

# 6旬“烟民”突感右腿无力

## 一查竟患下肢动脉硬化闭塞症差点截肢

本报讯(记者刘雅玲) 60岁的王大爷刚退休,每天和老同事喝茶、聊聊天,退休生活享受了没多久,却觉得右脚没力气,一开始以为是人年纪大了“人老腿先衰”,没想到问题越来越严重……家属得知后赶紧带其前往广东省中医院珠海医院就诊,经检查发现王大爷原来是下肢动脉硬化闭塞症,有截肢风险!

### 哪些人容易得下肢动脉硬化闭塞症

王大爷在导诊的建议下挂了介入科门诊,刚好广东省中医院介入科主任常钢来珠海出诊,查体发现患者右下肢皮肤温明显下降,背动脉和腘动脉摸不到,查了下肢动脉彩超,发现右侧股动脉远端已经基本没有血

流通过了。

常钢赶紧告知患者和家属,这是下肢动脉硬化闭塞症,需要及时住院治疗,否则右下肢长期缺血,会有“烂脚”甚至截肢的风险。患者和家属却不明白:老人家平时身体一直很好,怎么突然就得病了?常钢看着患者发黄的右手食指和中指,准确地指出玄机:病因就在“手上”。

“常年吸烟是下肢动脉硬化闭塞症发生的重要因素之一,且疾病的严重程度和吸烟量呈正相关。”常钢介绍,另外性别、年龄、糖尿病、高血压、血脂异常、高同型半胱氨酸血症、慢性肾功能不全等都会使下肢动脉硬化闭塞症发病率升高。患者吸烟史很久,随着年龄增长,发病风险自然也越来越

越大。

下肢动脉硬化闭塞症,是由于下肢动脉粥样硬化斑块形成,引起下肢动脉狭窄、闭塞,进而导致肢体慢性缺血。这种疾病会引起下肢间歇性跛行、皮温降低、疼痛、皮肤苍白,甚至发生溃疡或坏死等临床表现。

### 如何防治下肢动脉硬化闭塞症

据悉,介入手术对下肢动脉硬化闭塞症的血供恢复有立竿见影的效果,但是不是做了介入手术就万事大吉了。常钢提醒,不管是预防疾病,还是手术后康复,都要记住这4件事:

**戒烟、避免二手烟。**吸烟不仅会影响外周动脉血管疾病,还会引起很多心血管、呼吸系统疾病,吸二手

烟的危害更大。

**“三高”。**高血压、高血脂、糖尿病等基础病的人群发生下肢动脉疾病的可能性比别人更大,要按时吃药,指标控制不好的时候及时到相应专科就诊调整用药方案。

**日常要清淡饮食为主。**清淡饮食不是每天白粥、青菜,应包括蛋白质、脂肪、氨基酸等营养的摄入,只要不是每天大鱼大肉,家常饮食即可。一定要尽量避免高油、高糖、高盐的饮食,如麻辣火锅、蛋糕甜品、腌制食品等。

**保持良好心情。**如果得了下肢动脉疾病也不必太过忧虑,介入医生会帮助大家更快速恢复,但要更改不良的习惯,按时吃药,用积极的心态面对生活。

# 如何正确对待肺部结节?

## 专家为你解开“心结”

本报讯(记者刘雅玲) 11月是“全球肺癌关注月”。肺癌是发病率与死亡率增长最快的,对人类健康和生命威胁最大的恶性肿瘤之一。珠海市肺结节专病诊疗中心专家提醒,肺癌的早期诊断至关重要,能极大提高生存率,早期手术切除后的5年生存率可达90%以上。

### 哪些人群要进行肺癌早筛

据了解,早期肺癌症状相当隐蔽,与普通咳嗽、气喘、肩痛相似,患者通常没有特殊的感受,容易被忽视,加上常规体检的B超、胸片很难发现早期肺癌。一旦症状严重就医时,80%的患者已经到了疾病中晚期,且发现后五年生存率很低。

珠海市肺结节专病诊疗中心主任、中大五院外科主任曹庆东教授表示,年龄50-75岁,至少合并以下一项危险因素者,建议进行肺癌早筛:吸烟≥20包/年,其中也包括曾经吸烟,戒烟少于15年者;被动吸烟者;有职业暴露史(石棉、铍、铀、钍等接触者);有恶性肿瘤史或肺癌家族史;有慢性阻塞性肺病或弥漫性肺纤维化病史;长期接触油烟和二手烟或其他污染环境的人群也应纳入肺癌筛查范围。

### 莫让肺结节变心结

如今,随着居民健康意识的增强,肺部小结节检出率越来越高,有的单位甚至一半人发现肺部小结节。因空气中的灰尘、细菌、病毒以及身体其他部位疾病都会诱发肺结节,加上高分辨率CT的普及,肺结节的筛查率、显示率越来越高,简单来说就是现在检测水平高了,让原来就存在的肺结节被发现了。

曹庆东表示,听到有肺结节,很多人都会惊慌失措,要么害怕结节是癌,要么担心结节将来变成癌,甚至都成了心结,茶饭不思、夜不能寐。其实,肺结节≠肺癌。

他介绍,肺结节是指肺中的呈圆形或类圆形生长的病灶,直径小于或等于30毫米。直径大于30毫米的,称之为“肺肿块”,属于肺癌的概率较大。临床上,90%以上的肺结节都是良性的,只要定期复查即可,市民不必过于紧张,要理性、科学对待。

### 肺结节不能“一刀切”

很多人觉得,既然肺结节有癌变风险,那就直接切除。其实不然,治疗结节不能盲目选择“一刀切”。曹庆东表示,一方面,切除结节可能存在损伤正常组织的风险;另一方面,某些肺结节存在自己“消失”的可能,医生会根据每个人的具体情况,做出针对性判断。

相反,不打针不吃药不开刀并不意味着忽视或坐视不理,绝大多数低危肺结节只需定期复查随访,密切关注即可。曹庆东指出,对于肺结节,医生既要做到早诊早治又不可过度诊断、过度治疗;市民既要重视早筛,也不可盲目地一发现就要求手术切除,不要轻信小广告、不要网络问诊或简单地以自身感觉和症状评判,要到专业医疗机构进行科学诊断。

曹庆东提醒,虽然早期肺癌没有特异性临床表现,但若出现以下临床表现时要警惕肺癌可能:持续刺激性干咳,无痰或少痰;痰中带血或咯血;胸闷气短;胸痛;持续发热,抗生素治疗效果不明显。

# 警惕儿童支原体肺炎

近期,儿童支原体肺炎广受关注。患儿什么时候具有传染性?是否需要输液、“洗肺”?担心医院人多能否自行用药?记者在11月12日世界肺炎日到来之际,采访了相关医学专家。

北京大学第三医院儿科副主任医师周薇表示,有些家长认为静脉输液优于口服治疗,实际上没有这样的结论。应根据患儿的病情选择治疗方式,重症肺炎的患儿可以选择静脉输液,而大部分患儿属于轻症,可以口服药物治疗。

新华社发



# 查出乳腺囊肿不要慌!

## 正确认知是关键

本报讯(记者刘雅玲) 最近,一名年轻的妈妈小丽(化名)进行了乳腺体检,体检报告上“双侧乳腺多发囊肿”这几个字让她非常恐惧,彻夜难眠。乳腺囊肿到底是什么?市妇幼保健院乳腺外科陈伟荣主任医师为广大女性朋友揭开了它的神秘面纱:乳腺囊肿更像是乳房里的水泡,绝大多数都是良性的,一般情况下不需要手术处理,定期复查就好了。

### 乳腺囊肿有何症状

陈伟荣介绍,乳腺囊肿是一种常见的乳腺问题,通常是指乳房内形成的液体或囊状物质积聚,形成肿块。这种囊肿在触摸时通常是柔软、弹性和可移动的。囊肿

的大小、数量和位置都可以不同,有时可能会出现单个囊肿,有时可能是多个。

“乳腺囊肿的具体成因尚不清楚,但一般认为与乳腺内激素平衡有关,也有研究发现其与一些特定基因突变有关。”陈伟荣表示,在女性的月经周期中,激素的变化可能导致乳腺组织产生液体积聚,从而形成囊肿。乳腺囊肿通常在月经后减小,但在月经前可能会变得更大。

当乳腺囊肿很小的时候,几乎不会有任何症状。一些囊肿长大后可能会被触摸到,一般是柔软的、圆形的,而且可能随着月经周期的变化而变化。有时,囊肿感染或一些特殊情况可

能会造成局部疼痛或炎症。

### 如何诊断与处理乳腺囊肿

陈伟荣建议,如果发现乳腺中有肿块或囊肿,应该尽早咨询专业医生进行评估和诊断。医生通常会进行体格检查,乳腺超声或其他影像学检查,以排除其他可能性并确定囊肿的性质。

大多数乳腺囊肿是良性的,无需特别治疗。多数情况下,医生可能会建议定期的随访观察。然而,如果囊肿引起明显的疼痛、不适,或者经过影像学检查存在不确定性,医生可能会建议进行囊液抽取,以减轻症状和确认囊肿性质。个别的乳腺囊肿也需要手术明

确性质。

乳腺囊肿,就像是乳房中的小水泡或柔软的蓄水池,悄然存在于乳腺组织之中。这些微小的囊状结构,可能在不经意间出现,有时可能引起轻微的不适。多发的乳腺囊肿会给人带来恐惧,但通常情况下,它们是良性的、无害的存在。就像是乳房中的小秘密,乳腺囊肿不应被过度担忧。

陈伟荣提醒,在发现肿块或囊肿时,及时咨询乳腺外科医生是非常重要的。通过医生的评估和建议,患者可以获得明确的诊断和适当的处理方案,从而更好地维护乳腺健康,了解自己的身体并定期检查是预防和早期发现乳腺问题的关键。