

## 胚胎干细胞可修复受损心肌

人类的心肌梗死往往是由于冠状动脉疾病所引起。缺乏足够的血流量可致心肌和其他组织缺氧,从而导致损伤。而梗死心肌会使得心脏的泵血能力下降,往往导致心力衰竭——这是心血管死亡的一个主要原因。近日,来自华盛顿大学的研究人员利用人类胚胎干细胞生成了心脏细胞,并成功修复了猴子受损的心肌。研究人员说,移植干细胞平均再生出了40%的受损心脏组织,希望这种方法4年内能够进入人类临床试验。

# 近七成头晕患者由耳病引起

(上接B01版)

本报见习记者 陈晓丽 本报记者 李钢

## 人体平衡感80%靠耳朵维持

人体的平衡感80%靠耳朵来维持,15%靠眼睛,5%靠本体感觉,因此,身体失衡很有可能是耳朵出了问题。据相关统计,67%的头晕是由耳朵问题引起的。王启荣说,“在引起头晕的原因中,耳源性疾病最多,但人们往往最后才想起来去看耳科医生。”

据介绍,可能引起头晕的耳部疾病包括梅尼埃综合征、前庭神经炎、内听动脉闭塞、良性位置性眩晕、晕动症、耳石症等。

用眼过久或注视较长时间后也可能引起头晕,如眼肌麻痹产生复视,飞快行车或站立于悬崖等,引起头晕眼花及眩晕。

刘振华介绍,除了耳源性和眼源性头

晕,神经系统病变也是引起头晕的重要原因之一,如脑缺血病变、小脑病变、脑部病变、脑外伤、某些类型的癫痫等都可能引起头晕。此外,植物神经功能失调以及某些神经症的患者也会常常感到头晕。

“多种疾病导致的脑部供血不足,也会引起头晕的症状。”专家介绍,高血脂、血小板增多症等可使血黏度增高,血流缓慢,造成脑部供血不足,可引起头晕等症,而动脉硬化也会使脑血管内径变小,脑内血流下降,产生脑缺血、供氧不足,引起头晕。

心脏病、冠心病早期,症状尚轻,有些人可能并没有胸闷、心悸、气短等显著

不适,只感觉头痛、头晕、四肢无力、耳鸣或健忘等。此时发生头晕的原因主要是心脏冠状动脉发生粥样硬化,管腔变细变窄,使心脏缺血缺氧,从而造成供血不足,引起头晕。

此外,高血压病、低血压病、贫血、感染、中毒、低血糖等也会引起头晕,有时感冒也可能附带头晕的症状。

“对于骨科来说,最常见的头晕原因就是颈椎病。”济南市中心医院骨科及运动损伤科主治医师丁远景表示,由于长期姿势或睡姿不良,造成颈椎增生、变形、退化,颈部肌肉扯紧,动脉供血受阻使得脑供血不足,可引起头晕。

## 头晕时眼前发黑需高度警惕

这么多病都能引起头晕,那我们到底应该去看哪个科?

王启荣说,引起头晕的原因这么多,要在就诊前先自己区分哪种病因确实有难度,需要知道的是,耳朵问题和心脑血管等问题引起的头晕,还是多少有些区别的。

“耳部问题引起的头晕,感觉上会相对严重,甚至有种濒死的感觉。”王启荣说,但一般不会危及生命,而脑源性的头晕后果可能会很严重。

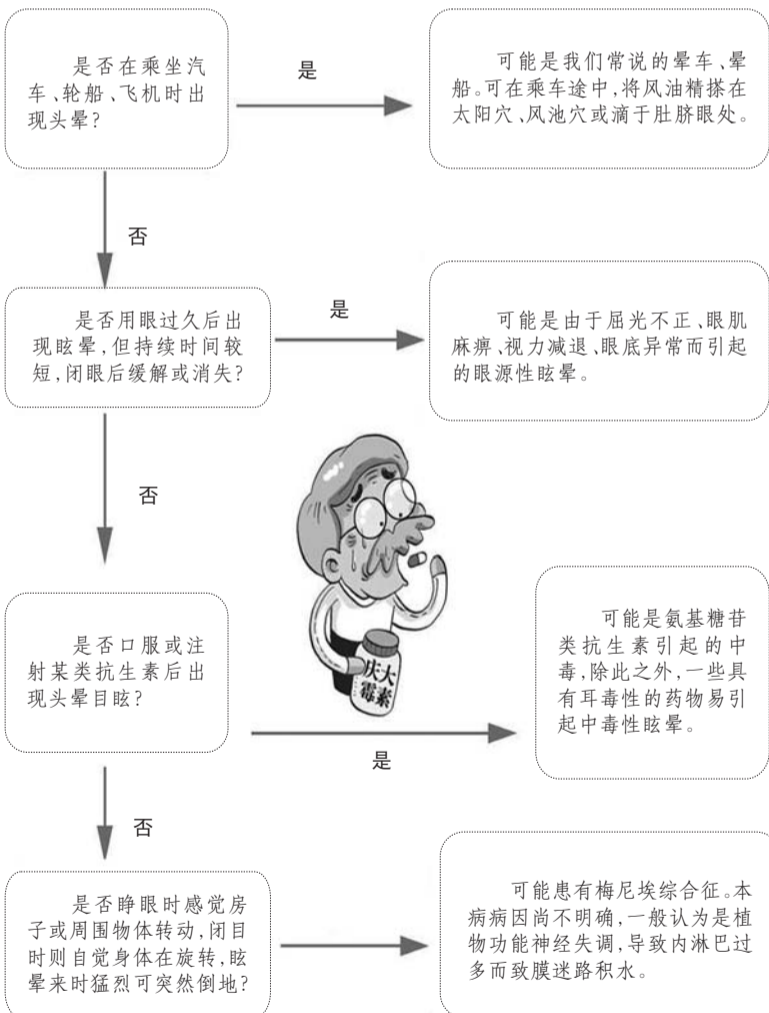
刘振华也介绍,脑源性的头晕,一般症状比较轻,但这种头晕是慢性的、持续的,不像耳源性和眼源性等头晕,一般是间歇性的,通过这些简单的特点,普通人也能大体区分这两大类头晕。

除此之外的疾病引起的头晕往往会伴有其他症状。“例如贫血引起的头晕,往往会伴有乏力、面色苍白等症状。”刘振华举例说,而像感冒等引起的头晕,往往可能会伴有发热等症状,“像颈椎病引起的头晕,可以与患者年龄、职业等找到一定关联。”

专家提醒,一般耳源性等头晕,症状比较严重,患者会及时到医院检查,但有些症状不严重的,往往会被忽视。为此,专家提醒,头晕千万不能轻视。

“特别是对于老年人来说,如果走路时忽然感到头晕,歪向一边,双腿无力,或者伴有一过性的眼前发黑,甚至偶尔的说话不利索这些症状,那么就要高度警惕了,很可能是脑部出现了一些病变,需要及时到医院检查。”李春红提醒。

“但是,这也并不意味着只有老年人才会患有这种类型的病变。现在年轻人脑梗塞的发病率也在不断提高,尤其是40岁以下的患者越来越多,我们称之为青年卒中,我也见过不少20来岁的脑梗塞患者。”李春红表示,肥胖、高血压、糖尿病、高血脂症、心脏病、颈动脉病、周围血管病以及口服避孕药等都是高危因素。



头晕初诊示意图。

### 头条链接

## 经常头晕 应忌肥甘辛辣

对于颈椎病引起的头晕,丁远景提醒道,为了减轻发病次数,市民平时应注意保持良好的工作和学习习惯,“每隔50分钟左右就要起来活动一下,做做颈部的保健操,特别是长期坐着上班的白领一族。”

“减少头晕的发生,最重要的还是要保持健康的生活方式。”李春红表示,在饮食方面,应以富有营养和新鲜清淡为原则,要多吃蛋类、瘦肉、青菜,而忌食肥甘辛辣之物,如肥肉、油炸物、酒类、辣椒等。“肥甘辛辣的食物,能生痰助火,会使眩晕加重。因此,患高血压病、动脉硬化症的人应当慎用。”李春红解释道,“在眩晕症的急性发作期,应当控制水和盐的摄入量,从而使头晕症状缓解或减轻发作。”

“保持良好的心态与愉悦乐观的心情是预防的关键步骤,对头晕的患者来说精神调养也是不容忽视的。”李春红说道,“忧郁恼怒等精神刺激可致肝阳上亢或肝风内动,而诱发眩晕。因此,心情舒畅,情绪稳定,这对预防头晕发作和减轻发作次数十分重要。”

此外,专家表示,保证充足的睡眠和休息;保持室内空气的新鲜与流通,经常开窗透气;少去拥挤及空气污染大、不流通的地方;调节好平时的工作、学习与生活;不要给自己增加太大心理压力;增加户外活动,养成定期运动的好习惯,对于减少头晕的发作都非常重要。

本报记者 李钢  
本报见习记者 陈晓丽

## “晕动病”可通过训练减轻

晕动病俗称“晕车”、“晕船”、“晕机”等。学龄儿童多见,女多于男。表现为乘坐某种车、船、飞机或旋转的游乐设施时,由于对运动中的加速度刺激不适应,出现头晕、恶心、呕吐、出冷汗、面色苍白等症状。以乘小卧车引起者居多,可能与汽车速度快、封闭等因素有关。

“晕动病是由于车、船及飞机不规则颠簸,使内耳前庭受到过度刺激而产生的前庭功能紊乱所致。情绪紧张、焦虑不安或嗅到不良气味,也可以成为诱发因素。”李春红说,“约半数患者有家族史。”

“晕动病发病机制尚不完全清楚,每个患者症状轻重不等。一般通过多次的、逐步的乘车训练,晕车的程度可以减轻或消除。”李春红表示。

### 医学词典

## 耳源性

前庭系统是人脑重要的平衡器官,其内的前庭神经核对缺氧敏感,出现眩晕多与其受累有关。此类疾病包括前庭神经炎、内听动脉闭塞、良性位置性眩晕、晕动症等。

耳源性眩晕的主要表现为发作性眩晕、听力减退及耳鸣,重症常伴有恶心、呕吐、面色苍白、出汗等迷走神经刺激现象,可发生水平性或水平兼旋转性眼球震颤。一次发作的时间较短,病人常感物体旋转或自身旋转,行走中可出现偏斜或倾倒,发作中神志清醒。

## 本月中旬迎来一岁生日

# 《生命周刊》健康服务手册中旬面世

本报济南5月5日讯(记者 徐洁) 在读者的期待和关注中,本报《生命周刊》将要迎来一周岁生日。为了更好地为读者提供健康资讯,本刊编辑组将一年来的稿件集结成册,回馈读者。

2013年5月14日,首期《生命周刊》发刊词中说:“关爱你我之生命,即是人生之慈悲。”一年以来,本刊围绕着生命与健康主题,策划了《长寿的秘密》、《解码基因》、《雾霾与哮喘》等数十篇稿件,努力为读

者提供丰富的科普性、服务性信息。

一年的精彩离不开读者的支持。不少热爱生命、倡导健康的读者给本刊来信来电,分享健康生活的经验、对生命的感悟,或者提供问题、建议,

共同改善你我生命质量,也让《生命周刊》更加充实。

本月中旬,作为回馈读者的一份礼物,《生命周刊》健康服务手册将面世。

敬请关注本报或官方微博、微信。