

# 消融术为房颤患者带来“心”希望



随着现代生活的节奏加快和压力增大，心脏疾病发生率逐渐升高，房颤是其中最常见的一种。房颤是一种以快速、无序心房活动为特征的室上性快速性心律失常，是临床最常见的心律失常之一。房颤不仅影响患者的日常生活，对于患者的生命健康也有着重大威胁，因此及时治疗十分重要。

## ——访大同新建康医院心内一科主任丁雪波

本报记者 王瑞芳

近日，大同新建康医院心内一科医疗团队为一例阵发性房颤患者成功实施房颤导管消融术，此举填补了医院治疗房颤的空白，也为区域内房颤患者带来了“心”希望。据悉，近年来，该院积极推进三级甲等心血管病医院建设，全方位提升心脏病患者诊疗水平，不断为心脏病患者的救治搭建更高水平的救治、诊疗平台，让他们免受奔波求医之苦，在家门口解决“心”上的难题。

家住云州区的范女士近几年深受阵发性心房纤颤的折磨，心率最高达150次/分，每次持续几十分钟至一个多小时不等，发作时伴随胸闷、头晕、乏力。长期以来都是用药物保守治疗，但效果不佳，病情并没得到有效控制。饱受折磨的她为彻底解决问题，慕名到大同新建康医院心内一科就诊。

科主任丁雪波接诊后，通过详细询问病史，完善相关检查，考虑范女士为心房颤动(简称房颤)。随即组织开展病例讨论，充分评估病情后明确阵发性房颤诊断，即心房出现无规律的间断的颤动，是临床常见的心律失常之一。其危害不容小觑，会显著增加脑卒中、血栓栓塞、心衰、心肌梗死、痴呆、肾功能损伤等疾病风险，具有非常高的致残率和致死率，对患者的机体、机能及生活质量都将造成严重影响。

范女士房颤发作时心室率快，症状严重，影响日常生活，需要规范抗栓治疗才能降低血栓栓塞风险。但考虑其长期使用抗心律失常药物不仅疗效不佳，还出现诸多不良反应，且发生过致命性大出血，如果再次采用药物抗栓，大出血的风险太大。为确保安全，与家属充分沟通后，团队决定为范女士实施房颤导管消融术，既能有效治疗房颤，改善症状，术后也不需长期使用抗心律失常和抗栓药物。手术有序展开，团队精细操作，整个手术过程配合默契，一气呵成。困扰患者多年的“心魔”，终于成功解除。

丁雪波介绍，心房颤动(房颤)是临床最常见的持续性心律失常，其最大危害为卒中、心衰和死亡。房颤患者脑卒中风险是一般人的5倍，心衰风险是一般人的3倍，不及治疗的患者往往出现左心房扩大、心衰甚至脑梗死等房颤相关并发症。随着对房颤认知的不断深入和医疗手段的成熟，房颤风险预测与筛查诊断、卒中预防、节律控制、导管消融和综合管理等方面取得了突破性进展，而导管消融可显著降低房颤复发风险、减少心血管住院事件，因此逐渐成为房颤节律控制的一线治疗手段。

节律控制和心室率控制是改善房颤患

者症状的两项主要治疗措施。节律控制的方法包括心脏电复律、抗心律失常药物治疗和导管消融等，其中药物治疗虽然可以降低脑卒中风险、缓解患者症状，但因药物的不良反应、患者不能耐受或依从性差，长期临床获益不明显。相比抗心律失常药物，导管消融可显著降低房颤复发风险、减少心血管住院。因此，有症状的房颤患者如抗心律失常药物治疗无效或不能耐受，应行导管消融改善症状。对于阵发性房颤，导管消融明显优于抗心律失常药物，可显著降低房颤复发率、改善心律失常相关症状、降低再住院率和就诊率，且不增加严重不良事件风险。房颤导管消融术是一种微创手术，通过股静脉将导管引导到心脏的病变部位，使病变部位受热坏死，从而消除病变，达到治疗房颤的目的。该手术具有创伤小、恢复快、术后痛苦少、复发率低等特点。

丁雪波表示，目前我国房颤发病率高，临幊上，房颤消融已逐渐成为治疗房颤的一个重要手段，其有效性和安全性得到证实，且在维持窦性心律方面明显优于药物治疗，可显著改善症状，提高生活质量。对于阵发性房颤、持续性房颤、房颤合并心衰、心绞痛的患者，在充分评估后均可行消融治疗。

## 给宝宝刷牙的正确方式，你知道吗？

你知道吗？宝宝从一出生开始，就应该进行口腔清洁了。每个年龄段的儿童对于口腔卫生的要求都不一样，刷牙的方式也不一。在此，专家建议：

1岁以内的宝宝 在出牙前就应该进行口腔护理，每日哺乳后，可以采用干净的纱布或棉球蘸水擦拭宝宝的牙床和口腔黏膜。在第一颗乳牙长出后，除了进食外可以喝点清水，早晚要用干净的纱布或者硅胶指套牙刷来帮助宝宝清洁小乳牙，按摩牙龈和舌苔。

1~2岁的宝宝 这个阶段仍需要家长来帮宝宝刷牙，可以使用软毛的儿童牙刷轻轻地帮助宝宝清洁牙面和牙龈，每个牙面以涂圈的方法刷5~10圈。宝宝从萌牙后，就可以开始使用含氟牙膏来刷牙了，0~3岁宝宝的牙膏量控制在米粒大小就可以了。

2~3岁的宝宝 此时家长就可以教孩子自己刷牙了，每天在固定时间刷牙，至少刷牙两次，每次两分钟，培养良好的卫生习惯。建议在进食后半小时再刷牙，因为此

时口腔内的酸性环境较低，不容易机械性损伤牙面。需要注意的是，孩子自己刷牙后家长需要再检查口腔，补充刷孩子没有清洁到位的地方。建议孩子6~7岁之前还是要有家长来帮忙刷牙的，因为牙齿真的很重要。

家长们千万不要有“反正乳牙都会换”的想法，如果孩子的牙齿没有及时有效清洁，就有可能引起蛀牙。掌握正确科学的刷牙方式，定期检查口腔，才是预防蛀牙的有效方法。



书荣齿科

国家资助窝沟封闭、涂氟指定医疗机构

## 反复舔嘴唇 当心舔疮



冬季天气寒冷、干燥，嘴唇也进入了“干涸期”，不仅干燥得难受，有时还开裂、起皮。市一医院皮肤科主任叶丽霞提醒，如果你的嘴唇总是干裂，可能是以下原因在作祟：

习惯舔嘴唇 很多人感到嘴唇干燥时，总喜欢舔一舔，或者是紧张、激动时不由自主地舔嘴唇或咬嘴唇。其实，唾液只能暂时湿润嘴唇，随后唾液水分较快地蒸发，“顺便”带走了嘴唇上本身的水分，反而使得嘴唇越来越干燥。另外，反复舔嘴唇，唾液中的消化酶会对嘴唇产生刺激作用，如果嘴唇已经有裂口，舔嘴唇时可将唾液中的细菌带至裂口中而引起感染，形

成舔疮。

喝水太少 冬天，水喝多了可能需要经常上厕所，因此很多人不喜欢喝水。饮水量不够会导致嘴唇干裂。

用嘴呼吸 经常用嘴呼吸，肯定会导致嘴唇干燥。感冒的人或者有睡眠问题的人尤其明显。用嘴呼吸不是一个好习惯，可找医生查明原因，尽快纠正。

使用刺激性牙膏 部分牙膏含有十二醇硫酸钠成分，可导致皮肤干燥、刺痒等症状，冬天应尽量减少使用这类牙膏。

过度食用柑橘类水果 很多人想通过吃水果补充水分，又酷爱吃柑橘类水果。

但要注意不要一次吃太多，柑橘类水果里的酸性成分会刺激嘴唇，使其对阳光敏感，可导致干裂。

服用维生素A过量 每天摄入的维生素A过多，容易导致嘴唇干裂。另外，正在服用某些药物，也会导致嘴唇干裂。

叶丽霞表示，预防嘴唇干裂，不管男性还是女性，平时都可以擦含有矿物油、植物油和合成性酯类成分的护唇膏，以保持嘴唇的湿润。建议选用无染料、无香味成分的护唇膏，防止添加物使嘴唇过敏。此外，还要做到不舔嘴唇、不撕皮、及时补充足量水分、饮食均衡等。

(王瑞芳)