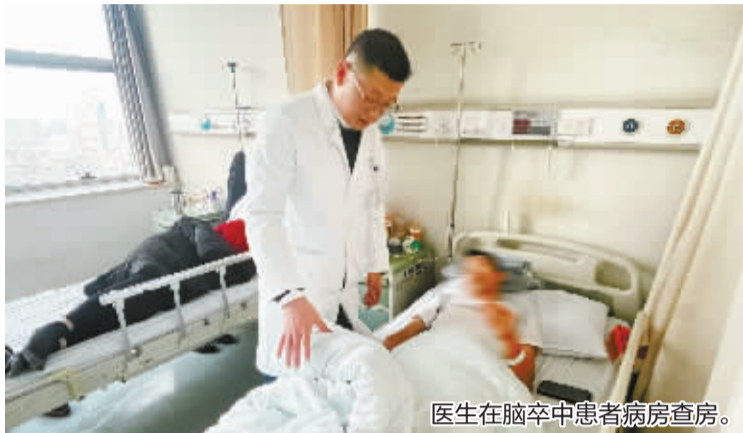


## “冬季杀手”

## 让六旬阿姨突然不省人事

医生:识别脑卒中应记牢“120口诀”



医生在脑卒中患者病房查房。

“妈，你怎么了？你醒醒，别吓我！”近日，60多岁的许阿姨（化名）在家中突然不省人事，把女儿给吓坏了，立即拨打了120。随后，救护车呼啸而至，火速将许阿姨送到了宁波大学附属第一医院方桥院区。

## 1

## 房颤引发脑梗，手术取栓救回一命

据宁大一院神经内科杨剑宏主任医师介绍，许阿姨送到医院时已经重度昏迷，检查结果显示，她的脑动脉被大块的血栓堵塞，引发了缺血性脑卒中（脑梗）。危急时刻，抢救团队在完善脑CT等检查后，第一时间为许阿姨实施了静脉溶栓。因为严重的大血管堵塞静脉溶栓，只能让少部分血管实现再通。随后，神经内科介入团队的医生给她做了脑动脉取栓术，随着血栓的取出，她终于保住了性命。

“事后，我们了解到这位患者有房颤。房颤患者容易在其左心

耳形成血栓，一旦血栓脱落进入脑动脉，很可能引发严重的脑梗。”杨剑宏表示，冬季往往是心脑血管疾病高发的季节，近期随着气温的骤降，他们科室诊治的脑梗患者也明显增多，其中不乏严重的脑梗患者。

据了解，脑梗是最常见的脑血管疾病之一，致死率极高，且极易复发，严重时可引起死亡。冬季往往是脑梗的多发季节，主要是因为低温环境下，人体的血流速度会出现一定程度的减慢，血液黏稠度可能会相应增加，此时容易形成血栓，从而堵塞血管。

## 2

## 脑梗患者呈现年轻化趋势

脑梗患者的年龄多在40岁以上，不过近年来也呈现出了年轻化趋势。“在过去一周中，我们科室就收治了5个40岁以下的脑梗患者。”杨剑宏告诉记者，“三高”是大家公认的导致中风的主要因素，然而近年来的研究发现，不良生活习惯同样也是导致中风的重要危险因素，例如肥胖、久坐少动等。如今很多年轻人对自己的健康不够

重视，胡吃海喝、熬夜放纵、缺乏运动，这些不良生活习惯都会增加脑梗的风险，尤其是在冬季。

除了脑梗，另外一种脑卒中即出血性脑卒中（脑溢血），在冬季也更容易发病，主要是因为天气寒冷时导致血压出现异常升高，从而引发脑出血，尤其是老人和有基础疾病的患者，若未引起充分重视，更可能发生脑溢血。

## 3 防范脑卒中应注意这些

无论是脑梗还是脑溢血，由于其发病率、死亡率和致残率都很高，且一直缺乏足够有效的治疗手段，因此“预防”就显得格外重要。杨剑宏提醒，防范脑卒中，应注意这些：

一、密切关注血压变化。高血压是导致脑卒中的重要可控危险因素，降压治疗对预防卒中发病和复发尤为重要。建议可以通过可穿戴设备和高血压日记来监测、记录每日的血压情况。有高血压的患者，冬季用药时应根据自己的血压情况，在医生专业指导下对药物进行及时调整。

二、保持情绪稳定。因为情绪一激动，很容易导致血管收缩，血压升高，特别是在冬季，有高血压的患者更易因此引起血管破裂出血。

三、饮食要尽量清淡。人体在寒冷天气下，会处于低代谢状态，如果吃得太油腻，脂肪代谢不了，就容易进入血管，影响血管健康，从而增加脑梗的风险。而如果经常吃一些辛辣刺激食物，则容易导致血压升高，血管壁压力增大，从而增加脑溢血的风险。

四、要多喝水。尤其是在干燥的冬季，适当地多喝水，有助于增加血液中的水分，降低血液黏稠度，从而防范血栓形成和脑梗。

五、要注意休息，不要太劳累。有条件的最好每天都进行适当的运动，同时保持心情舒畅。

六、日常要注重体检。关注心脑血管方面的问题，早发现早治疗。

最后，杨剑宏还特别强调了识别脑卒中的重要性。如何识别脑卒中，“120口诀”应记牢：

“1”代表“看到1张不对称的脸”；

“2”代表“查两只手臂是否有单侧无力”；

“0”代表“聆（零）听讲话是否清晰”。

如果通过这三步观察，怀疑是脑卒中，要立即拨打急救电话120。脑梗在发病3-4.5个小时之内进行静脉溶栓，是治疗的黄金时间。脑溢血抢救的黄金时间是在发病后3-6个小时，在发病24小时之内进行积极干预，对改善预后具有重要作用。

记者 吴正彬 文/摄

主动脉撕裂危在旦夕  
两地联手救治转危为安

“这是我做过最重最急的主动脉夹层之一，得益于急诊联动群的快捷，再晚一个小时病人可能就无力回天了。天气冷了，请注意血压，注意保暖。”12月22日，宁波市医疗中心李惠利医院心脏大血管外科副主任石活顺在朋友圈提到了最近一位主动脉夹层患者的救治过程。这位家住余姚的赵先生发病后在宁波市医疗中心李惠利医院和余姚市妇幼保健院多位专家的接力诊治下，转危为安。

今年50岁的赵先生，一天傍晚下班后他突然感觉后背一阵剧烈疼痛，他忍痛回到家，想着休息会儿好转，没想到一直没有缓解。当时他整个胸口就像被撕裂一样，背部、肚子都疼痛难忍。当晚7点，他被送进了余姚市妇幼保健院（余姚市二院）的胸痛中心，接诊的陈海彬医生怀疑是死亡率极高的主动脉夹层。果然急诊检查验证了医生的判断，赵先生属于极其凶险的A型主动脉夹层，并且已经撕裂至腹主动脉，可以说危在旦夕。

千钧一发之际，陈海彬医生和团队进行了紧急救治，同时联系了宁波市医疗中心李惠利医院正在该院挂职的副院长徐卫峰主任医师。徐卫峰立即进行远程会诊，他发现赵先生的病情远比想象中更为复杂。

眼下，手术是救治的唯一希望，而心脏手术除了专业性极强的手术麻醉团队，还必须配备相应的手术器械，即使是后期的术后恢复也需要专业的心脏重症监护团队的护航。

所幸借助于余姚市妇幼保健院和李惠利医院长达4年的下沉帮扶，两院之间建立了完善的危重症患者转诊通道。在徐卫峰的协调下，一个多小时后，赵先生被送进了李惠利医院的手术室。

该院心脏大血管外科石活顺副主任医师团队早已严阵以待，为赵先生成功置换了撕裂的主动脉。凌晨5点左右，赵先生的手术成功完成。目前，赵先生恢复良好。

记者 陆麒雯  
通讯员 徐晨燕 曹丽娟

## 关注保单期限，及时领取满期金

满期生存保险金，是被保险人在保险期满时仍生存，保险公司按照合同约定给付满期生存保险金。由于满期金保险的保险时间跨度比较长，一般都是10年-20年的周期，一些保险消费者出现了忘记保单的满期时间，没有及时领取满期金的情况。

近日，客户张大爷来到某保险公司的客服中心，称保险买了后就忘记了，收到过保险公司的短信提醒，但没在

意，最近整理柜子才看到自己有一份10万元的满期生存保险金到期没领，于是马上来到客服中心办理领取。这笔满期金还解决了他在资金上的燃眉之急。

平安人寿提示消费者，关注自己购买的保单，对于有满期生存保险金的，可及时办理生存保险金转账领取授权手续，保险公司会在到期后将满期金自动转账至授权的银行账户；对于满期生

存保险金到期未领取的客户，请保持通讯畅通，及时接听保险公司的客服电话，接收短信服务，也可以通过保险公司官网、联系保单服务人员或直接到保险公司柜面办理满期金领取手续。

国家金融监督管理总局宁波监管局温馨提醒，保单约定的生存受益人未按保险合同约定领取满期金给付保险金，且保险合同没有约定资金账户的投资规则，将不会随着时间的推移而产生



收益。消费者在购买具有满期生存保险金保险责任的保险后，要关注保单到期时间，及时领取相关权益。

记者 徐文燕  
通讯员 余晓波 张宏伟 孙键耀