

主持人金昀因肺动脉高压离世，这种“心肺系统的癌症”引发关注，医生提醒重视早期筛查——

## 试试6分钟能否走完100米

近日，多家媒体报道上海东方广播中心知名主持人金昀已于4月30日离世，年仅43岁。据介绍，金昀从2012年确诊肺动脉高压到去世，多次被下病危通知书。15日上午，微博话题#金昀去世#登顶热搜第一，引发了无数网友的关注。

肺动脉高压到底是什么？发病率情况又如何？记者采访了福建医科大学附属第二医院心内科主任医师王振华。 □融媒体记者 张沼婢

### 导致全身新鲜血液不足 引起头晕呼吸困难等症状

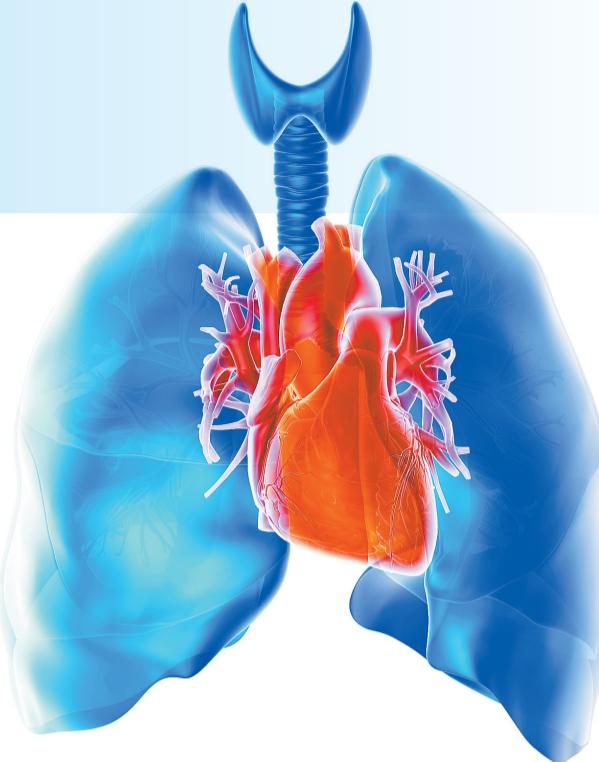
肺动脉高压是指肺动脉压力超过一定界值的一种血流动力学异常状态，可导致右心负荷增大和右心功能不全，从而引起一系列临床表现。

心脏是一个器官，但它就像两个相互连接的泵一样每时每刻不停地工作。心脏有左心和右心，每一个都有两种不同的工作。左心提供体循环的血液，而右心提供的是肺循环的血液，因此左心是高压系统，而右心是低压系统。正常人肺动脉平均压力为 $14 \pm 3\text{mmHg}$ ，正常上限约为 $20\text{mmHg}$ 。当肺动脉平均压(mPAP)静息状态下 $\geq 20\text{mmHg}$ (正

常值约 $14\text{mmHg}$ )，即可确诊。

王振华分析，肺动脉高压会导致右心负荷增加，右心无法把血从肺动脉输回左心，一旦全身脏器获得的新鲜血液较少，患者可能出现一系列危险，轻则血压偏低、脑缺血，会出现头晕、胸痛及呼吸困难等症状，重则晕厥，甚至猝死。

据统计，全球约1%的人口可能受肺动脉高压的影响，未经治疗的中重度患者5年生存率不足50%，肺动脉高压被称为“心肺系统的癌症”，此类型疾病女性患者多于男性。



肺动脉高压，女性发病率较高。(CFP 图)

### 主动筛查避免漏诊误诊 有症状记得找心血管病医生

“值得注意的是，应注重肺动脉高压的早期诊断，相关数据显示，从患者出现症状到确诊肺动脉高压平均需要2.2年。”王振华强调，早期主动筛查诊断治疗可改善肺动脉高压患者生存期。以下，是肺动脉高压前期症状：

一是患者嘴唇因为供血不足，常年是蓝色的，被称为蓝嘴唇。

二是患者手指。指头粗大，呈现杵状，这是长期末梢循环缺氧导致。

三是患者常感到胸闷、呼吸困难、疲劳、胸痛、头晕等。

最后，6分钟能不能走完100米也可以作为参考依据。

由于第三种症状带来的不适，患者往往不会想到找心血管病医生，而是找呼吸科医生看诊。肺动脉高压是困扰心血管病和呼吸病医生的难题，目前大多数医院把肺动脉高压的治疗放在心血管病科，而患者又想当然去呼吸科就诊，因此容易造成漏诊误诊。

### 不明原因活动后气促 建议查查超声心动图

当出现不明原因的活动后气促等表现时，应尽早去医院做超声心动图筛查该疾病。超声心动图是筛查肺动脉高压的最重要的无创性检查方法，右心导管则是诊断肺动脉高压的金标准。

肺动脉高压有一定的遗传性。因此，育龄期女性，尤其需要注意早期预防。

警症状，以期早期发现肺动脉高压，并做遗传学咨询、筛查，做到优生优育。

此外，王振华提醒，肺动脉高压患者平时要注意保暖，预防感冒，感冒对于肺动脉高压患者可能是致命的。一旦患了感冒，必须充分休息，并喝适量温水。在感冒期间需按照医生的建议服药，切不可自行胡乱用药。

## 30岁小伙通宵喝酒后突发肝衰竭

病情凶险，尚缺特效药物和手段

本报讯（融媒体记者张沼婢 通讯员周晓卿）近日，30岁的洪先生和朋友通宵喝酒后，出现全身无力、食欲不振、眼睛发黄、右下肋骨隐作痛等症状，再到第910医院感染科就诊，抽血一查发现肝脏指标异常升高，被医生诊断为“急性肝衰竭”。

据第910医院感染科主任许正锯介绍，当肝脏受到多种因素（病毒、酒精、药物等）侵袭时，会导致肝细胞大量坏死，肝脏合成、解毒、代谢和生物转化功能严重障碍或失代偿，出现黄疸、凝血功能障碍、肝肾综合征、肝性脑病、腹水等表现，作为一种极其严重的肝脏疾病，该病进展迅速，病情凶险，需引起高度重视。

目前，肝衰竭的内科治疗尚缺特效药物和手段，原则上早期诊断、早期治疗为主，采取相应的病因治疗和综合措施，并积极预防并发症，加强监护与动态评估，在内科综合治疗的基础上，及时联合人工肝和桥接肝移植，从而降低病死率。

如何预防肝衰竭的发生？

接种疫苗：接种乙肝疫苗，预防乙肝病毒感染。

避免饮酒：避免长期大量饮酒，对于已有肝脏疾病的患者，必须严格忌酒，减

少酒精性肝病的发生。

谨慎用药：避免滥用药物及保健品，特别是对肝脏有损伤的药物，在用药过程中，要遵循医生的建议，按时定量服用，避免引起药物性肝损害。口服抗乙肝病毒药物的患者，不能擅自停药，以免引起病毒大量复制，导致急性肝衰竭的发生。

均衡饮食：保持饮食均衡，增加新鲜果蔬、谷物和优质蛋白质食物的摄入，有利于保护肝脏健康。减少高糖、高脂肪、高盐、腌制食物的摄入，减轻肝脏的负担。

避免熬夜：养成良好的作息习惯，有利于肝脏的自我修复和调整。

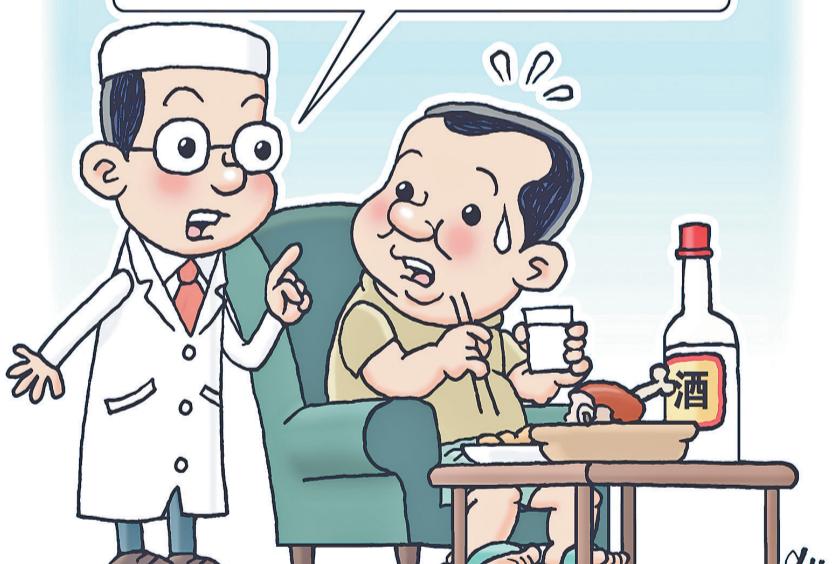
定期体检：积极治疗慢性肝病，每年定期复查肝功能和乙肝病毒定量情况，发现指标异常或皮肤变黄的情况，要在医生指导下及时采取有效治疗措施。

隔绝毒物：接触化学毒物时，要保持空气通风，或戴手套、长袖、帽子和口罩，减少呼吸道、皮肤毒物吸收。

调节心态：学会调节情绪，通过冥想、深呼吸等方式缓解压力。

肝衰竭在不同时期，症状有所不同，如有不适应及时去正规医院寻求专业救治，进行相关检查，确定进一步治疗方案，以免延误病情。

**高盐、高油、高糖饮食，长期缺乏运动，吸烟，过量饮酒等会悄悄损害肝脏健康**



呵护肝脏首先要在生活方式上“下功夫”（新华）

## 汛期下水小心“水中刺客” 血吸虫只需10秒就能钻进皮肤

本报讯（融媒体记者张沼婢 通讯员蔡武卫）虽然现在是炎炎夏日，但泉州正处在汛期之中哦。汛期不仅可能存在洪涝灾害等风险，还会伴随着一些疾病的传播危害，咱们可得小心啦！福建疾控中心专家为大家科普。

血吸虫是一种寄生于脊椎动物血管内的吸虫，又称裂体吸虫。血吸虫病是由血吸虫寄生于人体所致的疾病，是世界卫生组织列出的21种（类）被忽视的热带病之一，在我国和传染性非典型肺炎、艾滋病、狂犬病等疾病一样，都属于乙类传染病。

血吸虫的发育分为虫卵、毛蚴、母胞蚴、子胞蚴、尾蚴、童虫及成虫共七个阶段，其中尾蚴是可以感染人体的阶段。寄生于人和哺乳动物血管里的成虫产出虫卵随粪便排出体外，在水中孵出毛蚴，毛蚴钻入钉螺体内发育成尾蚴，尾蚴离开钉螺游入水中，遇到人畜即经皮肤钻入体内发育为成虫。

血吸虫的发育分为虫卵、毛蚴、母胞蚴、子胞蚴、尾蚴、童虫及成虫共七个阶段，其中尾蚴是可以感染人体的阶段。寄生于人和哺乳动物血管里的成虫产出虫卵随粪便排出体外，在水中孵出毛蚴，毛蚴钻入钉螺体内发育成尾蚴，尾蚴离开钉螺游入水中，遇到人畜即经皮肤钻入体内发育为成虫。

宿主（人或动物）只要接触含有血吸



汛期小心血吸虫(CFP 图)



全国千人口献血率达到11.4。

国家卫生健康委最新数据显示，自献血法颁布实施以来，我国全面建立起无偿献血制度，血液管理法治体系日益完善，无偿献血实现质的飞跃，全国千人口献血率达到11.4，血液安全总体水平位居全球前列。（新华）

### 献血小知识 你了解多少

6月14日是世界献血者日，今年我国的活动口号是“献血传递希望，携手挽救生命”。一个成年人的身体里约有5000毫升血液，而捐献200毫升血液，或许就可以挽救3个人的生命。那么献血前需要做哪些准备？献血究竟会不会对人体造成损害？泉州市中心血站带你看懂献血那些事儿。

科学献血，无损健康。符合献血条件的人，献血300毫升—400毫升，不超过正常人体血液总量的十分之一，不会对身体健康造成损害。绝大部分献血者献血后没有任何献血不良反应，少数献血者可出现头晕等不适感觉，多见于献血前准备不充分（如空腹献血、心情紧张等），这种不适经过适当处理和短暂休息后均可缓解。

献血后血液多久可以恢复？健康成年人一次献血300毫升—400毫升后，骨髓的新陈代谢加快，人体在肝、脾等脏器内贮存的血液也会迅速进入血液循环系统，使循环血量保持平衡。人体各组织间的液体成分会立即进入血管内，只要1—2小时便可补上失去的血容量；血浆蛋白大约在1—2天内即可补足；红细胞和血红蛋白在7—10天即可恢复到献血前水平。只要遵循献血间隔期，不必担心献血后的恢复。

献血安全吗？无论是中心血站、采血车还是献血屋，工作人员都按规定采用紫外线照射、空气消毒机、消毒液擦拭等方式进行环境消毒，以保证献血环境的安全可靠。质量管理部门还定期对献血环境进行抽检。采血时所用的耗材均为无菌一次性合格产品。严格执行“一人一针”，采血之后的针头等耗材交由废弃物处置中心集中销毁，所以说在血站献血是安全的，不会传染疾病。

为什么一次献血300毫升—400毫升受到倡导？一次献血300—400毫升能有效降低输血风险的发生几率，不会影响献血者的身体健康，同时使受血者更安全。由于血液中含有多种抗原物质，有可能造成受血者产生相关的抗体，从而给受血者带来免疫方面的风险。因此，患者一次性输入来自较少个体献血者的血液，输血风险会减少。比如一位患者，需要输血1200毫升时，该患者输入6个献血者（每人献200毫升）的血液与输入3个献血者（每人献400毫升）的血液相比，其发生输血风险的可能性要高出一倍。

我们献的血都去哪儿了？在一般人看来，我们的爱心血液都用于那些外伤需要急救的人，如地震、交通事故等。其实不然，据相关数据显示：我们的爱心血液，有34%用于癌症和血液系统疾病的人；19%用于各种贫血病患者；18%用于外科手术患者，包括心内直视手术和发热疾病患者；13%用于其他疾病患者，包括心脏、胃和肾脏疾病患者；10%用于骨科患者，包括骨折、关节置换；4%用于产科，包括孕产妇及新生儿；2%用于创伤患者，包括交通事故在内的各种创伤患者。

□融媒体记者 张沼婢 通讯员 许艺斌

### 锦旗牌匾感谢信 讲述医患动人事

本报讯（融媒体记者张沼婢）在中药香气与仪器滴答声交织的空间里，总有一些温暖在悄然生长。泉州市正骨医院北峰院区启动试运行开诊以来，合计收到感谢锦旗、牌匾、感谢信等170余项，这不仅是患者对医护人员的诚挚谢意，更是对医院医疗服务量的高度认可。

患儿小宇（化名）出生时，头颈就像被无形的手拽向右侧，严重时，小小的右耳几乎贴在肩膀上。父母带着他跑遍周边医院，均未找到病因。在小宇6个月大时，父母抱着他来到了泉州市正骨医院儿童康复科。经邓吕中主任检查，最终确诊其为极易被误诊的“姿势性斜颈”。

经过一年多治疗，这个曾被认为“无法可治”的孩子，头颈姿势基本正常，终于能像普通儿童一样昂首挺胸。“你们托起的不只是孩子的脖子，也是一个家庭的希望！”小宇的母亲送上来了一块“妙手回春 改斜归正”水晶牌匾，以感谢邓吕中主任。

这样的故事经常在正骨医院发生着。从病房飘出的药膳香气，到孩童挺直的脊梁；从门诊大厅传来的悠扬古筝曲，到六旬老伯加速康复的欣喜。每一面锦旗背后，都有一个动人的故事。它们见证了医护人员与患者之间的信任与理解，也见证了正骨人在守护人民健康道路上的不懈努力。