

了解中风，远离中风

□司 峥 蚌埠市第一人民医院

中风，又叫脑卒中，是一种急性脑血管疾病，是由于脑部血管突然破裂或因血管阻塞导致血液不能流入大脑而引起脑组织损伤的一组疾病。中风具有发病率高、复发率高、致残率高和死亡率高及经济负担高的特点。中风发病急、病情进展迅速，可导致肢体瘫痪、语言障碍、吞咽困难、认知障碍、精神抑郁等，严重影响患者生活质量，给社会带来巨大经济负担，了解中风、识别中风、科学预防中风尤为重要。

一、引发中风的危险因素都有哪些？

中风不可干预的危险因素包括：年龄、性别、种族、遗传因素等。

中风可干预的危险因素包括：高血压、糖尿病、血脂异常、房颤、吸烟、酒精摄入、不合理膳食、超重或肥胖、运动缺乏等，可干预的危险因素，是我们重点关注的。

二、怎样进行中风风险自我评定？

中风风险评定，通常采用“8+2”危险评分方法。“8”是指高血压、血脂异常、糖尿病、吸烟、心房颤动、超重或肥胖、缺乏运动、脑卒中家族史8项脑卒中主要危险因素；“2”是指发生过脑卒中或者有过短暂性脑缺血发作。评定结果分为三类人群：

■高危人群：具有3项及以上危险因素；或者发生过脑卒中；或者有过短暂性脑缺血发作。

■中危人群：具有少于3项危险因素，且患有1项慢性病（高血压、糖尿病、心房颤动）。

■低危人群：具有少于3项危险因素，且无慢性病。

三、如何快速识别中风？

中风的发生往往都有一定的前兆，我们可以通过“中风120”口诀，观察并判断患者是否发生了脑卒中：

1——看到1张不对称的脸；

2——查两只手臂是否有单侧无力；

0——聆（零）听讲话是否清晰。

时间就是大脑。中风越早治疗，效果就越好。患者在发病后需要立即送达

卒中中心等具有救治能力的医院，得到规范的治疗，增加恢复的机会，从而提高生命与生活质量。

四、中风是如何治疗的？

中风发生后，脑组织经过一定时间（一般为3小时）即发生坏死，大部分患者通常无法在有效的时间内进行救治，研究显示只有极少数的患者能够及时得到治疗。例如缺血性中风如果能够及时得到救治，有些患者的病情是完全可以恢复，不留任何后遗症。

中风若要得到有效治疗，需要：

（1）选择具有规范卒中救治能力的医院专科治疗。

（2）缺血性中风：开通血管是最重要的治疗手段。发病在4.5小时之内的患者，应根据适应证和禁忌证严格筛选患者，尽快静脉给予阿替普酶溶栓治疗；发病在4.5～6小时之间的患者，应根据适应证和禁忌证严格筛选患者，尽快静脉给予尿激酶溶栓治疗；对于存在大血管病变的患者，严格选择适应证后，由有资质医生进行机械取栓治疗；后续给予规范应用抗血小板药物、稳定斑块、改善脑循环、保护脑细胞等治疗。

（3）出血性中风：脑出血量小、未达到手术标准的患者，通常采取内科保守治疗；脑出血量大、达到手术标准的患者，通常采取外科手术治疗。

五、中风早期该怎样进行康复锻炼？

临床上良肢体位在早期治疗中极其重要，良肢位体能预防和减轻上肢屈肌、下肢伸肌的典型痉挛模式的出现和发展。这种痉挛模式，妨碍上肢的日常活动及步行时屈膝，易形成划圈步态。

（1）仰卧位。仰卧位时应肩关节

新生儿呕吐知多少

□李盼盼 蚌埠市第一人民医院

新生儿呕吐，指的是新生儿在吃奶后不久，从口中流出或喷射出乳液或食物的现象。呕吐是新生儿期常见的症状之一，其程度和频率可能因个体差异而有所不同。每当小宝宝呕吐的时候，新手爸妈往往非常紧张，手忙脚乱。这时，他们应该怎么做呢？今天我们就来了解一下。

一、新生儿呕吐的类型及症状

1.溢乳：新生儿胃呈水平状，胃部肌肉发育不完善，贲门松弛，哺乳后即从口角溢出奶汁，不影响生长发育，常于出生后6个月左右消失，不是真正的呕吐。

2.一般呕吐：常伴恶心，每次呕吐不重，多为胃内容物；多见于喂养不当，过敏，胃肠道感染或全身感染的伴随症状，常见内科性疾病。

3.反复呕吐：无规律性，呕吐一般不含胆汁，主要见于GER及遗传代谢性疾病。

4.喷射性呕吐：突然发生，呕吐量较大，随日龄增加呕吐物可为奶样、乳酪样具酸腐味，可含胆汁。主要见于胃扭转、幽门梗阻、颅内压增高等。

二、新生儿呕吐的临床特点

1.内科性呕吐：约占80%～90%，大多数以呕吐奶液及咖啡样物为主，呕吐物不含胆汁、血液或粪便成分，无肠梗阻表现，常伴有消化道以外症状和体征如毒紫、呼吸困难、心动过速等。生后可有围产期窒息史、难产史、产前感染、喂养不当、过敏史或家族过敏史、服药史等。

2.外科性呕吐：多数情况下呕吐量大，呕吐物中可含有胆汁或粪便成分，呕吐发生早，程度早，可伴有排便困难、羊水过多等病史，反复严重呕吐常导致脱水及电解质紊乱，多需要手术治疗。

三、新生儿呕吐常见原因

1.喂养不当：包括喂奶过快、喂奶量过多或不足、喂奶前较长时

间的哭闹、喂奶时吞入大量的空气等。错误的喂养方式易加重胃食道的反流，可能刺激新生儿的胃部，引起呕吐。

2.胃肠道功能失调：新生儿的胃肠道发育尚未完善，可能出现胃肠道功能紊乱的情况，从而导致呕吐。

3.食管和胃发育问题：如食管狭窄、食管发育不良、先天性肥厚性幽门狭窄等，这些问题可能导致食物在食管或胃中受阻，引起呕吐。

4.肠道内外感染性疾病：如急性胃肠炎、阑尾炎、腹膜炎等，这些疾病可能导致肠道功能异常，引发呕吐。

5.中枢神经系统疾病：如脑膜炎、脑炎等，这些疾病可能影响大脑的呕吐中枢，导致新生儿出现呕吐症状。

6.遗传代谢性疾病：某些遗传代谢性疾病也可能导致新生儿呕吐，如先天性甲状腺功能低下症等。

此外，还有一些其他因素也可能导致新生儿呕吐，如胃食管反流、胃肠病菌感染、感冒等呼吸道感染、腹部受凉等。

四、新生儿呕吐与喂养方式的关系

母乳喂养的新生儿呕吐发生率较低，可能与母乳中的成分和喂养方式有关。使用配方奶的新生儿，建议选择适合新生儿的奶粉，并遵循喂养建议。适时添加辅食，避免过早或过晚添加，以免影响新生儿消化功能。

五、如何识别与应对宝宝呕吐

1.观察呕吐物性质：如呕吐物

为胆汁或血液，应立即就医。

2.观察呕吐频率和程度：如呕吐频繁、量大，或伴有其他症状如发热、腹泻、精神萎靡等，应及时就医。

3.调整喂养方式：尝试改变喂奶速度、喂奶量、喂奶姿势等，观察呕吐是否改善。

4.出生时存在窒息、缺氧等高危因素的新生儿，出现呕吐症状时应立即就医。

六、保持正确的喂奶姿势

喂奶前应尽量避免孩子过度哭闹，剧烈的哭闹会咽下大量的空气，可能导致新生儿吃奶后呕吐。正确的喂奶姿势应该为45°斜抱婴儿侧卧位喂奶，喂奶完成后竖抱抱起，让宝宝趴在妈妈肩头。妈妈轻拍宝宝背部使吃奶吸入的气体及时排出。喂奶时及喂奶后不宜过多翻动新生儿，给新生儿换尿布时动作幅度不宜过大，以免新生儿呕吐。

七、日常预防与护理要求

1.喂奶后轻拍新生儿背部，帮助其打嗝排气。

2.喂奶后将新生儿竖直抱一段时间，避免立即躺下。

3.注意喂奶姿势，确保新生儿头部高于身体，避免吞咽过多空气。

4.保持新生儿口腔卫生，及时清理呕吐物。

总之，新生儿呕吐是一种常见的症状，家长应保持警惕，观察呕吐的性质、频率和程度，及时调整喂养方式，如症状持续加重，应及时就医。在专业医生的指导下，进行诊断和治疗，以保障新生儿的健康。

蚌埠发布 · 新媒问政进社区

你的关切我们捧在手心 你的诉求我们一问到底

家门口的问政

请关注微信号登录底部菜单“新媒问政”

蚌埠发布微信

蚌埠发布客户端

请下载APP登录首页“新媒问政”

蚌埠日报社