

每6秒钟就有1人死于脑卒中

脑卒中这只“猛虎”，该如何应对？

株洲日报记者 刘琼
通讯员/宋玺

今年10月29日是第14个“世界卒中日”，主题是：“预防为主，远离卒中。”据统计，全世界每6人中就有1人可能罹患脑卒中，每6秒钟就有1人死于脑卒中。

在株洲，越来越多的人也被这一“猛虎”盯上。市中心医院神经内科专家提醒，脑卒中虽“猛于虎”，但防治方法还是有，市民可借助“中风120”原则及早识别它。

每天2包烟，36岁男子被脑卒中盯上

“没想到我这么年轻就得了这个病。”10月25日，在市中心医院神经内科住院病房，提及自己的病情，36岁的李师傅依然有些口齿不清。

原来，李师傅是一家物业公司的保安，平日里看起来身体素质不错。可就在半个月前，在值完夜班回家的途中，他突然感觉头痛、左腿无力、耳鸣。随后，医生诊断其为“脑卒中”。住院治疗期间，他还被查出患有高血压。

“平时看起来那么有精气神的，怎么说就倒了。”对于诊断结果，李师傅和亲友都有些难以置信。

经仔细询问，医生找到了病因。原来，李师傅是个老烟枪，因为长期需要值夜班，他每天至少要抽2包烟。

“患者长期熬夜又抽烟，疾病的发生和他这

些生活习惯密不可分。”市中心医院神经内科主任罗霄鹏介绍，所幸，因溶栓治疗，李师傅的症状已明显改善。

每6秒钟就有1人死于脑卒中，患者呈年轻化趋势

事实上，在株洲乃至全国，像李师傅这样患上脑卒中的人并不少。

“脑卒中”俗称“中风”，包括出血性中风(脑溢血)和缺血性中风(脑梗死)，具有高发病率、高致残率、高死亡率、高复发率和高经济负担“五高”特点。据世界卫生组织统计，全世界每6个人中就有1人可能罹患脑卒中，每6秒钟就有1人死于脑卒中。在我国，脑卒中已经成为居民的第一位死亡原因。

虽未做过详细的数据统计，可在罗霄鹏眼中，我市的脑卒中患者确实在逐年增多。

“我们科室的病房几乎天天爆满，每天新收治10多名患者，其中约七成患者与脑血管病相关。”罗霄鹏介绍，粗略估算，一年下来，收治的中风患者至少有千余人。值得一提的是，相较于过去，中风不再是老年人的“专利”，而是呈现年轻化趋势，该科室收治过的最年轻的中风患者不到27岁。

不良生活习惯是诱因，秋冬季是高发时节

哪些因素容易诱发脑卒中？罗霄鹏介绍，高血压、血脂异常、糖尿病，以及生活饮食习惯与脑卒中的发生关系密切，如高盐高脂饮食、吸烟、饮酒、缺乏体育锻炼等都已证实是脑卒中的危险因

素。卒中发病率、死亡率的上升与血压升高关系密切，血压越高，脑卒中风险越高。血脂异常与缺血性脑卒中发生率之间存在明显相关性。

此外，脑卒中的发生也与气温有关。“秋冬时节，脑卒中中最容易发生。”罗霄鹏介绍，随着秋冬气温骤降，血管收缩异常，血液黏稠度上升，中风意外多发。

把握救治黄金期，牢记“中风120”口诀

“45小时是急性脑卒中患者从发病到接受溶栓治疗的黄金时间窗，越早治疗效果越好。”罗霄鹏介绍，在时间窗内开展静脉溶栓治疗及血管内治疗(取栓)是目前最有效的救治措施，部分患者病情可以完全恢复，不留任何后遗症，但我国只有不到2%的缺血性卒中患者及时到达医院并接受溶栓治疗。

如何快速识别脑卒中？罗霄鹏建议市民借助“中风120”原则。即“1”看1张脸：不对称、口角歪；“2”查2只胳膊：平行举起，单侧无力；“0”(聆)听语言：言语不清，表达困难。通过这三步观察，一旦怀疑患者发生卒中，则立刻拨打急救电话120。

如何预防脑卒中，罗霄鹏开出了相关清单：注重合理膳食，每日食盐摄入量不超过5g，减少摄入富含油脂和高糖的食物；酌情量力运动，以大肌肉群参与的有氧耐力运动为主，如健走、慢跑、游泳、太极拳等运动，防止过度劳累、用力过猛；克服不良嗜好如吸烟、过量饮酒等；注意气候变化，保持情绪平稳；老年人应防止过快改变体位，避免便秘；定期进行健康体检，发现问题早诊早治。

全市脑卒中高危人群筛查和干预项目启动

株洲日报记者 刘琼
通讯员/张峻

株洲日报讯 10月28日，我市2019年—2020年度脑卒中高危人群筛查和干预项目启动会议召开，来自市卫健委、市疾控中心、市中心医院等单位的40余人与会。

据悉，脑卒中高危人群筛查和干预项目是一项国家重大防病专项，该项目由国家卫健委脑卒中防治工程办公室牵头组织，旨在通过对40岁以上人群进行早期筛查高血压、糖尿病、血脂不正常、心率不齐等危险因素并及时给予治疗控制，培养健康生活方式等，从而降低这类人群的脑卒中的发病风险。

目前，我市在市中心医院设立了一个脑卒中高危人群院内筛查点，在石峰区田心社区及清水塘社区、天元区三门镇、荷塘区明照乡等4个地方设立了院外筛查点。按照相关要求，有关医疗机构将于2020年4月30日前在天元区三门镇、石峰区清水塘完成4000名40岁以上人群的免费院外筛查，并对荷塘区明照乡、石峰区田心社区上一轮筛查发现的高危人群完成随访干预。

艾滋病防控宣传进校园

株洲日报记者 刘琼
通讯员/何衍

株洲日报讯 “艾滋病其实离我们并不远，掌握防艾知识是最好的社会疫苗……”10月23日，在株洲南方航空高级技工学校，市疾控中心携手湖南中全健康管理有限公司，开展了一场艾滋病防控知识宣传活动。

会场外，工作人员通过宣传条幅、摆放展板、发放宣传手册、开展现场咨询等形式，向学生宣传和普及艾滋病的相关知识。会场内，疾控专家与学生进行互动问答，加深他们对艾滋病防治重要性的认识。当天，工作人员共发放艾滋病宣传折页1000余份，一次性检测试剂盒300余盒，完成问卷调查300余份。

“青年学生既是预防艾滋病的重点人群，又是迎战艾滋病、促进健康发展的生力军。”市疾控中心相关负责人介绍，开展防艾宣传进校园活动是预防艾滋病的有效手段之一，能有效遏制艾滋病的蔓延。

老人骨折后拒绝手术 不料引发骨坏死

株洲日报记者 刘琼
通讯员/谭盼盼

株洲日报讯 “我要是早点接受手术，就不用受这么多罪了。”10月25日，在省直中医院脊柱外科，67岁的何阿姨后悔不已。

原来，今年5月，何阿姨在家中不慎跌倒，导致胸12椎体骨折。当时，医生建议其进行手术治疗。一听要做手术，她当场拒绝并立马出院了。可出院后，何阿姨的骨头不仅没长好，腰痛症状反而加重了，只能驼着背扶着腰生活。无奈之下，她再次向医生求助。

“经检查，患者的胸12椎体已坏死，且形成了一个空腔，若不手术就有瘫痪的风险。”省直中医院脊柱外科主任赵金亮介绍，骨折后，想要修复和愈合，最重要的是保持良好的血液循环。由于患者年龄较大，骨质疏松严重，血液循环受阻，加之没有及时手术，才引发骨坏死。

“医生，该动刀就动刀吧，这次我听你们的。”听闻自己的病情如此严重，何阿姨赶紧下了决心。

经过评估，赵金亮率团队为阿姨实施了椎体成形及钉棒内固定术，手术十分顺利。术后，老人的胸12椎体恢复了正常高度。



湖南汽车工程职业学院的无偿献血志愿者们合影。通讯员供图

献血40万余毫升 1152名学子刷新我市高校无偿献血记录

株洲日报记者 刘琼
通讯员/贾皓楠

株洲日报讯 10月16日至18日，湖南汽车工程职业学院开展“我为祖国献热血”主题活动，1152位学子成功献血，累计献血量超过40万毫升，刷新了我市高校无偿献血的记录。

“在大学学习的日子里，我懂得了使命和责任。如果无偿献血可以挽救另一个人的生命，我为什么不去做呢？”得知学校开展无偿献血活动，周丽一下课便赶了过来，而这也是她第4次参加献血。

在现场，还出现了两张不一样的面孔，他们是来自巴基斯坦的留学生Prince和Haseeb。

“我可以帮助别人，这说明我有能力。一个完整的人生不应该是只有自己，而是学会分享和共赢。”提及自己的献血初衷，Haseeb用他那不太流利的中文说道。

除了捐髓献血，不少学生还穿上红马甲当起志愿者，为参加无偿献血的同学们送上贴心的服务。据统计，4天时间，来自该校各个专业的96名志愿者共服务超过500小时。

株洲市城市综合服务信息平台

●信息发布 ●楼盘推介 ●二手房交易 ●生活服务

地址：天元区韶山路568号，乘T28路、T40路公交车到花园二村站下车步行10米。联系电话：28200686、28200618

另有海量真实房源，均有专人为您匹配。只要您打一个电话，为您找到心中的家。购房热线：28200686

个人房屋出租

芦淞区钟古岭17栋150平方顶楼(复式楼、共7层)，4室两厅，两个露台，月租2300元。
耀华新村5楼(共6层)101m²，三室两厅，家电家具齐全交通便利，月租1500元。

中游房产信息

首付1万买大湖湘江景复试公寓，株洲地标建筑，47层楼。联系电话：17507413717。

生活服务

株洲市白蚁防治有限公司

主营业务：白蚁防治，老鼠防治，蟑螂等各类害虫防治，各类灭鼠杀虫药品器械批发零售。
单位地址：株洲市天元区韶山路568号
服务热线：0731-22616110
国有企业，专业服务，让您的生活远离虫害烦恼

株洲市房地产测绘队

主营业务：全市范围内的房产测绘，房产测绘信息成果利用，房产相关图件资料汇编。
单位地址：株洲市天元区韶山路568号
服务热线：28686988
国有企业，专注房产测绘二十年，专业机构，优质服务百姓千万家



公积金组合贷款

株洲建行是第一笔试点发放公积金组合贷款的银行。

组合贷款的目的：在一定程度上减小购房人的利息支出。

组合贷款的条件：信用良好，符合商业贷款条件又同时正常缴存公积金。

额度和利息：总房价=购房首付款+公积金贷款+商业贷款(公积金贷款个人最高40万元，夫妻双方最高60万元)；利率根据公积金贷款利率和商业银行贷款利率分别计算。