

# 经常熬夜爱烧烤 33岁白领脑出血

鄞州人民医院的统计数据显示, 脑出血疾病有年轻化趋势

来自鄞州人民医院的一组数据显示, 今年1~4月, 该院神经外科共收治脑出血病人68名, 年轻病人越来越多。该院神经外科主任徐永康主任医师说, 不健康的生活方式加上越来越大的工作压力, 导致很多年轻人早早就患上了脑出血、脑梗死等疾病。

记者 苏钧天  
通讯员 张基隆

► 鄞州人民医院神经外科医生正在用微创技术为患者实施脑部手术。



## 案例>>>

### 33岁白领患了脑出血病

鄞州人民医院神经外科副主任医师王慧晓告诉记者, 他收治过最年轻的患者是一名33岁的白领何先生。王慧晓说, 何先生就诊时, 左侧肢体已经完全麻木。发病前, 何先生为了赶项目计划书熬了一宿, 早晨起床时突然头昏, 接着手脚出现了麻木的症状。一开始他还以为是抽筋了, 随后手脚就完全没了知觉。

经过CT等检查后, 何先生被确诊为大脑出血, 出血量达到了20毫升。王慧晓迅速对他进行了手术, 通过神经导航技术准确找到出血部位后, 利用微创技术迅速成功将血肿取出。目前何先生恢复良好, 已经能够下床行走。

据介绍, 何先生发病的主要原因是平时工作压力大、作息不规律、偏爱烧烤干锅等高脂食物, 再加上他本身就患有高血压、高血脂等基础疾病。

王慧晓说, 脑出血是脑中的一种, 俗称脑溢血, 起病急, 病情变化快, 死亡率高达30%~40%, 是高血压患者最严重的并发症。以前, 发病人群的年龄在50~70岁, 现在由于工作压力、作息时间、饮食等方面的影响, 像何先生这样年轻的脑出血病人已不在少数。

## 提醒>>>

### 突然“大舌头”可能是脑出血前兆

据徐永康介绍, 大脑是人体神经系统中最重要的重要组成部分, 一旦有疾病发生, 其反应是非常迅速的。因此, 脑出血的发病并不是悄无声息的, 而是有一些前期的症状, 比如患者在脑出血初期会出现说话不清, 手脚活动麻木、不便, 偏瘫等症状。

他举了一个例子, 他和几个朋友有一次一起吃饭, 其中一位朋友聊着聊着突然讲不出话来, 有些“大舌头”。这引起了他的重视, 他建议朋友去神经外科看一看。经过检查, 他朋友的脑中有一个小的血肿。

徐永康说, 脑出血发病男性稍多于女性, 冬春两季发病率较高, 多有病史。一般在情绪激动或活动中突然发病。发病后病情常于数分钟至数小时内达到高峰。发病后多有血压明显升高。由于颅内压升高, 常有头痛、呕吐和不同程度的意识障碍, 如嗜睡或昏迷等, 大约10%的病例有抽搐发作。

他提醒, 对身体发出的以下危险信号要特别留意: 突然出现头晕、眼前发黑, 或反复的说话不清、视物模糊、一侧肢体麻木无力、突然视物旋转、耳鸣、呕吐、取物不准、四肢麻木无力、行走不稳。出现以上症状, 应尽快到医院就诊, 因为越早就医, 遗留的后遗症就会越轻。

## 治疗>>>

### 脑部微创手术改变传统诊疗方法

数据显示, 今年1~4月, 鄞州人民医院神经外科脑出血病人中50%的患者进行了手术治疗, 且全部采用显微镜下无牵拉技术进行治疗, 微创手术率达到100%。

人脑是中枢神经系统的最高级部分, 是人体的“司令部”。在脑袋上动刀容不得一点误差。“比如说, 运动区只有手指头大小, 一旦伤到, 患者可能就偏瘫了; 语言中枢只有指甲盖大小; 视神经像面条一样, 不小心碰坏了, 患者可能就会失明”, 鄞州人民医院神经外科主任张剑平说。

张剑平告诉记者, 以往对脑出血急需手术的病人, 传统的手术方法是颅脑打开后, 在脑压板牵拉下, 通过肉眼进行手术。术中, 手术医生为进一步看清病灶, 常

发生牵拉幅度过大损伤脑神经情况, 有时会出现脑部血肿虽然取出了, 但患者的意识却产生了障碍。而最新的脑部微创技术, 其核心优势就是伤口小、风险低、恢复快, 大大减轻了患者的痛苦。

张剑平给记者举了个例子, 如果患者左脑出血, 要将血肿取出的话, 必定要经过语言中枢, 传统的脑压板牵拉手术, 对语言中枢或多或少会产生影响, 而微创手术能成功地避开语言中枢神经, 达到零伤害。今年2月中旬, 该科室内曾接收过一名蒲姓的患者, 送进医院时已有4天没有进食。由于患者颅内血肿已严重压迫语言中枢, 说不出话。在经过微创手术后, 患者第二天便能入食, 并且能与家人进行语言交流。

### 以往的脑部手术“禁区”被突破

“有些脑出血病人的血肿位置非常深, 医生首先要在神经导航仪器的精确定位下找到血肿, 就像汽车导航会设计一个最优路径一样, 依靠神经导航技术, 医生也可以设计一个对患者产生最小损伤的手术路径, 通过内镜、穿刺针等技术实现对病灶的清除。”张剑平说。

上月底的一次手术, 令他印象非常深刻。当时他收治了一名重症脑室大量出血的病人, 情况非常危急。病人的血肿靠近大脑内囊, 这里是中枢神经纤维最集中的地方, 在以往, 这是一个手术的“禁区”。

经过会诊后, 张剑平决定对他实施手术治疗。他在病人颅骨上打了一个直径为1.5厘米小洞, 插入6毫米脑室镜吸出了病人颅内大部分血块, 最后保住了病人的生命。

张剑平说, 这样的手术在几年前是根本没法想象的。以往30毫升以内的出血量也是不在开颅手术的适应症

范围内的, 因为实施传统手术, 医生会考虑手术带来的创伤可能会比术前还要大, 因此, 一般都会建议进行保守治疗, 如输液、吃药等, 以慢慢地减轻病人的发病症状。但这个过程对病人来说是漫长的, 特别是对偏瘫的患者来说更是痛苦的, 因为要长期躺在病床上不能动弹。而随着医疗手段的不断发展, 这部分患者完全可以接受微创手术治疗。

3月中旬, 一名50岁的郁姓患者因肢体突然偏瘫, 被宁海当地医院转送入鄞州人民医院治疗。经检查, 医生发现患者大脑出血, 出血量超过20毫升。王慧晓会诊后, 决定对患者实施手术治疗。在手术过程中, 王慧晓采用神经导航技术准确找到出血部位, 通过微创技术将血肿取出, 整个手术不到2小时。患者麻醉醒后不久, 家人就发现其偏瘫的左侧下肢可以稍稍动弹了, 一个星期后, 患者即能在家人的搀扶下下床行走。

## 预防>>>

### 适量运动、合理饮食可预防脑部疾病

那么, 应该如何预防脑出血疾病呢? 记者也请教了鄞州人民医院的几位专家。他们提出以下几点建议:

一、适量运动。适量进行体力活动或体育锻炼, 最好是一周三次的有氧运动。

二、合理饮食。适量摄入动物蛋白质, 如瘦肉、鱼类、禽类等; 以低脂肪低热量低盐饮食为主; 每餐不要吃得过饱, 适量多吃一些新鲜的蔬菜水果; 适量多吃豆制品和乳制品; 少喝饮料, 少吃油炸爆炒的食物。

三、戒烟限酒, 控制体重, 杜绝不良生活方式。

四、避免长期的精神紧张状态。保持乐观的心态, 避免过度劳累、熬夜。

五、根据气候变化及时增减衣物。

六、积极治疗各种诱发脑出血的疾病。如高血压、糖尿病、高血脂、心脏病、睡眠呼吸暂停、颈动脉狭窄和肥胖等。

同时, 专家提醒, 以下人群是脑血管疾病高发人群, 要特别注意: 肥胖、喜吃肥肉或有烟瘾、酒瘾的人; 脾气急躁的人; 血液黏度高, 血小板聚集力强, 血液流变学指标异常者; 有睡眠呼吸暂停综合征的人; 高血压患者即使是平时没有症状, 其发病的概率也比正常人要高; 糖尿病患者患者的脂肪代谢紊乱, 可促使动脉硬化, 也容易发生脑血管疾病。