



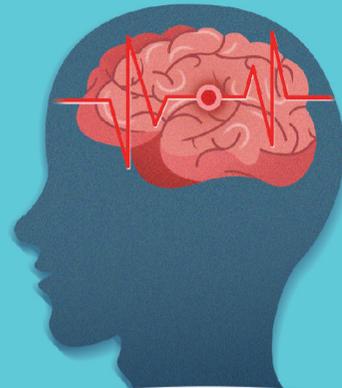
被误认“撞鬼”其实是脑肿瘤

这些预警信号都要警惕

近日,有媒体报道湖南岳阳一女子在参加晚辈的葬礼时突然晕厥,醒来后就一直念叨着“有鬼”,并开始攻击身边人,多名家属被她咬伤、抓伤。据家属称,按照当地习俗,长辈不能参加晚辈的葬礼,因此怀疑黄女士是不是在葬礼上“撞了鬼”。最终经医院检查发现,其前颅底深处有一颗肉丸大小的脑膜瘤。对此,专家解释说,精神行为异常是脑肿瘤的预警信号之一。脑肿瘤还有哪些预警信号?我们应该如何警惕?本期健康问诊整理了专家指导意见,为你答疑解惑。

康问诊整理了专家指导意见,为你答疑解惑。

蔡富根/整理



1 精神异常是脑肿瘤预警信号

清华大学附属北京清华长庚医院神经外科主治医师张培海、主任医师杨学军指出,精神行为异常其实是脑肿瘤的预警信号之一。因为额颞叶脑肿瘤可导致人格变化,行为方式异常,情绪波动明显,不同于先前的表现。脑皮层受压还会导致愣神、抽搐等癫痫症状。他们提醒道,如果发现家人出现言谈举止和思维

方式不同以往,一定要重视起来,很有可能是脑肿瘤在捣乱。两位专家强调,脑肿瘤的防治是一个值得关注的重要问题。据统计,我国脑肿瘤的发病率和死亡率高居世界首位,年发病率为7/10万,虽然仅占全身肿瘤的2%,但其致死率在12岁以下儿童中高居第一,在成人中位居第十。

2 脑肿瘤还有哪些预警信号?

两位专家称,脑肿瘤预警信号取决于病变的性质、大小和生长位置,当它在颅内有限空间中生长时,常造成临近脑组织受压,进而引起神经功能障碍、颅压升高等异常,常见预警信号包括精神行为异常,此外还包括:

1. 头痛

约半数的脑肿瘤病人有头痛症状,这是由于肿瘤刺激脑膜、血管等导致,随着肿瘤的变大,正常脑组织也会受到严重压迫。虽然头痛的原因很多,许多非脑肿瘤病人因为劳累、紧张、偏头痛等原因可有头痛症状,但如果您的头痛变得越来越频繁,运动或者改变姿势时头痛明显,或以晨起时为著,普通止痛药物无效时,则需警惕脑肿瘤的可能性。

2. 乏力

罹患脑肿瘤患者大部分时间会自觉疲劳,甚至是嗜睡,午睡时间明显延长,四肢沉重,运动或工作后疲劳感明显。正常身体劳累导致的乏力,与生活方式、精神压力相关,经过休息后多可改善。而脑肿瘤患者的乏力感,多很难休息后自行缓解,这种异常疲倦可能由肿瘤本身、身体抵抗和疾病消耗引起。

3. 恶心呕吐

恶心呕吐是多种疾病的常见症状,不同于其它疾病,脑肿瘤因造成颅内压增高导致恶心呕吐,位于后颅窝的病变更常见,而且常有呛咳误吸的问题。如果您早晨恶心加剧,呕吐频繁,或者经常无缘由地呛咳,感到恶心,出现呕吐,则存在脑肿瘤的可能。

3 “早发现、早诊断、早治疗”

两位专家强调,具备2个及以上症状的病人需要尽快前往医院神经外科,进行相关检查及化验来辅助诊断。实验室检验方面,脑肿瘤需要完成血常规、肝肾功能及激素等血液化验。影像学方面,常用的检查包括CT、MRI,对于累及功能区的病人还需要完成神经纤维追踪和功能磁共振等检查,以利于协助制定手术计划。除此之外对于血供丰富、临近大血管或静脉窦等病例,还需要完成MRV、CTA或者

4. 视力受损

鞍区、垂体或者颅底的脑肿瘤会直接压迫视神经,病人会自觉视力模糊、视野受损,走路时常会撞到其他人甚至门框。另外,其它脑肿瘤导致的慢性颅内压增高,也会间接导致视神经水肿,视力下降。很多人会当成眼部疾病,反复检查却始终未发现异常。如果您视力变得模糊,阅读或观看视频困难,眼科检查无明显异常,需要警惕脑肿瘤。

5. 肢体笨拙

脑肿瘤可压迫皮层躯体运动中枢等脑功能区,导致对侧躯体无力,协调性下降,影响运动和日常生活,同时可伴有面瘫,若病变位于优势半球,还存在言语障碍的可能。患者跑步或走路时可失去平衡甚至跌倒,肢体笨拙。既往没有神经科疾病者,若出现类似症状,需尽快前往医院检查。

6. 听力障碍

VIII 颅神经起源或临近的脑肿瘤患者可有阵发性耳鸣、听力渐渐变差,肿瘤较大时可伴随着同侧脸麻、面瘫,严重者可能同时伴有吞咽困难、步态不稳甚至视力模糊等症状。如果出现类似症状需高度怀疑脑肿瘤。

7. 激素或外貌异常

年轻女性无故停经泌乳,手足、鼻子、下巴、满月脸、水牛背、鞋子逐渐穿不下等,这些都有可能与脑垂体腺瘤相关。垂体瘤分泌的这些激素可以导致人体不正常的激素分泌,进而导致外貌、月经等异常。

DSA 等评估。

“早发现、早诊断、早治疗”是所有肿瘤治疗的基本准则,早期识别和诊断在肿瘤防治过程中至关重要。随着全社会各界共同参与的多层次、立体化癌症防治体系的建立,全人群、全生命周期的慢性病健康管理正在逐渐成形。相信随着大家对于脑肿瘤认识的深入,未来一定可以降低发病率和死亡率,提高早诊率和生存率,提升全民健康水平。

如何预防脑肿瘤?

脑肿瘤是一种常见的神经系统疾病,预防脑肿瘤的关键在于改善生活方式、减少环境污染和尽量避免有害物质的接触。以下是一些预防脑肿瘤的方法:

1. 饮食

合理的饮食习惯是预防脑肿瘤的重要方法。建议适量摄入含维生素C、维生素E和β-胡萝卜素等抗氧化物质的食物,如水果、蔬菜、全麦面包等。同时,也要避免高糖、高脂肪、高盐和高胆固醇的饮食,减少摄入红肉和加工肉类等食物。

2. 锻炼

适度的身体锻炼有助于保持身体健康,并有助于预防脑肿瘤。运动可促进身体的新陈代谢和血液循环,从而有助于保持身体健康。建议每天至少进行30分钟的中等强度锻炼,如快走、慢跑、游泳等。

3. 避免有害物质的接触

有害物质的接触可能导致身体机能的损害,增加患脑肿瘤的风险。为了预防脑瘤,应尽量避免接触有害物质,如有毒化学品、辐射、农药和化学添加剂等。此外,也应注意室内空气的质量,如定期清洁空气滤清器和减少家具和装饰品的使用。

4. 预防头部创伤

头部创伤可能会导致脑肿瘤的发生。因此,应该采取措施预防头部创伤,如戴头盔、系安全带、保持行车安全等。

5. 定期体检

定期体检有助于发现潜在的健康问题,包括脑肿瘤。建议每年进行一次体检,特别是对于有家族史的人群,应定期进行脑部影像学检查。

脑肿瘤患者饮食注意事项

脑肿瘤患者除了要积极接受医学治疗外,还要注意日常饮食的调理,以增强体质,提高抗病能力,促进康复。具体来说,有以下几点建议:

这些多吃:

- 富含优质蛋白质、维生素和微量元素的食物:这些食物可以补充机体所需营养,增强免疫力,促进伤口愈合。
- 抗脑瘤作用的食物:如小麦、薏米、荸荠、海藻、芦笋等。这些食物可以抑制肿瘤细胞的生长和转移。
- 保护颅内血管作用的食物:如芹菜、荠菜、菊花脑、茭白、向日葵籽等。这些食物可以降低血压和血脂,预防血管硬化和栓塞。
- 防治颅内高压作用的食物:如玉米须、赤豆、核桃仁等。这些食物可以利尿消肿,减轻颅内压力。
- 具有保护视力作用的食物:如菊花、马兰头、荠菜等。这些食物可以清热明目,预防视神经受损。

这些别吃:

- 咖啡、可可等兴奋性饮料:这些饮料可以刺激神经系统,加重颅内压力和头痛。
- 辛辣刺激性食物:如葱、蒜、韭菜等。这些食物可以引起血液循环加速,增加颅内压力和出血倾向。
- 发霉、烧焦食物:如霉花生、霉黄豆等。这些食物含有致癌物质,可能诱发或加重肿瘤。
- 油腻、腌腊鱼肉等高脂高盐食品:这些食品可以增加血液粘稠度和血压,不利于血液循环和代谢。
- 忌过咸或过甜的食品:这些食品可以导致水钠平衡失调和血糖波动,影响机体功能。

来源:新华网、人民网