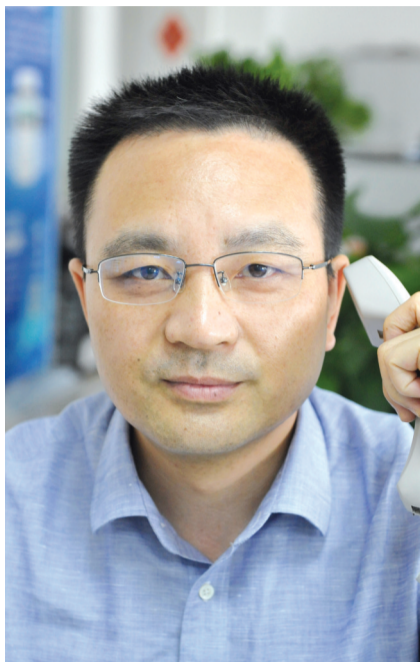


血黏度过高 易发生血栓

什么叫“夏季高黏血症”？怎样防治夏季高黏血症？8月25日上午9:30至10:30，市场星报健康热线0551-62623752，邀请合肥市三院神经内科行政主任朱瑞与读者交流。

■ 傅喆 记者 李皖婷/文
倪路/图



朱瑞，副主任医师，从事临床工作20余年，擅长对神经内科各种危重症病救治、疑难病症诊治，在脑血管病、神经变性病、中枢神经系统感染、癫痫、周围神经疾病、重症肌无力、头痛、头晕、晕厥、震颤、肢体麻木、痴呆、失眠、焦虑等诊治方面有丰富经验。

夏季血黏度易增高

读者：什么叫“夏季高黏血症”？

朱瑞：夏季血黏度增高症，是近年普遍受到医学界重视的一种病理综合征。讲得通俗些，即夏季因出汗损失水分过多，致使血液中水分含量相对减少，血液过度黏稠，血流速度减慢，肌体组织获得的氧气和营养物质相对减少，导致中风、心肌梗死和血栓栓塞等一系列严重疾病。

清晨血液最为黏稠

读者：一年之中，甚至一天之内，人的血黏度有何不同？

朱瑞：夏季因出汗过多而使血液中含水量相对减少，故夏季人的血黏度最高，春秋两季人的血黏度相对稳定，而冬季的血黏度相对最低。而一天之中的血黏度最高时间是清晨。这是因为经过一夜的睡眠，排尿、出汗、呼吸和炎夏高温等消耗，体内水分丧失最多，此时血液更为黏稠，血流最为缓慢——故清晨是心脑血管病(如脑梗死、冠心病、心肌梗死和血栓病等)的最高发时间。

高黏血症易发生血栓

读者：高黏血症容易导致哪些心脑血管疾病？

朱瑞：许多中老年性心脑血管病都与血黏度高有关，如动脉硬化、高脂血症、糖尿病、高血压、中风、心绞痛、心肌梗死、肺原性心脏病、脉管炎、视网膜中央静脉阻塞和慢性

肝肾疾病等等。

高黏度血症容易发生血栓，而血栓的形成犹如在血管中埋下了无数游离不定的“定时炸弹”，当血栓阻塞脑血管时，出现脑血栓；当血栓阻塞冠状动脉时，出现心绞痛、心肌梗死；当血栓阻塞四肢血管时，出现脉管炎。总之，血栓会随血流遍游全身血管，当遇到血管狭窄时，就会阻塞住此血管，使人患病。

夏天尤其要

服用活血化瘀药

读者：怎样防治夏季高黏血症？

朱瑞：1、多喝水，通常每日应喝8~10杯水(2000~3500毫升)，即使不觉得口渴，也应饮水。2、高血压病人饮食宜清淡，应多吃绿豆汤、水果及蔬菜及时补充水分，以防止血液黏度升高。3、坚持体育锻炼，保持情绪恬淡，要注意根据自己身体状况选择力所能及的运动，如散步、慢跑、快走、太极拳、气功、健身操等，切记不要从事剧烈活动。4、夏天尤其要服用活血化瘀药，一般选择清晨起床后或晚上睡觉前，因为这时正是心脑血管病的猝发高峰。如果白天必须外出，首先要做好防暑准备，使用太阳伞、戴太阳镜、太阳帽等；选择有空调的交通工具，尽量减少在路程上所用的时间。另外，速效救心丸、硝酸甘油等常备药物应随身携带，以防心脑血管疾病发作。

□ 下期预告

走出高血压的误区

高血压一定要服用降压药吗？长期服用降压药物利与弊如何权衡？吃上降压药后，完全不可能停用了吗？下周五(9月1日)上午，市场星报健康热线0551-62623752，将邀请安徽中医药大学第二附属医院(安徽省针灸医院)脑病二科主任李佩芳

与读者交流。

李佩芳，主任医师，硕士生导师，江淮名医，全国名老中医学术经验继承人，脑病二科主任。擅长针药并用治疗神经、精神系统疾病，如脑卒中、脊髓炎、癫痫、帕金森氏病、焦虑障碍、睡眠障碍等。 ■ 王津森 记者 李皖婷

医疗新闻

摸完宠物不洗手 女子眼里长出虫

日前，肥东的陈女士因视力模糊有异物感，来到安徽省第二人民医院就诊。让她没想到的是，医生竟然在她眼中取出了一公分长的虫子，而罪魁祸首竟然是家里养的宠物。 ■ 夏鹏程 王晓璐 记者 李皖婷

摸完宠物不洗手，女子眼里“长虫”了

54岁的陈女士家住合肥市肥东县，家里养了一只小型宠物狗还有一只宠物猫。陈女士每天下班回家后都要跟它们玩耍。陈女士觉得经常给自家宠物洗澡，很卫生，所以摸完后从来不洗手。

一周前，陈女士觉得左眼模糊，有异物感。在眼科门诊，医生翻开陈女士的左眼下眼睑，在其结膜囊处发现了一条游离的白色小细虫，长约1公分，随后医生用镊子将虫子取出，确诊为结膜吸吮线虫。

宠物眼发红，要提高警惕

据悉，犬感染结膜吸吮线虫一般无明显表现，重者流泪，结膜潮红肿胀，翻开眼睑在眼角处可见到白色线状虫体。犬和猫都有结膜吸吮线虫感染，作为伴侣动物与人关系密切，为防止伴侣动物带虫传染人，应及时诊治犬猫结膜吸吮线虫病。

医生提醒，结膜吸吮线虫会给眼睛带来伤害，因为虫子在人眼内活动时造成的机械性刺激和损伤，加上虫体分泌物、排泄物的化学性刺激，患者通常出现眼部异物感、畏光、流泪、眼痛等症状。

“预防结膜吸吮线虫的关键在于注意个人眼部卫生，特别是幼儿不要玩弄狗、猫、兔等家畜，同时做好防蝇、灭蝇工作，以防止病原的传播。家中养狗养猫的朋友，要定期除虫，避免宠物带虫传染人。”王泽飞说，市民如果发现宠物眼睛发红、分泌物增多、流泪就要提高警惕，避免家人尤其是儿童与狗密切接触，接触后一定要及时洗手。

亲友聚会贪杯险丧命 醉酒摔伤引发脑出血

好友相聚免不了一顿海喝，谁曾想喝顿酒却差点丢了性命。日前，安医大附属阜阳医院接诊一例因醉酒摔伤引发脑出血的患者。万幸地是，经过紧急开颅手术，男子捡回一命。 ■ 付艳 记者 李皖婷

摔伤后，他昏睡不醒

前两天晚上，张海(化名)邀上三五好友，推杯换盏，谈天说地，到凌晨两点多才意犹未尽地散场。

早上7点多，张海还没完全醒酒，便骑着电动车上班了。谁知半路发生意外，连人带车摔倒在地。张海挣扎着爬起来，感觉一阵头晕，身上还有些擦伤，索性请假回家休息。

回家后，张海连衣服都没脱倒床就睡。起初家人以为张海是酒喝多了，休息下就好了，也没有人去喊他起来。第二天凌晨4点多，张海一直喊着“哎呦，头疼”，这时家人才紧张起来，从家附近小诊所找了医生。“医生到家里看了一下，就说赶紧送到大医院去，情况很严重。”张海的妻子说。早上6点多，张海的情况更糟糕了，家人不管怎么推喊他都不醒。

最终在安医大附属阜阳医院，张海经过近7小时紧急手术，把将近90毫升的血肿一一清除，这才脱离了生命危险。

有基础疾病的患者最好不要饮酒

醉酒导致脑出血的例子几乎每年都有。该院神经外科副主任医师王少华提醒，有高血压、冠心病和脑动脉硬化等基础疾病的患者最好不要饮酒。因为饮酒之后，在酒精的作用下，交感神经兴奋，会导致血管收缩，压力增大，导致血管壁破裂而引发脑出血。

如遇朋友聚会饮酒结束后，应安排一人一直陪护在醉酒者身边，不能让醉酒者独处，以防醉酒者出现摔倒撞伤、颅内出血、呕吐窒息等意外。

如果发现醉酒者出现头痛、头晕、晕厥、肢体麻木、失语等时，应及时送医治疗，千万不可大意，这些往往是脑出血的先兆症状。一旦因为没有及时发现贻误病情，病人就有可能出现肢体偏瘫等后遗症，严重的还会引起死亡。

酒后用药，小心中毒

小李的酒量还算不错，平时也能喝上半斤白酒。但前两天感冒的他才喝了二两白酒，便满头大汗，心跳加快、恶心、腹痛，坚持了一个小时后仍不见缓解，便在家人的陪伴下前往医院治疗。

据合肥市一院药学部主任药师范鲁雁介绍说，有些药物在使用期间饮酒会加重醉酒程度，甚至会危及生命。

例如部分头孢抗生素，如头孢氨苄、头孢美唑、头孢曲松等，这些药物会影响乙醇的代谢，使血中乙酰浓度升高，引发双硫仑样反应，表现为面部潮红、头痛、眩晕、腹痛、恶心、呕吐、气促、心率加快、血压降低、嗜睡、幻觉，严重者会危及生命。若饮酒前服用阿司匹林，对乙酰氨基酚、布洛芬等解热镇痛药，可加重药物对胃黏膜的刺激而导致胃出血，特别是劳累后这种症状表现更为明显。因抗血栓而长期服用小剂量阿司匹林的患者也应当禁止饮酒。 ■ 苏洁 记者 李皖婷