

# 七旬老人 买菜时突发脑梗

## 医生提醒:抓牢4.5小时黄金救治时间

近日,北仑区第二人民医院对一位七旬脑梗老人展开了分秒必争的静脉溶栓,第二天,老人就能下地走路了。医生提醒,霜降后,天气转凉,冷空气频现,早晚温差增大,急性脑梗高发。脑梗病人的救治必须分秒必争,每拖延一分钟,神经细胞就要死亡190万个。



### 医院快速为脑梗老人进行静脉溶栓

10月30日上午9点,家住北仑的李奶奶像往常一样上街买菜。正在摊位前付钱时,她突感头晕不适,右侧肢体乏力不听使唤,路人见状焦急呼唤。但李奶奶已神志不清,开始胡言乱语。一看情况不妙,路人赶紧通过李奶奶的手机联系到家属,将其送至北仑二院急诊科。

“可能是急性脑梗死!”结合体格检查结果、临床症状及既往病史,接诊医生孙旦当即即为李奶奶开通了绿色通道,并实施心电监护。

因家属无法提供李奶奶近期的肢体活动情况,医生为其进行了紧急头颅核磁共振检查,结果提示:左侧小脑急性小梗塞,左侧半卵圆中心急性梗塞,脑梗死明确,这已是李奶奶二度脑梗。

孙旦立即联系北仑二院集团副院长甘永雄、总院内科主任医师沃静波前来会诊,彼时,距离李奶奶发病已经过去3个小时。时间就是生命,越早进行静脉溶栓,获益越大。

在征得家属同意后,静脉溶栓迅速展开。

### 有基础疾病老人易发脑血管疾病

时间一分一秒过去,就在溶栓进行到20分钟时,李奶奶的假牙处有较多血液渗出。甘永雄当即请来口腔科医生进行会诊,用棉球对局部口腔区域进行压迫填塞止血。溶栓1小时后,李奶奶神志变得清醒,言语表达能力也逐渐恢复。溶栓后第二天,李奶奶便能正常下床走路了。

“真的太感谢了,要不是你们及时救治,我妈今后瘫

痪在床,我们做子女的该有多糟心啊!”李奶奶的家人感激万分。

目前,李奶奶状态良好,不日即可出院。

甘永雄介绍,像李奶奶这样的患者,本身就有糖尿病、脑梗等病史,受气温影响,血管会自然收缩,从而引起血压升高、血管阻塞、血液流通受阻、血流供应中断,最易诱发脑梗等脑血管疾病。

### 早期脑梗可通过“120”三步识别

他提醒,秋冬季是脑血管疾病高发季,要加强预防,注意天气冷暖变化,适时增减衣物,保持生活规律,避免情绪剧烈波动,尤其是高危人群要坚持服用降压药、抗血小板聚集等药物。早期脑梗死可通过“120”三步快速识别:“1”看是否一张脸不对称、口角歪;“2”查是否两只手臂单侧无力、不能抬;“0”(聆)听是否说话口齿不清、不明白。一旦发现脑梗死,要快速送医,争取宝贵的黄金救治时间。

“静脉溶栓治疗是目前基层医院救治急性脑梗死患者最有效的方式,但这种治疗方法有时间窗限制,一般为发病后4.5小时内。”甘永雄说,像李奶奶这样的情况,很可能会因为路远耽搁、检查等待等原因错过“黄金救治时间”而导致瘫痪,大大影响生活质量。此次患者能得到较好预后得益于发病后送医及时、院内医务人员高效配合、快速救治。

记者 徐露清  
通讯员 胡丝丽

## 寒潮来袭要保暖 冬令进补需辨证

11月7日迎来今冬第一个节气——立冬。《月令七十二候集解》有言:“立,建始也。冬,终也,万物收藏也。”也就是说,立冬是表示冬季开始,万物收藏,规避寒冷。海曙区中医院内科副主任中医师王耀推荐了一份立冬养生宝典:“起居要养藏,饮食宜温补。寒潮来袭需保暖,冬令进补需辨证。”

### 立冬起居要养藏 情志养生多活动

冬时天地气闭,血气伏藏,人不可劳作汗出,发泄阳气,而且中医认为:“寒为阴邪,常伤阳气。”所以,立冬后起居要“养藏”。

首先,空气的湿度要合适。本周寒潮来袭,气温骤降,很多人在室内会采取取暖措施。长期处于这种环境,湿度会加速下降,空气更为干燥,往往会引起上火或影响呼吸系统。科学研究表明湿度在40%-60%,湿度指数为50%-60%的环境中最为合适。

其次,要勤开窗通风。若室内不常通风,二氧化碳含量升高,容易引起头疼,而通风可以使空气流通,更换空气,减少病菌滋生。

再次,立冬时节睡觉前温水

泡脚,然后再用力揉擦足心,除了可以祛除污垢、御寒保暖,还能强身健体,解除疲劳、促进睡眠等。

另外,中医理论重视阳光对人体健康的作用,在冬季,由于大自然处在“阴盛阳衰”的状态,人也不例外,故冬天常晒太阳,更能起到壮人阳气、温通经络的作用。

情志方面,中医讲究入冬后,要恬淡安静,这样可以使得神气内收,利于养藏。冬季万物凋零,容易触发不良情绪,最好方法就是多参加娱乐活动,老年人可以跳舞、下棋、运动等。

王耀提醒,立冬过后,宁波将迎来新的寒潮,有心脑血管疾病、呼吸系统疾病的老人与儿童需格外注意气温变化。

### 立冬养生先养肾 饮食保健宜温补

俗话说:“三九补一冬,来年无病痛。”立冬是进补的好时期。《寿世保元》有言:“精乃肾之主。”所以冬季养肾,健康根基更牢固。

王耀介绍,中医理论讲究“黑色入肾”,故以食“黑”为补。例如,黑豆滋阴补肾、健脾养肝,黑豆补肝肾、强筋骨,黑芝麻滋肝养肾、明目黑发,黑枣平胃健脾、补肾填髓,黑木耳滋阴润肺、养胃补肾等,皆是补肾佳品。

另外,立冬过后,寒邪更甚,宜多吃一些温热补益的食物。但温补需要循序渐进,首先可以从温补的粥类、汤羹类食物开始,比如莲子大枣小米粥、桂圆核桃芝麻栗子粥等。通过温补脾胃改善了运化机能,随后可以

增加温热类食物的摄入,适量吃些炖肉、炖羊蝎子等。适当吃一点偏辛辣的食物,也对身体阳气的补充有帮助。

王耀提醒,温补的同时不要忘记对肺肾阴精的保护。饮食中可注意选择银耳、百合、荸荠、莲藕、木耳、梨、柑橘类水果、各种新鲜蔬菜等食材进行搭配,以防燥火伤阴后出现烦躁、口眼皮肤干燥、牙痛、口疮、鼻血等症状。

立冬后,也到了进补膏方的时节,对中老年人、慢性病患者、亚健康人群来说是不错的调理方式。但王耀提醒广大市民,膏方进补前,最好请中医综合辨证,先了解身体是否“虚”,是否需要进补。 记者 任诗好

## 分类广告

56118880

职场招聘 教育培训  
房屋租赁 搬家搬厂  
旧货回收 声明公告  
商务信息 法律服务

## 物业信息

### 旺铺、厂房出租

丽园路2号地铁口旺铺七间、云林东路957号一层厂房825㎡、一至三层1800㎡出租。电话:13081901628  
●横溪50亩场地出租,38000元一亩适合堆放,15990206650

## 旧货回收

收家具电器13884469298

●收家具床一切旧货18358415826

## 车辆出租

宁波市商贸菜篮子运输服务有限公司近期将出租多辆自有车辆,可用于菜篮子配送。  
联系电话:86278191

## 职场招聘

●诚聘:30岁—55岁工作人员!

咨询电话:冯女士:15867457357

## 厂房出租

位于鄞州区姜山镇茅山村有厂房1000㎡,简易棚500㎡,二楼办公室400㎡,总场地5.3亩,有意者价格面谈。  
联系人:李先生13905747710

●浙江普天集成房屋有限公司遗失由东方海外货柜航运(中国)有限公司宁波分公司出具的海运提单两套,目的港AUCKLAND,NEW ZEALAND 船名航次OOL LUXEMBOURG V.090W 提单号OOLU21256 24930 箱封号CSNU7456420/OOLGPF7362;提单号OOLU2125624910,箱封号CSNU7501339/OOLGPF7399 声明作废

## 搬家搬厂

●千喜搬家搬厂特优87778900

●快捷专业搬家搬钢琴87907772

## 法律服务

●离婚、房产、经济纠纷87295238

●民事免费法律咨询56281878

## 余姚大隐 福寿墓园

民政部门批准的正规墓园,位于大隐镇交通便捷环境优雅,南面靠近玉佛寺边上入口,东面通途路到底桥下入口。公交:156路姜岱站下,33路与301路玉佛寺站下,宁波市区及地铁1号线高桥西站可以免费接送(需提前预约)  
电话 0574-62915168、13957891168、18968376365