

酒后憋尿 谨防膀胱破裂

本报记者 王瑞芳

近日，市民王先生大量饮酒后，出现剧烈腹痛，经检查竟然是膀胱破裂。好好的膀胱怎么就破了呢？



两种情况导致膀胱破裂

王先生因剧烈腹痛到医院就诊，超声检查显示腹部和盆腔内有大量积液。医生与其家属交谈得知，王先生在发病前曾大量饮酒且有前列腺肥大病史，目前还在吃药治疗期间。

医生急忙安排王先生经尿道外口逆行插入导尿管进入膀胱内，经导尿管注入200毫升稀释后的造影剂，再行腹部盆腔CT扫描，发现本该滞留在膀胱内的造影剂弥散到了腹腔和盆腔内。这下终于找到了原因：膀胱破裂！

喝酒后膀胱为啥就破了？大同大学附属医院泌尿外科主任宫文宇解

释，王先生在饮酒时，体内摄入大量水，在严重醉酒后，膀胱的排尿反射减弱，加上本身就有前列腺肥大、排尿不畅的情况，导致了膀胱内压力急剧增高，轻微的外力就导致膀胱破裂。

膀胱破裂有两种情况，一种是外伤导致的破裂，另一种是膀胱自己破裂。膀胱储存尿液越多，膀胱内的压力也就越高，膀胱壁就会像气球一样被撑得变薄。这个时候如果遭遇一些外力，比如骑车用力、摔跤、强烈撞击等，就容易导致膀胱破裂，不及时治疗可能危及生命。而不受外力，膀胱胀得裂开的情况非常少见，因为在它憋‘裂’之前，可能就已经不由自主地‘放’走尿液了，也就是尿裤子了。”宫

文宇告诉记者，经过腹腔镜下膀胱修补术治疗，王先生很快就康复出院。

同时他提到，膀胱本身其实是一大块平滑肌，由三层组织组成，由内向外为黏膜层、肌层和外膜。膀胱良好的收缩功能全靠这三层结构，如果长期憋尿，会导致膀胱弹性下降，容易出现尿失禁或正常的排尿生理反射被打乱。用通俗的话来说，就是有尿的时候尿不出来，没尿的时候又老想尿。

“憋尿也会引发女性尿路感染，由于女性腹腔内器官结构较复杂，泌尿系统比男性更容易遭受病菌侵袭。而且子宫位于膀胱后，憋尿使膀胱充盈，充盈的膀胱便会压迫子宫，使子宫向后倾斜。如果经常憋尿，子宫后倾则难以复位，膀胱严重压迫子宫会妨碍经血流出，可导致严重的痛经症状，严重的话还会影响受孕。”

医护人员精心救治 八旬老翁重新站立

日前，市民闫女士致电本报：“希望借贵报一角，对市五医院医护人员急患者所急、全心全意精心救治的高尚医德和精湛医技表示感谢。”

今年3月，市民闫先生在家不慎摔倒，致左腿股骨颈骨折。由于其年逾85岁，且患有慢阻肺、阵发性心房颤动等多种疾病，体质极差，辗转几家医院均表示不能手术，只能保守治疗。此时，患者因卧床时间较长，合并肺炎，高烧不退，心脏功能减弱，病情凶险。转至市五医院骨科二病区后，科主任董友、副主任李宏英、大夫王晓云立即为其进

行了详细检查，并形成治疗方案：先转至心内科进行治疗，待心肺功能好转后立即施行手术。之后，在心内一科主任王宏、主治医师赵蓉等医护人员的精心施救下，患者心肺功能终于好转。骨科主任董友抓住时机，克服并发症多、手术风险大等不利因素，率团队立即为其进行了人工股骨头置换术。术后，在医护人员的精心护理下，患者病情渐趋好转，目前已能下床活动，准备出院。

闫女士说：“真心感谢市五医院医护人员的高尚医德和精湛医技，是他们让我父亲重获新生。”

(王芳)



得了甲状腺疾病 究竟忌碘还是补碘

常常听说，得了甲状腺疾病就不能吃碘。这让一些因为体检发现了甲状腺结节的患者在饮食上为难了，是不是患上了甲状腺疾病吃无碘盐更好一些呢？哪些食物又是富含碘的呢？大同市三医院内分泌科主任刘艳说，并不是所有甲状腺疾病都需要“忌碘”，对于碘的摄入与控量，还是要根据甲状腺疾病患者的具体病情来对待。

甲亢是由于甲状腺这个“工厂”生产的激素过多造成的，甲亢患者的甲状腺对碘的利用能力比正常人更高，因此，含碘食物可能会导致病情难以控制。建议在饮食上应该适当减少或控制碘的摄入。甲亢患者在症状明显、甲状腺功能没有纠正正常的情况下忌食碘盐、含碘的药物以及含碘海产品和刺激性食物。不宜食用海

带、紫菜、虾皮等。

除了甲亢之外还有甲减，甲减是因为甲状腺素分泌过少引起的，碘是合成甲状腺激素的重要原料，因此甲减患者无需低碘或无碘饮食。

甲状腺炎的患者食用“含碘食物”是个“双刃剑”，不能一次性过多的食用碘含量较高的食物(比如海带、紫菜、海产品)，又不能无碘饮食，正常进食即可，当然同时也需要适当避免辛辣刺激性食物。

甲状腺结节，在日常生活中应该注意调节情绪，少生气。饮食上需正确吃碘盐。对于甲状腺结节不合并甲亢的患者，可食加碘盐，适当限制一次性过量食用海带、紫菜等高碘食物。对于甲状腺结节合并甲亢的患者，需要忌碘饮食，食无碘盐。

(王芳)

子宫内膜癌更适合做微创

市五医院妇科团队再次独立完成一例子宫内膜癌根治术



近日，大同市第五人民医院妇科团队在麻醉科、手术室的配合下再次独立完成一例子宫内膜癌根治术。

患者李某，女，55岁，主因“绝经后异常子宫出血4月，下腹部隐痛15天”入院。盆腔核磁共振检查示：子宫内膜增厚约22mm，肌层受侵蚀约80%~90%，子宫内膜癌(ⅠC期)可能大。

及时进行“分段诊断性刮宫术”，术后病理检查结果回报示：结合形态学及免疫组化支持子宫内膜癌Ⅰ型，子宫内膜样腺癌(中分化)；免疫组化结果：P16(斑片+)，P53(+野生型)，PR(++)，ER(+)，Pax-8(+), Vimentin(+), CD10(++)，WT-1(+), Ki-67(+70%)，支持该诊断。

目前，患者在气管插管全身麻醉下行经腹膜外全子宫+双侧输卵管卵巢切除术+骨盆漏斗韧带高位结扎

术+盆腔淋巴结切除术+腹腔冲洗液细跑学检查+腹腔引流管留置术”，术程顺利，麻醉满意，术中出血少。

该院妇科主任邢利青表示，子宫内膜癌是女性生殖道三大常见恶性肿瘤之一，多发生于围绝经期及绝经后妇女。绝经后出血的患者更应该引起高度重视、及时就医。如上述该患者术前分期为子宫内膜癌Ⅰ期，具备微创手术指征，同时腹腔镜手术具有损伤手术创伤小、出血少、恢复快的优点。

微创是相对传统手术而言。它可以通过一些办法，比如小切口、借助腹腔镜等设备，又如做介入，达到治疗肿瘤的目标。就子宫内膜癌，腹腔镜治疗是较多使用的微创方法。

据悉，大同市第五人民医院妇科是大同市首批重点学科，是一个医疗

设备齐全、医疗技术力量雄厚、学科综合实力处于市内领先，省内先进，国内具有一定知名度的集医疗、教学、科研为一体的现代化专业学科。

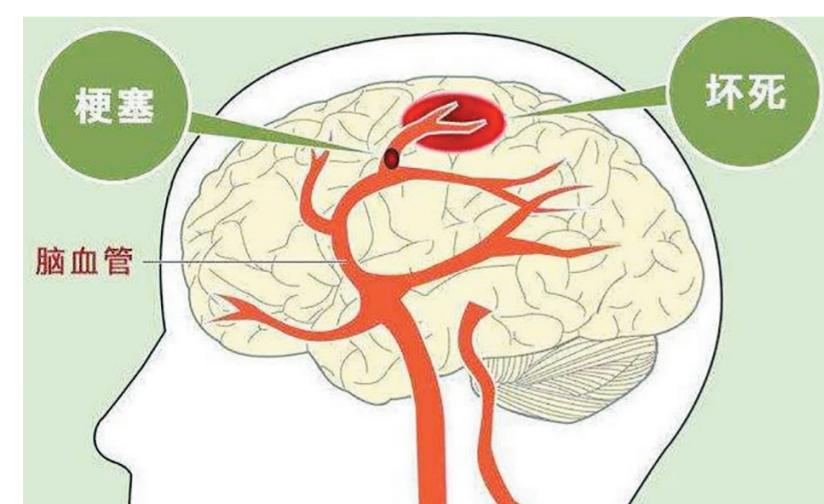
近年来，在妇科学科带头人邢利青主任的带领下，科室不断引进国内外妇科先进技术、经验和新理念，尤其在微创手术技术方面，宫腔镜手术、腹腔镜微创手术、盆底功能障碍性疾病(传统盆底修补手术及吊带手术)是妇科近年来发展最快的最具特色的专科技术。科室配备有多套先进的宫腔镜、腹腔镜微创手术设备，且配备有“3D腹腔镜”及“达芬奇机器人”微创手术系统，可以高质量的完成各类复杂和疑难妇科微创手术。多年来，该科紧随国内发展潮流，形成了全方位大规模应用微创技术的临床特色。

(王瑞芳)

脑梗不是突然来临的，这些发病信号别轻视

——访大同现代脑科医院脑卒中科主任李文忠

本报记者 王芳



生活中我们会发现脑梗总是突然发生的，实际上脑梗在发生之前就已经有征兆了。一觉醒来，发现口眼歪斜、吞咽困难、拿不起筷子。还有一些患者发病前有肢体麻木感、说话不清、眩晕等症状。大同现代脑科医院脑卒中科主任李文忠说，这些症状一般都很轻微，持续时间短暂，所以常常被人忽视。如果了解这些症状，我们就可以敏锐地捕捉到脑梗的发病信号。让患者在黄金时间内得到救治，从而挽救生命和避免脑梗带来的后遗症。

我们常说的脑梗、中风、脑溢血等都是脑血管病的表现，统称为脑卒中。

李文忠介绍，脑卒中主要分为缺血性和出血性两大类，目前大部分发病患者为缺血性脑卒中，脑血栓、脑栓塞、腔隙性脑梗等都属于这一类，而人们常说的脑溢血属于出血性脑卒中。

李文忠说，像张女士这样一出现症状及时就诊的患者在门诊中并不多见。这个病发现越及时，则恢复的可能性就越大。他说，很多年轻患者出现症状后抱着“没什么，在家观察观察”的态度，或者不会予以重视，认为症状消失了就好了，却不知微小栓塞是脑梗的预警信号。

脑梗致病的机制是血流中断，脑组织因缺血缺氧而受损伤，超过一定时间必然导致坏死。李文忠打比方说，脑梗就好比是给庄稼浇水的水管堵了，早期及时恢复供水了，庄稼还能活，如果庄稼彻底“死了”再供水也无济于事了。

因此，治疗脑梗的关键是血管再通、恢复血流，这就需要进行药物溶栓或机械取栓治疗。它有着严格的“时间窗”。出现症状后最好在4~5小时内采取静脉溶栓，是最主要的治疗措施。

近年来，中青年人脑梗塞的发病率越来越高。频繁饮酒、吸烟、运动量少、高热量饮食、熬夜等是导致脑梗年轻化的主要原因，而工作压力大、精神

紧张、情绪焦躁又加重了病情，从而导致脑梗塞的发生。

脑梗的主要表现为：患者自觉半身无力或半身麻木；手中的物品突然脱落；突然说话不灵或吐字不清，甚至不会说话，但“心里明白”，即神志清楚；单眼或双眼突然视力显著减退，乃至一过性失明；记忆障碍，发生一时性遗忘；头晕；步态不稳等。

“这些症状既可大部分出现，也常只出现一两项，而且常反复发作，几天之内甚至发作几十次，也有数周或数月内只发生一次的。还有的只发作一两次，恢复后，一般不留后遗症，和健康人一样。”李文忠说，正由于这个特点，尤其是发作时间甚短，恢复得快，极易使病人自己和家属对此麻痹大意，失去警觉，而不去就医，甚至继续做危害脑血管的事情，造成严重后果。

“发生脑卒中后，首先要及早去医院，即使症状已经完全消失，身体恢复了常态，也要去医院，对心、脑血管进行一次全面、系统的检查。”李文忠说，通过一系列检查，以便早期发现容易引起卒中的动脉粥样硬化、高血压、冠心病，以及与之关系密切的糖尿病。如果是这些疾病的患者发生的脑梗，必须从积极治疗这些疾病入手，这是防治轻卒中的治本措施。

疫情期间如何保障 儿童心理健康

突如其来的疫情打破了我们正常的生活秩序，亲子之间的矛盾也尤为突出，再加上有些家长陪孩子学习一直是一件困难的事，如果父母不能理解孩子的焦虑、困惑，就很容易产生矛盾。

针对上述情况，关于如何保障儿童的心理健康措施如下：

1. 儿童要保持正常的作息安排、生活秩序，合理安排学习、娱乐和居家运动锻炼，不过度使用电子产品。家长可以根据儿童自身的情况，一起和孩子来制定一个具体的作息时间表，可以让孩子充分参与进来，培养孩子自己支配时间、分配事情的能力，从而让孩子具备一定时间的管理和计划能力，学会珍惜时间，有效地把握时间，培养自律意识。

2. 家长宜多陪伴儿童，多读书、讲故事、做亲子朗读或游戏等。对出现烦躁不安、焦虑恐惧等异常情绪表现的儿童，宜多安抚、拥抱、陪伴入睡等，通过增强亲子关系，重建安全感。

3. 对于儿童提出的各种问题，包括疫情、疾病、死亡等问题，家长要保持温和、耐心的态度，不回避、不批评、不忌讳，根据儿童的年龄和理解力给予适宜的回答。

(市六医院)

大同市第六人民医院
精神心理卫生知识宣传