增加等，都会刺激血管剧烈收缩、引发痉挛，增加血栓形成和肠中风发病风险。”

张军介绍，缺血性肠病有明确的高发人群，心血管疾病患者(尤其房颤患者)易形成血栓，血栓脱落便可能堵塞肠道血管。高血压、动脉粥样硬化患者血管弹性变差、管腔狭窄，患该病的风险也显著增加。糖尿病、高血脂等代谢疾病患者血液黏稠度较高，也属于高危群体。此外，老年人群和夏季频繁进行户外运动、大量出汗的人群也需提高警惕。

“缺血性肠病易误诊，很多患者一开始以为是吃坏肚子、得

了急性胃肠炎，进而延误就诊，这种情况非常危险。由于该病进展较快，病情严重时可能出现肠坏死、穿孔等并发症，若不及时治疗，可能危及生命。”张军说。

张军表示，急性胃肠炎患者大多有不洁饮食史，与基础疾病关联较小，整体表现为痛感强烈，腹痛多为绞痛或闷痛、痛感位置游走、压痛明显、揉按可缓解，常伴随腹泻、呕吐、发热、畏寒等感染相关症状。

具体而言，缺血性肠病主要分为三类：急性肠黏膜缺血最为凶险，多由血管突发堵塞，进而造成肠道大面积坏死引发，腹部剧痛难忍，常伴随恶心、呕吐、便血等症状；缺血性结肠炎最为常

见，以轻度突发绞痛为主，发病后短时间内多会出现血便，但若未能及时干预，同样可能进展为肠坏死；慢性肠系膜缺血也较为普遍，典型表现为规律性餐后腹痛，疼痛感通常在餐后半小时左右出现，持续1~3小时。

张军建议，在夏季科学预防肠中风，应及时补充水分，避免脱水造成血液黏稠度升高；规避大幅度冷热刺激，减少冰镇饮品摄入，防止肠道血管受刺激发生痉挛；患有基础疾病的人群需长期规范控制血压、血糖与血脂，遵医嘱合理使用抗血小板类药物；保持规律作息，坚持适度运动，促进全身血液循环，避免血液淤滞。人民日报健康客户端

3000多家医疗机构 建成儿童友好医院

新华社电“目前全国已有3000多家医疗机构建成儿童友好医院，力争到2030年，实现全国90%以上的妇幼保健院、儿童医院、综合医院儿科建成儿童友好医院。”在6月1日举行的国家卫生健康委新闻发布会上，国家卫生健康委妇幼司司长傅卫介绍。

近年来，国家卫生健康委推出多项务实举措，推动优质医疗资源扩容下沉。在儿童季节性疾病高发期，许多医疗机构开设夜间门诊、周末门诊。各级医疗机构优化诊疗流程，推行分时段预约诊疗、一站式服务等模式。妇幼保健机构还提供儿童营养喂养指导、生长发育监测等服务。傅卫介绍，目前全国超90%的乡镇卫生院和社区卫生服务中心可提供儿科服务，98%的行政村卫生室纳入基本医保定点机构，今年还将新增1000家基层机构提供儿科服务。

省版分类

企业公告、寻人启事、商务招商、房产信息、招聘求职、遗失声明
友情提示：本报按《广告法》的要求对所有刊登信息的手续都严格进行审查，仍不敢保证每一条信息的真实性，请客户认真核实，如不确定建议事先咨询律师或相关部门，所产生的一切纠纷均自行负责。

全省统一价格：

最小规格：1cm×3.3cm

常规价格：480元/次

订版热线：

电话：025-84463289 13770559486

电话：025-84720079 15951803813

电话：13813874450 13809039462

淮安：18652309079 盐城：18913964918

南通：13615214418 苏州：13913116125

镇江：15052996039 昆山：0512-57319378

无锡：13913045798 常州：13861293584

遗失 专栏

吴圆圆(身份证341122198908144469)、徐亮(身份证321322198309046637)遗失镇江句容玖悦名筑004幢1302室编号31029101020041302购房合同,声明作废