

卒中救治快又好 赠送锦旗表真情

“非常感谢咱县医疗健康集团闹店镇分院的行晓品医生、秦晓晓医生，及时救治我母亲的生命。”家住响谭营村郝先生把一面锦旗送到闹店镇分院院长孙汉伟和两位医生手中激动地说道。

近日，闹店镇分院120院前急救站接到杨女士家属的电话，告知其母亲突然言语不清、反应迟钝、行动不便在家等待急救，经过接诊医生初步判断疑似脑卒中，立即启动卒中救治绿色通道，20分钟接到患者到达闹店镇分院，县卒中中心医师、卒中救治单元医师、检验、CT工作人员全部到位，有序开展CT、血糖、凝血因子等检查，CT排除脑出血后，立即开展静脉溶栓，考虑患者已84岁，风险较高，溶



栓后转诊县人民医院进行下一步治疗，现已病情稳定无明显后遗症。急性脑梗死、急性心肌梗死此类疾病发病致死率、致残率高，早期及时溶栓是治疗的关键。县医疗健康集团为了让脑梗、心梗等急危重症病人得到及时高效的治疗，先后在基层分院成立胸痛、卒中救治单元、院前急救站

(杨明星 杨铭芸)

咖啡渣或可预防神经退行性疾病

美国科学家在最新一期《环境研究》杂志上刊发论文指出，如果阿尔茨海默病、帕金森病等几种神经退行性疾病是由肥胖、年龄增长、接触杀虫剂和其他有毒化学物质等因素引发的，从咖啡渣中提取的咖啡酸基碳量子点(CACQD)具有保护脑细胞免受这些疾病影响的潜力，因此有望在治疗神经退行性疾病方面发挥变革性作用。

神经退行性疾病的主要特征是神经元或脑细胞的丧失，这种疾病抑制了一个人基本的运动和语言能力、完成更复杂任务的能力以及认知能力。当这些疾病处于早期阶段，由生活方式或环境因素引起时，它们有几个共同的特征：大脑中自由基水平升高，以及可能导致大脑斑块的淀粉样蛋白片段的聚集。

最新研究负责人、美国得克萨斯大学埃尔帕索分

校科学家发现，当帕金森病是由杀虫剂百草枯引起时，CACQD在试管实验、细胞系和其他帕金森病模型上都具有保护神经的作用。而且，CACQD能清除自由基或防止它们造成损伤，并抑制淀粉样蛋白片段的聚集，而不会产生任何显著的副作用。他们因此假设，在人类阿尔茨海默病或帕金森病的早期阶段，基于CACQD的治疗可有效预防疾病的恶化。

研究团队指出，咖啡酸非常独特，因为它可穿透血脑屏障，对大脑内部的细胞发挥作用。此外，从咖啡渣中提取CACQD的过程非常环保，而且，咖啡渣的丰富性使这一过程既经济又可持续。科学家未来或许能研制出一种药物，以预防绝大多数由非遗传因素导致的神经退行性疾病。

来源《科技日报》

长期便秘 警惕「糊涂」风险

美国布莱根妇女医院和哈佛医学院的研究人员进行的一项初步研究发现，慢性便秘不仅是肠道健康的一个指标，也是思维功能下降的一个潜在警告信号。

研究团队选取了三项大型研究的数据，这些研究几十年来一直在跟踪超过10万名美国医疗专业人员。分析结果显示，平均而言，与每天排便一次的人相比，报告有慢性便秘(每周排便不到三次)的人其客观测试得分较低。类似的，便秘的人其主观认知功能的得分也较低。也就是说，他们的大脑表现出了老化的迹象。与排便频率正常的同龄人相比，便秘的人在记忆和思维测试中的表现通常较差，相当于大脑多老化了三年。他们报告自己的认知功能正在下降的可能性高出了73%。

研究人员还发现，便秘和认知功能较差的人产生丁酸的肠道细菌相对较少，丁酸是一种有助于控制炎症的重要脂肪酸。

在阿尔茨海默病协会国际会议上宣读的这项研究认为，便秘和认知功能是通过肠道微生物群联系在一起的。居住在肠道中的大量细菌在许多身体功能中发挥着重要作用。从理论上来说，便秘是与认知功能较差相关的肠道微生物群的一个症状，但这一点还有待证实。

来源《北京青年报》

“高仿”板栗千万别吃 误食或导致中毒



图为七叶树的果实

最近，“这种高仿板栗千万别吃”的话题成为网络热搜。这段时间，许多地方的街头和路边都出现了一种与板栗非常相似的果实，误食这种“高仿”板栗可能会导致中毒甚至死亡。那么，“高仿”板栗究竟是什么植物？

陕西省植物研究所研究员祁云枝告诉记者，

没错！鼻出血向后仰头是错误的动作！

不少患者止鼻血时，习惯向后仰头，鼻孔朝上，以为这样就可以不让鼻血流出来。这是不对的。其实，只要保持略微前倾的体位，流出的血会积存并凝固在鼻腔前方，有利于局部止血。千万不要再头后仰了，因为血液流入口腔或咽到胃里，刺激胃黏膜引起恶心、呕吐，反而会加剧鼻出血。

通常人们遇到流鼻血时会立刻找东西，如纸巾等，把鼻孔堵住，以为这样可以止血。这种做法也是不对的。盲目填塞会损伤鼻腔黏膜，加重鼻出血。

正确做法是：先冷静下来，因为紧张会导致血压升高，出血更严重。最好的做法是压迫止血，可用手指压紧出血侧和鼻翼，张口呼吸，压迫止血，鼻部放冰袋或冷毛巾冷敷。

应急处理记住这四点：

1、镇静，坐直，略前倾，勿后仰，以免血液流到喉咙。2、在止血前，先将鼻腔内血块轻轻擤出，以免大量血块淤积，后续清理困难或因清理再次鼻出血。3、用手指捏住部分的鼻肉，持续压紧十分钟左右，可帮助止血。4、冰敷可促使血管收缩，减少流血。

待鼻血自止后，可涂抹抗生素或类固醇软膏，可止痒，防止感染，也可防止血痂及黏液干硬破裂，再次出血。涂抹时将药膏少许塞入鼻孔，按压鼻翼使其融化，勿使用棉签纸巾等摩擦鼻腔黏膜。

如果反复出血或出血量很多，无法自止，则需要去医院急诊耳鼻喉科专科就诊，待专科医生检查处理，予填塞或手术等紧急止血措施。如出血暂时控制，可择期到耳鼻喉科就诊，待专科医生进一步检查，评估病情，防止延误诊疗。

鼻出血是生活中常见的突发情况，可由鼻部疾病引起，也可由全身疾病所致。

鼻出血的局部原因包括鼻部损伤(外伤、挖鼻等引发)、鼻中隔偏曲、鼻部炎症、鼻咽部肿瘤、鼻腔异物(常见于儿童，多为单侧鼻出血)等。

鼻出血也可能提示一些全身疾病。比如，出血性疾病及血液病(白血病)可能引发鼻出血。急性发热性传染病，如流感等，也会因为鼻黏膜充血以致毛细血管破裂出血。此外，心血管系统疾病也是一大诱因。高血压和动脉硬化是中老年人鼻出血的重要原因。血压增高，特别是在便秘、用力过猛或情绪激动时，可使鼻血管破裂，造成鼻出血。

来源：文汇网

健康教育宣传栏