

腹痛难忍当心动脉瘤在“报警”

六旬老人突发腹主动脉瘤破裂经手术成功“拆弹”

有一种肚子痛是“夺命腹痛”，其罪魁祸首是腹主动脉瘤破裂。腹主动脉瘤破裂是一种有生命危险的外科急症，因此，腹主动脉瘤被称为藏在人体腹腔内的“定时炸弹”。近日，中山大学附属第五医院成功为一老人拆除这一“炸弹”。该院专家提醒，一旦发现腹主动脉增粗，应及时到正规医院进行检查。



中山大学附属第五医院为患者刘伯进行手术。

□文/本报记者 刘联
□图/本报记者 赵梓

六旬老人腹部疼痛 经查为腹主动脉瘤破裂出血

近日，62岁的刘伯突然感到腹部疼痛难忍，且右腰部持续性隐痛，伴大汗淋漓、恶心、呕吐等症状，考虑到刘伯患高血压10多年，4年前曾因“心肌梗死”行冠状动脉支架植入术，

于是，朋友马上将他送至附近医院就诊，CT平扫显示刘伯的腹主动脉-双侧髂总动脉起始段扩张，邻近腹膜后(血管旁间隙)广泛积血，医生判断刘伯为腹主动脉瘤破裂出血可能，检

查期间他的神志淡漠，血压下降，因当地医院条件所限，无法进一步抢救。

随后，刘伯被紧急送到中山大学附属第五医院进一步救治。

多科室通力合作 手术顺利“排雷”

患者到达后，该院马上开通绿色通道，急诊医学科、介入科、麻醉科、放射科等科室通力合作为患者进行主动脉CTA检查，检查证实他为腹主动脉瘤破裂出血、双侧髂总动脉动脉瘤，接诊的该院外周血管介入科张永裕博士

介绍：“随后我们为患行主动脉造影及腹主动脉、双侧髂动脉腔内修复术。”该院外周血管介入科联合神经介入科、肿瘤介入科，在麻醉科等科室的配合下，应用微创腔内技术，即上肢动脉穿刺，双下肢股部微小切口，经过1个多

小时的手术，成功将腹主动脉覆膜支架植入瘤体内，并用2枚小型覆膜支架植入患者双侧髂动脉。整个抢救过程历时4个小时。术后，患者腹痛症状明显缓解，生命体征稳定。据记者了解，目前刘伯已经出院。

腹主动脉瘤有多危险？

据悉，腹主动脉瘤属于动脉扩张性疾病，是动脉瘤中最常见的一种。近年来，我国腹主动脉瘤的发病率呈上升趋势。数据显示，65岁以上的老年人中，腹主动脉瘤的发病率约为8.8%，且很多患者会在无任何征兆的情况下突然发生动脉瘤破裂，这类瘤体破裂的患者死亡率高达90%以上。

人的腹主动脉粗如自来水管，直径约2厘米。张永裕告诉记者，随着血管老化，弹性降低，在高血压等因素的影响下，由于血流压力的冲击，腹主动脉壁呈瘤样扩张或膨出，像吹气球一样，越“吹”越大，动脉瘤壁会越来越薄，到一定程度会“炸开”，人体的血液从“炸开”的口子中喷出，进而导致死亡。

老年人应定期体检 筛查排除腹主动脉瘤

据悉，腹主动脉瘤通常不疼不痒，容易被忽视，突发的剧烈疼痛往往是腹主动脉瘤破裂或急性扩张的特征性表现，发现腹部搏动性包块时，动脉瘤其实已经处于高度危险状态。当患者出现腹痛、腰痛等表现时，就提示动脉瘤濒临破裂，甚至已经破裂。“动脉瘤一旦破裂，短时间内即可导致大出血而休克死亡。”

张永裕说，65岁以上的老年人是患腹主动脉瘤的主要人群，男女比例为4:1。高血压、长期吸烟、高脂血症、糖尿病等，都是腹主动脉瘤的高危因素。超声筛

查能够避免70%腹主动脉瘤破裂导致的死亡。

张永裕提醒，如果存在以上高危因素的中老年人，要定期筛查排除腹主动脉瘤，一旦发现腹主动脉增粗，应及时到正规医院血管介入科或血管外科随访观察，如动脉瘤瘤体直径超过5厘米(女性由于腹主动脉直径偏细，当瘤体直径大于4.5厘米)，可考虑进行手术。此外，不论瘤体大小，如果瘤体直径每半年增长超过5毫米，或因瘤体导致的疼痛、压迫症状、栓塞症状时，都应尽早进行手术治疗，以免耽误病情。

医生话你知

糖尿病患者“过度”运动危害大

都说运动是健康的源泉，而糖尿病患者很多也是由于缺乏运动导致肥胖而患病的。得了糖尿病之后，如果能适当进行运动的话，可以帮助稳定血糖，对身体也很有好处。但是，糖尿病患者也不是做什么运动都可以的，如果运动不当或是太过激烈，可能会导致失明等一些很严重的问题。

如何判断是否过度运动？

1.自我感觉。运动量的大小因人而异，所以自我感觉是判断运动是否过量的最直接指标。如果运动能让你出现轻度呼吸急促，感到有些心跳加快、周身微热，身上出毛毛汗，运动过后全身有轻松愉快的感觉，这表明运动适量；如果运动使你呼吸困难、头晕目眩、大汗淋漓、心跳得像要蹦出来一样，运动过后全身沉重得不想再挪步，那一定是运动过度了。

2.看心率。运动使心率增快才能达到锻炼效果，但运动过程中要保持心率在每分钟150次以内。这个心率范围，可以保证心脏的每一次收缩都是有效的，能为运动的机体提供充足的氧气供应。超过这个心率，机体各脏器就会缺氧，锻炼反而变得有害无益，就属运动过度了。

糖尿病患者的运动原则

1.选择适宜的运动项目。糖尿病患者比较适合的运动是全身心的运动和有氧运动，比如慢走、散步和体操、游泳及爬楼梯等。但在运动时要注意控制强度，运动之前最好先做热身，以免心脏的负担突然增大导致不适。
2.运动之前吃点东西。一般糖尿病患者都会服用药物控制血糖，如果药物的效果比较好，或者说量稍

微大了点，患者再去运动的话，可能出现低血糖的症状，甚至导致患者晕厥等。因此，为了防止在运动时发生低血糖的意外，最好是先吃一点碳水化合物，喝一杯牛奶之后再运动也可以。

3.下午五点之后再运动。

很多人觉得晨练对于身体好，其实由于植物晚上会呼吸释放二氧化碳，早上的空气是不新鲜且污染较大的。而对于糖尿病患者来说，早上血液的粘稠度比较高，而傍晚的血糖更加稳定，波动较小，比较适合运动锻炼。

4.每星期锻炼三到五次。

糖尿病患者锻炼也是需要坚持的，有规律的锻炼对身体的积极影响更加明显。比较好的是每星期锻炼三到五次，中间暂停锻炼不要超过四天，不然会影响锻炼的效果。(据新华社)

医学前沿

老年人为什么总是“老泪纵横”？ 这几种情况应警惕

在日常生活中，很多人发现身边的老年人总是无缘无故就“老泪纵横”，尤其是被风一吹，眼泪更会不听使唤地掉下来。这种现象在医学上被称为“溢泪”。溢泪虽然不是什么问题，但不应忽视，要查明具体原因，辨证施治。医学上将溢泪分为功能性和病理性两类。

功能性溢泪

老年人的眼周组织较为松弛，眨眼睛时，眼轮匝肌作为“泪液泵”的功能不足，很容易导致流泪，如果遇上寒冷天气，保护性泪液分泌过多，溢泪的表现就更加明显。

病理性溢泪

病理性溢泪的原因很多，主要有以下几种：

1.干眼症。患有干眼症的老年人眼睛缺少泪水滋润，润滑不足的眼睛在风、油烟等刺激下，会流出大量泪水，让

老年人“眼泪汪汪”。

2.老年人如果患有结膜炎、角膜炎等，容易刺激三叉神经，造成泪液的反射性分泌，进而导致泪液分泌过多。

3.泪道阻塞。老年人出现泪道狭窄、泪道阻塞等情况，主要临床症状是流泪。患者经常擦拭眼泪容易造成下泪点外翻，使流泪更加严重。

4.全身性疾病。老年人如果患有糖尿病、类风湿关节炎、过敏性疾病，会导致末梢神经麻痹，加重眼干，而眼干会导致流泪增加。

5.屈光异常。老年人如果患有远视或老花，在看远处、看近处时需要调节眼肌，这就会增加睫状肌负担，易致用眼疲劳，进而加重眼部干燥的情况，更容易出现溢泪。

值得注意的是，老年人如果经常出现“老泪纵横”的现象，应该及时到医院进行检查，以免耽误治疗时机。(人民网)