

# 脑小血管病：隐匿的“健康杀手”

——访大同新建康医院神经内科专家刘友诚

本报记者 王瑞芳



血管病是危害中老年人健康的一大“杀手”，可大众往往只知道大血管病，却没听说过小血管病。其实小血管病的发病率比大血管病还要高，但由于早期症状不明显，常常被忽略而延误治疗。为了提高人们对脑小血管病病因、临床症状、诊断和治疗等各方面的认识，在此，大同新建康医院神经内科专家刘友诚为大家全面介绍脑小血管病的相关知识。

## 什么是脑小血管病？

刘友诚说，很多人都听说过脑血管病，但对脑小血管病并不熟悉。脑小血管病是指由于各种病因影响脑内小动脉、微动脉、毛细血管、微静脉和小静脉所导致的一系列临床、影像、病理综合征。主要表现为腔

隙性脑梗死、脑出血、皮质下白质病变、脑微出血和微梗死。目前广泛认为，脑小血管病以脑小动脉和脑微动脉血管病变为主，直径在50~400um。

“脑小血管大约只有头发丝那么细，却支配着脑内大约1400亿个大脑神经元的活动。”刘友诚说，一旦血管出现堵塞等问题，人体就会出现头痛、记忆下降、阅读能力减弱等情况，部分人还有口角歪斜、手拿东西不稳、反应迟钝、走路步态不精确等症状，而这些往往容易被忽略。

## 脑小血管病主要的危害有哪些？

刘友诚说，脑小血管病累积的人群比较广泛，临床中用磁共振检查，发现了六七十岁以上的人，可能有60%~70%的人存在脑小血管病的改变，包括了白质的疏松、微出血，还有些小血管的梗死。

做过脑核磁或脑CT检查的患者经常会看到这样的诊断或影像学报告：“腔隙性脑梗死”“多发性脑梗死”“缺血性脱髓鞘”“脑白质疏松”“脑白质病”等等。当患者问及这个问题时，医生的解答往往是脑部小血管堵了。以往，患者就算得了小的脑梗死，经过一段治疗后往往恢复得不错，于是无论患者和医生都不再去深究了，小小梗死便放任自流了。殊不知，脑小血管病由于起病隐袭（发病时症状不明显），进展缓慢，缺乏特异性，是导致老龄人群卒中、认知障碍、吞咽呛咳和跌倒的重要原因。

## 脑小血管病的发病人群有哪些？

刘友诚说，人们常说的“三高”人群，即高血压、高血脂以及高血糖群体，是大血管病的高发人群，同时也是小血管病的高发人群，而且小血管病的发病率比前者还要高。其中，高血压是脑小血管病最重要的一个危险因素，所以脑小血管病的易发人群应该更加严格地控制血压。

此外，年龄、吸烟、酗酒、既往卒中病史和不良的生活方式以及家族遗传史等都是脑小血管病的常见危险因素，其中，年龄是脑小血管病最重要的致病因素。60岁以上人群随着年龄增长，其患病率显著升高，且严重程度逐渐增加。

## 怎样筛查脑小血管病？

刘友诚说，脑小血管病和大血管病不同，发病症状比较隐性，往往容易被忽略。比如记忆力的下降、走路速度变缓，很多老年患者会觉得是因为年纪衰老的原因，所以通常不会到医院筛查。因此，当去医院检查时往往已经是比较晚期的情况。

想要筛查脑小血管病，需要在早期提高警惕，如果自己或者家人出现了轻微的认知障碍、语言障碍等症状，要主动到医院做影像学检查，通过头颅磁共振检查，可以更加明确地诊断出脑小血管病。

## 脑小血管病如何防治？

刘友诚说，防治脑小血管病，首先要控制危险因素，特别是高血压的控制。此外，



还需要养成健康的生活方式，包括保证充分的、规律的睡眠，适当开展体育运动；在饮食方面，多吃富含维生素类的食物，对于预防脑小血管病和防止病情进展都有一定的帮助。如果出现不明原因的头晕、头痛、记忆力下降、反应迟钝等，应警惕是否是疾病先兆，尽快到正规医院就诊。

一旦发现高血压，患者要从生活方式上做出改变，积极地治疗，稳定血压水平，控制血压的波动，合理使用高血压的治疗药物，这也是预防脑小血管病的重要方法。在治疗方面，要根据患者所表现的症状来进行治疗，如部分脑小血管病会出现认知的改变，进展下去可能会出现痴呆的表现，临床中治疗这类病人就要加入对症的药物，处理认知的下降，预防痴呆。也有一部分脑小血管病患者以轻微中风为表现，对于这样的患者需要对中风进行治疗。

## 烧烫伤疤痕危害不小

——访大同和平烧伤骨科医院烧伤整形专家王公升

烧烫伤会对人体皮肤造成损伤，甚至严重的可能会留下疤痕毁容，给烧烫伤患者带来终身阴影。

大同和平烧伤骨科医院烧伤整形专家王公升介绍说，烧烫伤疤痕是由高温、化学物质、电或受到强的热辐射引起的组织损伤后的产物，是伤口或创面自然愈合过程中一种正常的、必然的生理反应，亦是伤口愈合过程的必然结果。疤痕增生是烧烫伤患者创面愈合后严重后遗症，主要是因创面本身愈合过程中的病理改变所致。烧伤越深（深Ⅱ度以上创面），疤痕增

生越明显。创面感染常会增加疤痕形成的机会和严重程度，疤痕挛缩和增生会严重影响患者的生活质量，危害不小。

危害一：影响美观。即使较小的表浅疤痕，也会有碍美观。当烧烫伤疤痕严重时，尤其是面部的烧烫伤疤痕会给患者造成沉重的心理负担。

危害二：产生一定的症状。疤痕组织可有不同程度的症状，这在疤痕疙瘩和增生性疤痕中最为明显。这些症状包括瘙痒、刺痛、灼痛等。这与疤痕中的组织胺、神经肽及其他一些介质的含量增加有

关。临床上相当一部分患者就是因为这些不适而就诊的。

危害三：影响功能。从功能角度看，肢体关节附近的疤痕可影响肢体活动，导致关节运动障碍，甚至畸形。疤痕在嘴上会影响呼吸，疤痕在上肢则影响上肢伸展、屈伸运动等，大面积的疤痕可使皮肤丧失排汗等功能，所以治疗烧烫伤疤痕很有必要。

危害四：疤痕发红。这在新形成的疤痕组织中很常见。疤痕疙瘩和增生性疤痕均表现为外观发红，这与疤痕组织中血管密度增加、血流量有关。 锦秀



## 夏季多食醋

（一）

夏季，天气炎热，人们不仅易发肠道疾病，有时还会感觉浑身乏力、食欲不振……怎样改善这种状况呢？市田源酿造有限责任公司总经理高瑞举建议，不妨多吃一点醋。吃醋，不仅能够帮助消化和吸收，还能抑制细菌，可以让你在夏天保持充沛活力。

《本草纲目》中记载：“醋能消肿，散水气，杀邪毒，理诸药。”酿造醋中大量有机酸的存在，不仅使醋的酸味醇厚、绵长、柔和、鲜美，且是各种细菌的天然“杀手”。夏季，各种细菌多，毒素易在体内聚集，人们易患胃肠道疾病，吃凉拌菜或熟菜时加入醋，不仅味鲜可口、杀菌消毒，而且还能有效避免肠胃道病菌的感染。

广告信息

大同市田源酿造有限责任公司  
联系电话号码：5555559

## 宫外孕其实很危险

——访大同凤凰妇产医院妇科主任郭雨霞



对于准备当妈妈的女性来说，很多人怀孕的过程比较艰辛。最后终于怀孕了，还可能遇上宫外孕。每个验出“两道杠”的准妈妈，切不可高兴太早，千万当心宫外孕。

大同凤凰妇产医院妇科郭雨霞主任介绍说，正常情况下，女性都有一个子宫，

两个卵巢。连接子宫和卵巢的桥廊就是输卵管。然而，输卵管这个桥廊宽度和高度是有限的，如果受精卵在规定时间内没有通过，越长越大，就走不过“桥廊”或者卡在“桥廊”中间。那些回不到子宫的受精卵，我们临床上叫异位妊娠，俗称“宫外孕”，是妇科常见的急症。郭主任说，没有回到子宫的受精卵，三分之一由于生长环境差，最终自然死亡。但是，大部分在输卵管里的孕囊，却由于“身体”的长大而撑破了输卵管，造成体内大出血，危及生命。

宫外孕初期毫无感觉，患者甚至觉得医生是夸大其词，但是一旦破裂出血，病情往往十分危急，患者很快出现失血性休克、晕厥等情况。所以，育龄期的女性需要对异位妊娠提高警惕。这么危险，起初真的一点儿症状都没有吗？其实宫外孕

的症状包括停经、腹痛和阴道流血、晕厥与休克，但实际上很多人的宫外孕症状都没有这么典型。

有相当一部分人的出血症状，是出现在下次差不多该来例假的时间前后，这样会让人误以为是来例假了，结果停经和出血两个症状就都被忽略过去了；还有一些宫外孕女性可能把出血当成先兆流产了，然后小心保胎，压根没往宫外孕方面想；另外一些女性就是真的没有出过血，也不肚子痛，就跟正常怀孕一样，冷不防地突然就破裂了。

郭主任特别提醒，很多时候宫外孕很隐蔽，所以看到验孕棒“两条杠”还需到医院进行相关检查，专业的事情，还是交给医生来分辨，即使有宫外孕，也能及早发现及早治疗。 王芳