长期服用降压药,钠钾易缺失

泰医附院急诊科专家:患者需定期查体内电解质

春节临近,暴饮暴食、过度饮酒等原因造成的突发疾病开始集中出现。本期空中诊室,我们邀请到泰山医学院附属医院急诊科主任,泰山医学院急诊医学、法医学教研室主任,主任医师、教授,硕士研究生导师,医院优秀专家史继学,他为我们讲解了春节期间如何避免常见疾病。

近日,一名中年男子因为长时间身上没劲、无法正常走路到泰山医学院附属医院就诊,在做检查时,男子突然晕倒在地,呼吸和心跳全都停止。接到电话后,史继学主任立即赶到现场进行心肺复苏。由于抢救及时,救回男子一条命。

仔细了解了相关情况后,史继学主任给他查一下血电解质,结果令人震惊,男子血钾竟然低于正常值的三分之二。病因确定,男子长时间身体没劲是低钾造成。

据介绍,该男子因为患有高血压病,平时一直在服用降压药。史继学主任介绍,随着人们对疾病的认知,越来越多的人关注健康,甚至是过度关注健康。有很好的服药依从性,但是往往却忽略了药物的副作用。

"很多药物,尤其是降压药,如复方降压片、寿比山(长效降压片)等含利尿剂,具有排钠排钾的副作用。"史继学主任说,曾经有一名患者因乏力、神志淡漠去就诊,在卫生院一直按照脑炎来治疗,但是效果并不明显,后来她找到泰山医学院附属医院史继学主任,查了一下血电解质后发现,这名患者血钠特别低。

"高血压和钠钾的关系密切,因此,每天最好食盐量控制的6克以内,差不多就是一个啤酒瓶盖这么多。但是随着年龄增大,人对盐的敏感性变差,因此不应该过分限盐。"史继学主任提醒,长时间服用有利尿作用的药物,一定要定期到医院检查血钠、血钾等电解质。**(路伟)**

泰山医学院附属医院急诊医学科主任,泰山医学院急诊医学、法医学教研室主任,主任医师、教授,硕士研究生导师,医院优秀专家史继学。

◑坐诊专家

史继学,泰山医学院附属医院急诊科主任,泰山医学院急诊医学、法医学教研室主任,主任医师、教授,硕士研究生导师,医院优秀专家。中华医学会急危重病专家委员会、中国毒理学会中毒与救治委员会、中华中医药学会急诊分会、中国医师协会急诊医师分会、中国人道救援医学学会、中华急诊医学分会中毒专业组等6家学会委员;中国国际交流促进会胃病专业委员会副会长。

他领导的急诊医学科被评为山东省省级青年文明号、市级医学重点学科。

电话:0538-6237500(门诊) 6237501(急诊病房)

规律饮食、健康生活 春节打好健康保卫战

本报记者 路伟

春节期间,走亲访友比较频繁,生活规律被打破,很多疾病和意外趁机上门。泰山医学院附属医院急诊科主任,泰山医学院急诊医学、法医学教研室主任,主任医师、教授,硕士研究生导师,医院优秀专家史继学做客本期空中诊室,他就春节期间应该注意的问题进行了讲解。

1 年轻人也会得心脑血管病,高危人群定期检查

随着生活方式的变化,心脑血管疾病如今已经不是老年人特有的疾病,很多三四十岁的年轻人心脑血管变得脆弱。

史继学主任介绍,很多年轻人觉得自己年轻,即便已确诊为高血压病、糖尿病等。吃药丢三落四,对不良嗜好控制得不好,因此,30多岁也会出现心肌梗死、脑血栓。"一旦患上心肌梗死、脑干梗塞、脑出血等预后较差。"史继学主任说,总的来讲,年轻人患心脑血管疾病有8大高危因素,主要有家族史、高血脂、高血压、糖尿病、肥胖、大量烟酒、缺乏体力活动、心理压力过大。

"上述高危因素中,只要有一个,就需要每年做一次体检,如果有两个以上,就需要一年检查两次。"史继学主任说,如果确诊高血压病,就必须终生服药,并且还应有规律地治疗,适当调整身心,健康饮食,适当锻炼。

2 暴饮暴食诱发胰腺炎,一氧化碳中毒必须去医院

每年春节,急诊科都会收治很多因为暴饮暴食导致严重后果的患者。春节走亲访友、同学聚会,难免会贪吃贪杯,史继学主任介绍,这部分患者大多数是年轻人。

暴饮暴食体内胰腺不堪重负,容易导致急性胰腺炎,尤其是暴发性胰腺炎,常表现为猝死,很容易出现不可挽回的后果。

另外,对于烧土暖气取暖的市民来说,还应该关注一氧化碳中毒事件。有些人一氧化碳中毒后,被移到空气清新的地方后就清醒了,因此往往不会到医院就诊。"中毒后,虽然人清醒了,但是如果不及时治疗,脑细胞容易出现损伤甚至不可逆转的受损。"史继学主任表示,患者很容易出现迟发型脑病、痴呆、四肢僵硬等。

"如果出现一氧化碳中毒,一定要尽快到医院进行评估判断,凡出现昏迷者,一定要接受高压氧治疗,避免后遗症的发生。"史继学主任说。

3 假期多陪家人少抽烟,抽空学学健康知识

春节往往也是农药中毒的高发季节,因为家庭经济、情感等原因,很多矛盾激化后导致自杀事件。史继学主任建议,家里如有未用完的农药,一定要好好存放,最好家里不要储存有毒的东西。

"抑郁症、老年痴呆、更年期以及产后抑郁症等都是容易自杀的高危人群。"史继学主任说。

另外,吸烟问题也是春节期间应该关注的。"从医学的角度来看,吸烟、二手烟对人体的危害都非常大,慢阻肺、肺癌、心脑血管病与吸烟都有直接的联系。"史继学主任说,少量吸烟和每天20支以上的人,患病危险度相差四倍。

春节期间,史继学主任建议大家:趁着时间比较充裕,可以学习一些家庭急救常识,多看一些与健康有关的书籍,尽量增加身体锻炼,少到人群密集的地方去,从而避免流感等呼吸道疾病的发生。

■科室简介

泰山医学院附属医院

急诊医学科

泰山医学院附属医院急诊医学科创建于1974年,1994年成立急诊医学教研室,2011年被批准为急诊医学硕士学位授予点。下设院前急救、急诊重症监护室(EICU)、急诊病房、急诊医学研究所、中毒救援咨询中心等,是山东省临床重点专科,山东省医药卫生临床中毒研究重点实验室,国家与山东省急诊医学住院医师规范化培训基地,山东省急诊专科护士培训基地,泰安市医学重点学科,泰安市急性化学品中毒救治培训基地。山东省医学会、中西医结合学会、中医药学会、医师学会、预防医学会、毒理学会及医院管理协会等10家急诊急救专业委员会副主任委员单位,泰安市医学会急诊医学专业委员会主任委员单位。为省级青年文明号,曾获省"三好一满意"先进集体,市级"巾帼建功示范岗"等荣誉称号。目前为亚洲紧急救援组织成员、国际紧急救援网络单位。

科室设有急诊内科、急诊外科、急诊儿科、急诊综合门诊、胸痛中心等各专业候诊区,区域按功能划分为急诊抢救区、重症监护区、急诊病房区、成人输液室、院前急救、急诊检验、临床中毒研究重点实验室、急诊拍片、急诊药房、急诊手术室、急诊办公区等,可完成一站式急诊急救服务。科室技术力量强大,有医护人员110余人,其中主任医师、教授4人,副主任医师、副教授6人,主治医师10人;硕士生导师3人,博士2人,硕士19人,归国留学人员3人。配备有国际先进的呼吸机,持续血液净化仪、主动脉内球囊反搏仪(IABP)、体外膜肺氧合(ECMO)、脑氧监测仪、昏迷/脑电/肌力监测仪、气相色谱毒物检测仪、床边快速检测仪(POCT)、血流动力学监测仪、多功能监护仪、纤维支气管镜、床边超声、移动DR、心电监护除颤仪、临时心脏起搏器、心肺复苏仪、降温仪、微量注射泵与输液泵、洗胃机、清创机、心电图机、全自动血气分析仪以及其它脏器功能监测与支持器械等。。

电话:6237120 8423120(急诊预检分诊)
6236381(急诊抢救室) 6237585(急诊内科门诊)
6237360 6237239(急诊外科门诊)
6237495(急诊病房)
6233319(急诊监护室)、(中毒咨询室)