

精准消融 让血压不再居高不下

——访大同新建康医院心内五科副主任张麟

本报记者 王瑞芳



高血压的治疗是全球性的挑战,很多人都知道控制血压可以通过改善生活方式和药物治疗进行,然而它还有第三种选择——经皮肾动脉交感神经射频消融术(RDN),一种创新性的微创介入治疗手段,用来精准控制血压。

精准消融 高血压也能手术治疗

高血压是我国常见的慢性病之一,目前患者主要通过改变生活方式、药物治疗来控制病情。然而,由于存在患者难以长期坚持服药、药物副作用大及药效具有局限性等因素,高血压的控制率一直不理想。其中,近两成患者属于“难治性高血压”——即便联合使用3种及以上降压药(包括利尿剂),血压仍“居高不下”(≥140/90毫米汞柱)。这类患者不仅面临头晕、心悸、视力模糊等症状的困扰,长期血压失控更会引发心梗、脑卒中等致命风险。

据大同新建康医院心内五科副主任张麟介绍,高血压患者普遍存在肾脏交感神经过度活跃的问题,使得血压居高不下,对心脏、肾脏及血管带来伤害。经皮肾动脉交感神经射频消融术(RDN)通过微创介入手术方式,即可精准阻断肾交感神经通路,调整交感神经系统张力,从“盲目控压”实现“智慧消融,精准降压”,从“终身服药”实现“一次干预,长期获益”,为众多难治性高血压、药物不耐受高血压以及有减药需求的高血压患者带来了治疗新选择。

张麟介绍,RDN是近年来兴起在经过验证有效、非药物治疗降低血压的新技术,其治疗原理是利用低电量射频能量以降低交感神经活性达到控制血压的目的,具有无植入、创伤小、恢复快的特点。在药物镇静后,手术医生会在患者的大腿根部划开一个很小的切口,并将一根非常细的导管从切口中送入,通过腿部股动脉最后到达肾脏动脉,手术医生会利用导管的功能使肾脏动脉的神经从过度兴奋状态平静下来,达到控制血压的目的,继而降低心梗、脑梗、心衰等严重健康问题的发生风险。

RDN高血压介入治疗适用于辅助治疗难治性高血压、辅助治疗药物不耐受的高血压,另外,存在交感神经过度兴奋的高血压患者,如年轻、合并心率偏快、肥胖、糖尿病、睡眠呼吸暂停等病症的患者,可能对RDN的反应性更佳,获益更多。

难治性高血压迎来“春天”

手术为什么能治疗高血压?张麟解释道,“早在上个世纪二三十年代,一些外科医生探索把肾动脉附近的交感神经切除,发现降压效果确实非常好。经过国内外几十年研究,发展出来经导

管的微创消融术实现降压。目前世界上已经累及超过2万例手术经验,因而,在最新的国内外高血压治疗指南和共识中,肾动脉交感神经射频消融术作为一种安全性高、效果确切的治疗方式,越来越受到关注和推荐。”

“介入手术治疗高血压有一个特点,它不是立刻产生效果,而是慢慢显现效果。”张麟告诉记者,相关临床研究数据表明,大概在术后6个月左右,患者日间血压可以下降10个毫米汞柱左右,动态血压大概能够下降6~8个毫米汞柱,而降压作用是持续的,从术后3年随访来看,降压效果似乎会越来越越好,还可以不断减药。

手术治疗高血压,虽然降压效果显著且不良反应低,但并不适合所有的高血压患者。他提醒说,原则上18岁以上,服用了3种降压药以上血压还控制不好的,同时排除继发性高血压,并且没有严重的肾功能不全的患者,才可以考虑是否需要做手术。

张麟表示,随着RDN技术的逐步推广,可以说难治性高血压治疗迎来了“春天”。大同新建康医院将进一步推动高血压治疗从传统药物管理向药物与介入治疗综合的转型,为高血压患者带来新的希望,开创高血压治疗微创时代的新篇章。

气温攀升 警惕肠道感染风险

——访大同守佳消化病医院内科院长曹玉文

本报记者 杜一博 通讯员 郭承宗

夏日气温攀升,人体新陈代谢加快,各类肠道疾病也进入高发期。尤其是肠道感染性疾病,如细菌性痢疾、急性胃肠炎、病毒性肠炎等,常因饮食不当、卫生习惯不良等因素诱发,严重影响身体健康。为此,我们特邀大同守佳消化病医院内科院长曹玉文从专业角度解读夏季肠道感染的成因、症状及预防措施,为公众健康支招。

曹玉文是中国非公立医疗机构协会消化专业委员会委员,大同市医学会消化专业委员会常委。从事消化内科及消化内镜专业40多年,擅长消化系统疾病的诊断及治疗。

据曹玉文介绍,夏季肠道感染高发与环境、饮食及生活习惯密切相关。一方面,高温高湿的天气为细菌、病毒、寄生虫等病原体提供了绝佳的繁殖环境,如大肠杆菌、沙门氏菌、诺如病毒等,在食物中可快速滋生;另一方面,夏季人们偏好生冷食物(如刺身、凉拌菜、冰淇淋),饮用未煮沸的生水,或食用隔夜剩菜,这些习惯都增加了病原体入口的风险。此外,夏季人体出汗多、消化功能减弱,肠道免疫力下降,也使得病原体更容易趁虚而入。

肠道感染的症状通常较为典型。曹玉文指出,患者主要表现为腹痛、腹泻、恶心呕吐,部分人伴有发热、乏力、食欲不振等全身症状。严重的肠道感染可能引发脱水、电解质紊乱,甚至导致休克,

尤其是儿童、老年人及免疫力低下人群,更需警惕重症风险。值得注意的是,不同病原体引起的感染症状略有差异:细菌感染多伴随高热、脓血便;病毒感染(如诺如病毒)则以呕吐、水样腹泻为主;寄生虫感染症状相对隐匿,可能出现长期腹痛、消瘦等表现。

“肠道感染虽然常见,但及时治疗和科学预防能有效降低危害。”曹玉文强调,一旦出现疑似症状,应及时就医,通过粪便常规、病原体检测等明确病因,避免自行滥用抗生素,延误治疗。临床上,轻度感染可通过补液、饮食调整及对症治疗缓解;重症患者则需住院治疗,进行抗感染及支持治疗。

针对夏季肠道感染的预防,曹玉文提出以下实用建议:

◆把好“病从口入”关

生熟分开 切生肉和熟食的刀具、砧板要分开使用,避免交叉污染;食用海鲜、肉

类等食物时,务必彻底煮熟煮透,避免食用半生或腌制未达标的食物。

慎食生冷 少吃路边摊的凉拌菜、冰粉等生冷食物;多饮用开水或经过严格消毒的饮品;水果应洗净削皮,避免食用变质、腐烂的水果。

注意食品储存 剩菜剩饭及时冷藏,食用前彻底加热;避免长时间存放凉拌菜、乳制品等高风险食物。

◆养成良好卫生习惯

勤洗手 饭前便后、处理食材前后要用肥皂或洗手液,采用“七步洗手法”彻底清洁双手,减少病原体接触机会。

清洁环境 定期打扫厨房、餐具,保持家居卫生;垃圾桶及时清理,避免蚊虫滋生。

◆增强自身免疫力

规律作息 夏季昼长夜短,仍需保证充足睡眠,避免熬夜,维持肠道正常的免

疫功能。

适度运动 选择清晨或傍晚进行散步、慢跑等运动,促进肠道蠕动,增强体质,但避免在高温时段剧烈运动导致脱水。

合理饮食 避免过度贪凉,少吃辛辣、油腻食物,多摄入新鲜蔬果,补充维生素和膳食纤维,维持肠道微生态平衡。

◆特殊人群重点防护

儿童、老人及患有基础疾病的人群肠道抵抗力较弱,更需注意饮食卫生。儿童应避免接触不洁玩具、物品,及时接种轮状病毒疫苗;老年人尽量少食高风险食物,出现腹泻症状及时就医;慢性病患者需严格控制饮食,定期监测肠道健康。

曹玉文最后提醒,夏季肠道感染可防可控,关键在于保持警惕,科学防护。若出现持续腹泻、高热不退、脱水等严重症状,务必立即就医,切勿自行用药。通过养成良好的生活习惯,筑起肠道健康防线,才能安心享受夏日美好时光。