

## 痛风十余年 南安男子四肢长出鸡蛋大小“石头”

■本报记者 黄伟励

痛风人群越来越多,且趋于年轻化,之所以出现痛风,是因为人体内尿酸过高,与日常饮食有很大关系,这些年,南安市民王先生就因痛风没少吃苦头。最近,痛风日益严重的他,四肢的痛风石竟然有鸡蛋般大小,痛得他不得不开展手术治疗。

王先生今年32岁,由于长在海边,他自小就爱吃海鲜,也爱喝饮料。爱吃到什么程度呢?基本上三餐不离海鲜,没有饮料就吃下饭。正是这个原因,20岁的时候,痛风第一次找上了他。那一年,他的大脚趾莫名红肿,疼得厉害。到医院就诊时,医生明确诊断为痛风。当时医生为他开了外用及口服的药物,并建议他控制饮食,加

强运动,控制尿酸,定期复查。治疗立马见效,用药后就不疼了,因此他也就没把这病当回事,照样随心自己想吃喝,没想到痛风从此“赖”在了身上。

“我太喜欢吃了,一到夏天就会去吃海鲜,烧烤配饮料,冬天就爱去吃火锅、羊肉串、牛杂汤,慢慢地,痛风发作就越来越频繁了。”王先生说,从2020年开始,他的双脚突然长出了很多一粒粒的“小石头”。过了一年,这些“小石头”形成鸡蛋大的鼓包,双脚变形,连鞋子都穿不下了。

今年,王先生的双手、膝盖也长出许多“小石头”。日前,由于四肢疼痛加剧,为进一步治疗,他来到泉州滨海医院。

手足外科医生叶小宾接诊后,发现王先生被“小石头”撑开的双足皮

肤特别薄,肉眼可见皮下的痛风石。一查尿酸,竟高达600多微摩尔每升,判定为痛风性关节炎急性,发作还有全身痛风结节。

日前,叶小宾为王先生安排了双足痛风石结节切除术。考虑到手术时长及患者全身条件,这次手术先做双足痛风石的切除。“切开左足第一跖趾关节处的皮肤后,我们发现患者皮下及肌腱、第一跖骨处都有大量痛风结石,并将肌腱及第一跖趾关节完全侵蚀了。”叶小宾说,将痛风石完全切除后发现第一跖骨远端及拇趾近节趾骨近端缺损了近6厘米的骨质。“为了保住患者的左足大拇指,我们用了Masquelet技术,先予骨水泥占位,后期期待局部骨诱导膜形成后再局部植骨。”手术顺利,日前,王先生已出院,

居家康复。医生嘱咐王先生出院后要一直控制尿酸,控制饮食及加强运动,2个月后再入院开展左足植骨术和双手双膝痛风石切除术。

据介绍,痛风多发于中老年人,常被认为是一种中老年病,几乎不会发生在青少年患者。但随着人们生活水平的提高,饮食结构的改变,近年来痛风的发病年龄日趋年轻化。其中,肉吃太多了是原因之一,饮食结构的突然改变是痛风由以前“罕见”变成如今“多发”甚至“高发”的祸首。大量肉类食物中的嘌呤,会转化为尿酸,大大超出了生理代谢和排泄能力,导致高尿酸血症,所以痛风的发病率迅速升高。此外,过量饮用饮料、嗜好吸烟和喝酒、肥胖、运动少、熬夜、压力大等都是诱发因素。

## 突发心梗谨记两个“120” 关键时刻能保命

本报讯(记者 黄伟励 文/图)今年的11月20日是第九个“中国心梗救治日”,为加速推进基层胸痛中心建设,进一步完善区域协同救治体系,当天,南安市医院胸痛中心与东田镇卫生院联合开展了胸痛救治演练,并在线上直播,总医院各成员单位胸痛中心、胸痛救治单元负责人观看。

上午10时,胸痛救治演练正式开始。南安市120调度指挥中心接到电话,东田镇46岁的黄先生患者突发胸痛,冷汗不断,30分钟过去还未得到缓解,急需救治。

随后,南安市120调度指挥中心的调度员明确黄先生为胸痛患者,按区域就近原则,分配任务至东田镇卫生院,卫生院的救护车出车接诊。医生到达,在询问患者病史以后,立即将他抬上救护车,给予吸氧、监护、开通静脉通道等治疗,同时进行心电图检查。

通过检查,医生考虑黄先生为急性下壁心肌梗死,需要进行急诊介入手术,同时致电南安市医院胸痛中心,并通过胸痛中心微信群上传患者的心电图及相关信息。

为了更快地抢救患者,东田卫生院医生第一时间与患者进行手术预谈话,并实行“三绕”,即绕行东田卫生院、南安市医院急诊科和CCU,由救护车将患者送达南安市医院。心血管科值班医生提前为患者开通绿色通道,在缓冲间行快速核酸检测后,直接护送患者至导管室抢救。

整场演练参与人员紧密配合,按流程对患者进行有序抢救,争分夺秒缩短救治时间,最终在目标时间内顺利完成演练。

“11月20日是中国心梗救治日,‘1120’寓意有两个,一是急性心梗发生后要第一时间拨打120急救电话;二是发生急性心梗之后,黄金抢救时间是120分钟,突发心梗要谨记这两个‘120’,关键时刻能保命。”南安市胸痛中心执行主任陈贤庆告诉记者,心梗是高危疾病,有很高死亡率,对救治时间的要求非常严格,若不能在规定



南安市医院联合东田卫生院开展胸痛演练。

时间内将血管开通,心肌坏死就可避免。救治时间如果延误,即使患者的生命被救回,生命周期也可能缩短,还会面临心衰等问题。

据介绍,心肌梗死是冠状动脉闭塞、血流中断,使部分心肌因严重的持久性缺血而发生局部坏死,急性心肌梗死患者主要表现为突然发作的、持续时间超过30分钟的心前区压榨性疼痛或憋闷感,患者常有濒死的感觉。部分患者发病前数日可能会有乏力、胸部不适、心悸、气足、烦躁、心前区疼痛等冠心病常见症状。

通俗地讲,人的冠状动脉就像庄稼地里面的水管,而我们的心肌就是不苗。如果水管堵塞导致不苗缺水,久而久之不苗就会枯萎、坏死。“心肌

细胞是不可再生的,坏死了就无法复原了,因此,抢救要分秒必争,以挽救更多心肌。”陈贤庆说,心血管科的医生常常将“时间就是心肌,时间就是生命”挂在嘴边,就是这个原因,“患者一旦出现心肌梗死,就会导致心脏收缩力的减弱,严重的患者如果不早期干预,有可能会造成心律失常,进而导致患者猝死”。

可喜的是,南安市总医院成立以来,便积极推进全市胸痛救治一体化建设。去年南安市胸痛救治一体化建设启动,通过推动区域医疗机构参与胸痛中心、胸痛单元建设,完善南安市域胸痛救治网络,提高胸痛患者救治的整体水平,今年南安已有10家基层卫生单位,通过国家胸痛单元认证。去年,南安市医

院还启用DSA介入导管室,成功开展血管的介入手术,到目前成功开展800多例。

“南安市的胸痛救治一体化体系在不断完善中。”陈贤庆说,今后将实现胸痛救治体系一体化、网络化、全域全覆盖,有效降低患者就医负担,最大程度挽救患者生命。

此次胸痛患者处置联合演练有效提高了院前急救人员对急性心肌梗死的应急反应能力,加强了对急性胸痛病人的规范化救治,实现院前与院内救治的无缝对接,为今后急性胸痛患者能享受到更快捷、优质、安全的救治服务提供强而有力的保障。同时通过演练及时发现问题,反思整改,不断加强救治措施,时刻为患者抢救做好准备。

### 健康资讯

#### 南安市中医院糖尿病三师共管照护团队走进老年大学开展讲座及义诊活动

本报讯(记者 黄伟励)近日,南安市中医院糖尿病三师共管照护团队走进南安市老年大学开展讲座及义诊活动。

当天,南安市中医院糖尿病三师共管照护团队的杨叔禹教授介绍了糖尿病三师共管照护门诊在医院的落地及开展成果。接着,他以《中国人的养生智慧》为题,结合闽南地域特点,给老年人讲了一堂生动的养生保健课。他深入浅出地为老年人解释了为什么要养生、怎样养生、怎样防治高血压、糖尿病等老年人常见病、多发病,以及中医药在疾病防治中的优势。

讲座结束后,糖尿病三师共管照护团队开展义诊活动。义诊现场,医护人员免费为老年人测量血压、血糖,向有糖尿病的患者赠送血糖仪,耐心教老年人使用血糖仪、下载App,现场有近50位糖尿病患者加入三师照护中。

当天,糖尿病三师共管照护团队为老年人提供健康咨询200余人次,发放宣传手册180余份。现场反响热烈,大家纷纷表示,能得到国家级专家的指导、诊治,对糖尿病治疗更有信心,也希望能有更多这样的活动。

据了解,杨叔禹教授创新的糖尿病三师共管照护是由糖尿病专科医师、中医师、照护师共同管理患者,让患者血糖等理化指标由专科医师治疗,伴随的焦虑、乏力等症状由中医师调理,居家则由照护师跟踪管理,最大程度保证患者能得到规范化、个性化、连续性的管理。

#### 南安市医院开展钦激光碎石术 帮患者解决顽固结石难题

■本报记者 黄伟励

近日,家住南安的黄先生突然感到左侧腰背部酸痛,原以为是小毛病便没放在心上,谁知竟疼了4天没有缓解,到医院一查,竟是左肾输尿管结石。在医院开展了左侧输尿管结石体外冲击波碎石术,仍没有好转,术后仍有左腰部剧烈疼痛的情况,这可把黄先生吓坏了,他便到南安市医院就诊。

医生发现,黄先生除了左肾输尿管结石,还出现了积水和感染的情况,结合患者病情,在与患者充分沟通后,决定为他开展经尿道肾输尿管结石钦激光碎石取石术,泌尿外科团队技术娴熟,手术在短时间内顺利完成。术后不久,少许沙砾样结石就随着患者小便排出,疼痛消失,术后3天顺利出院。

据了解,结石是泌尿外科最常见的疾病之一,随着泌尿外科新技术的开展,微创技术正在彻底改变传统泌尿系统结石的治疗方式。南安市医院泌尿外科今年初以来已成功开展多例输尿管钦激光碎石术,真正做到无须开刀就能轻松碎石。

南安市医院泌尿外科副主任医师吴焕强介绍,结石较小或质地较软,可通过运动、饮水、中医中药等方法将结石排出体外,但结石较大或质地坚硬,则需手术治疗。传统手术风险高、并发症多,术后恢复期长。钦激光碎石术是采用目前最先进的高清电子输尿管镜结合钦激光设备,利用一条直径约3毫米的细镜,通过尿道、膀胱、输尿管等自然通道进入,直达膀胱、肾脏内,轻松找到结石,做到安全、彻底和几乎无创伤地将结实击碎。钦激光可应用于各类泌尿系统疾病,手术方式涵盖输尿管镜、输尿管软镜、经皮肾镜等,治疗病种包括尿道结石、膀胱结石、输尿管结石、尿道狭窄、输尿管狭窄、尿道肿瘤、输尿管肿瘤、膀胱肿瘤等。

南安市医院泌尿外科自开展输尿管钦激光碎石术以来,为广大泌尿系统结石患者带来福音,已成功帮助多名患者及时解除痛苦,使患者在“家门口”就能用先进的技术解决顽固结石的难题。

#### 南安市医院开展中医药文化周系列活动

本报讯(记者 黄伟励)20日,南安市医院医务科组织中西医结合科、老年病科医护人员走进东田卫生院,开展中医药文化周健康宣传及义诊活动。通过中医药健康文化传播,提升群众中医养生保健素养。

南安市医院的中医宣讲员入乡随俗,用闽南语结合图文,为到场群众讲解了《生活中的中医药》,通过介绍闽南的“草仔茶”“药膳食补”“片仔癀”“安宫牛黄丸”“藿香正气水”等,让大家了解身边中医药在治疗疾病和养生保健方面的独到之处,感受中医药“简、便、廉、效”的独特优势。

此外,中医专家们还通过“望、闻、问、切”的方法,为现场群众进行体质辨证、疾病咨询、养生保健等指导,并免费提供刮痧、针灸、推拿、穴位贴敷等中医适宜技术诊疗服务。活动现场,医务人员为群众进行了血压、血糖检测,分发健康宣传手册100余份,传授中医健康小常识,倡导文明健康的生活方式,提高群众的健康意识;并精心准备了中药养生茶饮、保健香囊、民间药膳包赠送到场群众,让大家近距离感受悠悠药草香,体验博大的中医文化。

健康教育

专栏

南安市疾控中心主办

■本报记者 黄伟励

通讯员 黄秀美 黄秋玲

今年的12月1日是第35个“世界艾滋病日”,宣传主题为“共抗艾滋 共享健康”。今年的主题强调每个人都要参与进来,携手应对艾滋病流行带来的风险与挑战,倡导全社会共建共治共享。关于艾滋病,我们该如何防治,记者采访了南安疾控中心的专家。

专家介绍,艾滋病是由破坏人体免疫功能的艾滋病病毒(HIV)所引起的传染性疾病,这种病毒侵入人体,逐渐使人损失抵抗各种疾病的能力,因此,患者容易感染各种疾病,并发生恶

性肿瘤,病死率较高。HIV在人体内的潜伏期平均为8年—9年,在艾滋病病毒潜伏期内,人可以没有任何症状地生活和工作多年。

它主要的传播途径有3种:性传播、血液传播和母婴传播,其中性传播是我国艾滋病传播的最主要途径。近年来,我国新诊断报告艾滋病感染者中,95%以上通过性途径感染,异性传播约占70%。不安全性行为是导致艾滋病性传播的主要原因。

需要注意的是,艾滋病感染风险较大的不安全性行为包括没有保护的男性同性性行为、非固定性伴性行为、有偿性行为等。吸食新型毒品会使人严重丧失判断力,更容易发生不安全性行为。国家监测数据显示,男性同性性行为者每100人中约有8人感染艾滋病病毒,具有很高的感染风险。近年来,全球新型毒品种类繁多,层出不穷,它们极具伪装性、隐蔽性和迷惑

性。一些毒品可以引起强烈的性兴奋或中枢神经抑制,造成滥用者性行为混乱或被性暴力等不安全性行为,导致艾滋病经性传播的可能增加。

专家建议,发生了不安全性行为主动寻求艾滋病检测,早发现早治疗对维护个人健康至关重要。如发生了不安全的性行为,怀疑自己可能感染艾滋病,应在医生评估和指导下,于72小时内尽早使用阻断药,可有效减少感染风险。个人经常发生艾滋病感染风险较高的行为,应定期进行艾滋病检测,建议每年至少2次,及时了解感染状态可以尽早治疗,越早治疗身体的免疫功能恢复最好。在不了解性伴是否有艾滋病的情况下,与其发生不安全性行为存在感染风险,双方都应进行艾滋病检测,确保彼此的健康。

此外,目前尚无预防艾滋病的有效疫苗,因此最重要的是采取预防措施。除避免高危性行为外,还

要严禁吸毒,不与他人共用注射器。不要擅自输血和使用血制品,不要借用或共用牙刷、剃须刀、刮脸刀等个人用品,同时要避免直接与艾滋病患者的血液、精液、乳汁接触,切断其传播途径。

虽然全世界众多医学研究人员付出了巨大的努力,但至今尚未研制出根治艾滋病的特效药物,也还没有可用于预防的有效疫苗。艾滋病已被我国列入乙类法定传染病,并被列为国境卫生监测传染病之一。我国各地医疗机构和疾控中心都设有艾滋病检测点,可以提供专业的艾滋病检测和咨询服务,我国已经批准上市艾滋病尿液自检试剂,可以在家进行自我检测。如自我检测结果呈阳性,一定要去医疗机构或疾控中心进行确定,并接受咨询和后续治疗服务。感染艾滋病病毒后及早接受抗病毒治疗可提高生活质量,减少艾滋病病毒传播。