

警惕！肚皮上会跳动的“包块”

本报讯 来自新安江的毛大爷，最近经历了一场生死劫：肚皮上会跳动的包块险些夺去他的性命。所幸经过市一医院多学科抢救，最终化险为夷。

73岁的毛大爷平时身体硬朗，五个月前在无明显诱因下发现脐部水平偏左侧可扪及搏动性包块，大小约4×5厘米，如鸡蛋般大小，有轻微压痛感，但没有重视。但随着病情的进展，毛大爷开始重视起来，近日在老伴的陪伴下到市一医院普外科门诊就诊。医生接诊后瞬间惊出一身冷汗，问诊查体后，让他不要剧烈活动，推着轮椅带他去做检查。

经腹主动脉血管成像检查提示：胸腹主动脉、腹主动脉下部、两侧髂动脉、髂内动脉多发动脉瘤。毛大爷被立即安排入院准备手术治疗。

腹主动脉瘤

先说说主动脉瘤，它不是真正的动脉肿瘤，而是各种原因造成的主动脉局部或多处的扩张，膨大呈瘤样改变，称为主动脉瘤。其发生与老龄化、高血压、动脉粥样硬化、遗传、外伤、感染或其他损伤动脉壁强度的各种因素有关。根据发病部位的不同，主动脉瘤分为胸主动脉瘤和腹主动脉瘤。根据病理类型的不同，主动脉瘤又分为真性动脉瘤、假性动脉瘤和夹层动脉瘤。

腹主动脉是人体最粗大的血管，腹主动脉因为动脉血流压力的冲击，管壁变脆薄，就像气球一样逐渐变大，也像被吹大的气球一样容易破裂。腹主动脉瘤往往在破裂之前没有任何症状，一旦破裂会引起大出血，导致患者迅速死亡。

命悬一线！团队成功拆“弹”

“毛大爷这种多发动脉瘤情况比较复杂，需要马上手术治

疗。”市一医院普外科医生说。

住院后，市一医院血管外科团队共同讨论了治疗方案，做好术前准备，在团队的密切配合下成功完成了“腹主动脉覆膜支架腔内隔绝术+髂动脉覆膜支架腔内隔绝术+髂动脉栓塞术”，手术过程顺利。

术后，经过普外科医护团队四天的悉心照顾，毛大爷顺利出院了。出院之前，医生再次嘱咐毛大爷注意休息，可以用山楂、党参、黄芪泡茶喝，帮助补气、软化血管，也要改变喜欢吃荤菜的习惯，保持血脂的稳定。

医生还建议，如果身体躯干突然摸到搏动性的包块，最简单的办法就是到医院做个检查，特别是老年患者应定期检查血压并做全身体检，以便及时发现问题，获取最佳救治时机。

(通讯员 赵志勇 邹红燕)

大暑时节养生注意事项

大暑时节天气十分炎热，很容易引发脑血管病。这是因为高温天气容易让人血压忽高忽低、情绪急剧波动、血黏度上升、精神不济。所以在这个时候最好不要用脑过度，尝试排除一切杂念，聚气凝神，以养护身心。

炎炎盛夏，要小心暑邪来袭。根据传统中医学理论，阳邪是由火热之气化成的，只在夏季出现，是夏季的主气。一旦暑邪入侵人体，腠理便会打开，汗液分泌也会随之增多。出汗过多导致体液减少的现象，中医称之为伤津。这种疾病一般伴有口干舌燥、大便偏干、尿液偏黄、心烦意乱等症状。如果没有得到及时医治，很可能会因为超过生理代谢的极限而损伤元气，从而引发身体乏力、气短寡言等“热病”症状，严重情况下可能导致昏倒、休克甚至死亡。

大暑适宜吃什么

中药方面可选用藿香叶、佩兰叶、炒麦芽、甘草、薏苡仁、麦冬、天冬、沙参、玉竹、菊花、石膏、半夏等。



适当吃些瓜果冷饮，特别是新鲜果蔬，如西瓜、黄瓜、苦瓜、绿豆、藕、冬瓜、梨、柠檬、柚子、苹果、甜瓜、葡萄等。

饮食要以清淡芳香为主，因为清淡易消化，芳香可刺激食欲。且进食要定时定量，注意多饮开水。

大暑禁忌吃什么

忌食变质、不洁食物。

冷饮不能过量，不宜过食冰镇食物、冰冻饮料、冰淇淋等。

忌食厚味、甘肥油腻、生湿助湿的食物，如动物脂肪、油脂、海腥鱼类。

忌食酸涩辛辣、性属湿热助火之品及油煎熏烤之物，如生葱、生蒜、生姜、芥末、胡椒、辣椒、茴香、桂皮、韭菜等。

忌生食海鲜或死的动物性食物。

本报讯 一个微笑可以拉近医患距离，一个眼神可以增加医患信任，一件小事可以温暖患者心，市一医院泌尿外科就有许多让患者感动的暖心瞬间。

饿了吃颗糖

随着暑期的来临，市一医院泌尿外科的儿童患者明显增多。这不，一天就有三名小男孩组团来做隐匿性阴茎矫正术。

因为隐匿性阴茎矫正术手术需要在麻醉下进行，孩子们需在术前禁食。泌尿外科的责任护士发现，在等待手术的这段时间里，孩子的饥饿感、焦虑感非常明显。

为此，科室特地为这些小患者准备了一盒棒棒糖，放在护士站便民箱上面，装糖的盒子还有一个好听的名字——“甜蜜盒”。护士早上查房时，会把糖发给当天准备手术的孩子。看着孩子们吃着棒棒糖开心的笑脸和家长感激的眼神，医护人员倍感欣慰。

每天八杯水

在日常生活中，喝水是一件很平常的事，但对于泌尿外科的患者来说，却成了每天的必修课。

一直以来，对于因为尿路结石而入院并且医师建议多喝水、多跳绳排石的患者，“每天八杯水，生活更精彩”的服务一直在进行着。

近日，83岁的童大爷住进了泌尿外科，因为患有急性肾盂肾炎，反复发热、尿频、尿急、尿痛症状很明显，一天要上十几次洗手间，苦不堪言。入院后，医护人员虽进行了及时诊治，但童大爷的病情一时没有明显缓解，老人十分抗拒喝水，想着少喝点水、少排点尿，以此来减轻排尿时的疼痛感。

可让童大爷奇怪的是，住院第一天，护士就和他宣教喝水的种种好处，要求他每天喝八杯水，并且还要追踪记录。一开始，童大爷摇头拒绝，觉得喝水是自己的事，根本不需要护士来管。但护士总是不厌其烦地和他谈喝水的好处和要求，久而久之，童大爷也不好意思拒绝喝水，每次喝完水还特别期待护士来询问记录。说来也奇怪，随着每天喝水次数的增加，他排尿时的疼痛感有了明显好转，心情也跟着好起来。

(通讯员 王玮)

健康建德



弘扬文明新风，建设美好家园

