

# 喝完7公斤水,女子被抢救3天

## 医生:过量饮水会引发低钠血症

患上“三高”十余年,刘女士终日与医院打交道,痛苦不堪。她遇上一位“神医”后,本以为可以根据其提供的偏方改善病情,没想到,不仅没有达到预期的效果,还被送进了重症监护室(ICU)……



### 1 “神医”给了治“三高”的偏方

刘女士今年60岁,多年来,她一直被高血压、高血脂、糖尿病等慢性疾病纠缠着,为此,她不得不每星期到医院报到。为了控制各项指标,她还要注意饮食中的各种禁忌,这让她觉得生病让自己的生活失去了很多乐趣。

几天前,她在老家遇到一位村中的“神医”,得知了一个偏方:大量饮水。

“神医”告诉刘女士,水是生命之源,可以治百病,只要剂量足够,就能够稀释血糖和血脂,糖尿病和

高血脂症自然就会不药而愈。正为“三高”而苦恼的刘女士像是抓住了救命稻草,于是立即买来了7公斤矿泉水。

她先将一部分水加热后灌进了两只大壶,又用剩下的水煮了紫菜汤,然后将这些水和汤在半天内喝完。虽然喝到最后已经明显感觉到了恶心、头痛和全身乏力,并开始呕吐,但是她一想到这些“生命之源”可以治愈她的慢性疾病,就拼尽全力,忍着不适,将其喝下。

事与愿违,大量的水不仅没有治好刘女士的病,还让她很快陷入昏迷。好在老伴及时发现这一异常,将刘女士送至浙江省宁波市医疗中心李惠利医院。

急诊科接诊后,将刘女士收入重症监护室监护治疗。当日重症监护室的值班医生叶恭杰鉴于患者已经神志不清,便立即给予气管插管并接呼吸机,进行机械通气,避免了刘女士因呼吸停止而危及生命。

### 2 喝水有讲究,看剂量和频率

就在此时,化验结果也出来了:血钠只有113毫摩尔/升。正常的血钠范围为135毫摩尔/升—145毫摩尔/升,刘女士属于严重的低钠血症,她体内的电解质处于失衡状态。

“人体的肾脏有一个最大排泄速率,每分钟大约排泄16毫升。刘女士的饮水速率已经大大超过了肾脏的最大排泄速率,导致水分堆积在体内,稀释了血钠,即稀释性低钠血症,也就是水中毒。”叶恭杰解释,过剩的水分子会渗透过细胞膜,进入全身各处细胞内,而脑细胞首当其冲,脑细胞的水肿会导致

颅内压升高,轻则出现头痛、恶心、呕吐、乏力等症状,重则像刘女士那样昏迷,甚至死亡。

针对患者的病情特点,叶恭杰立即予以利尿治疗,加速体内水分排出,减轻脑水肿,降低颅内压,同时适当补充高浓度钠盐溶液来提高血液渗透压,以减少水分向细胞内的移动。

经过两天的治疗,刘女士排出了近7000毫升的尿液,血钠水平逐渐上升至130毫摩尔/升以上,接近正常水平,神志也逐渐清楚。到了第三天,她成功脱离呼吸机,精神状态也明显改善。

重症监护室二病区主任董筠提醒,适量饮水的确非常重要,但过快、过量的饮水会危及生命。成人每天的适当饮水量为1.5升到1.7升,且最好分多次、少量饮用。每次饮水100毫升到150毫升,每次饮水间隔半小时,更利于人体的有效吸收。

另外,还应注意适当补充盐分,在每500毫升水中加入1克食盐,可以有效预防低钠血症的发生。有糖尿病、心脏病、肾脏疾病的患者更需要限制饮水量,以免超过心脏、肾脏的最大负荷。

据宁波晚报

## 头晕啥原因 竟是脑血管畸形

脑血管疾病不是肿瘤,没有良性和恶性之分,但它隐匿于我们的脑袋中,平时没有任何症状,而一旦破裂出血,就可能致人体极度不适,甚至性命堪忧。

复旦大学附属闵行医院神经外科副主任医师沈刚说,今年年初,他在门诊中遇到了一名69岁女性脑血管疾病患者。当时,她因头部外伤就诊,询问病史时,她说自己平时有头晕的症状,经过头颅磁共振成像检查,结果意外发现一个“隐患”——颅内发现异常血管团,简称脑血管畸形。

### 什么是脑动静脉畸形

在告知病情且征得患者同意后,患者住院并接受了微创介入栓塞治疗,手术效果很令人满意,避免了脑出血的风险,患者及家属皆大欢喜。

沈刚说,脑血管畸形是一种先天的血管病变,即颅内单根或多根血管的异常发育而引起相应部位的异常血管连接,进而导致脑出血、局部盗血或占位效应,临床表现为剧烈头痛、癫痫或相应的神经功能障碍。

广义的脑血管畸形可以分为动静脉畸形、硬脑膜动静脉瘘、毛细血管畸形、静脉畸形、海绵状血管瘤等,其中最常见的是动静脉畸形。沈刚介绍:“这种疾病也是儿童和年轻人脑出血的重要原因,值得引起大家的重视。”

脑动静脉畸形是一种以动脉和静脉之间异常连接为特征的发育不良血管团,被认为是脑出血的重要诱因。与高血压或淀粉样血管病相关的自发性脑出血的常见病因不同,脑动静脉畸形是儿童和年轻人脑出血的重要病因。

虽然脑出血患者通常由脑血管破裂、癫痫发作或其他局部神经功能缺陷引起,但是,近年来,非侵入性脑成像的应用增加,因此意外发现了更多的未破裂的脑血管畸形。

### 病因、表现和治疗

脑动静脉畸形一直被认为是先天性血管畸形,大多数是零星发生的孤立病变,没有可识别的遗传基础,明确的发病机制尚不完全清楚。

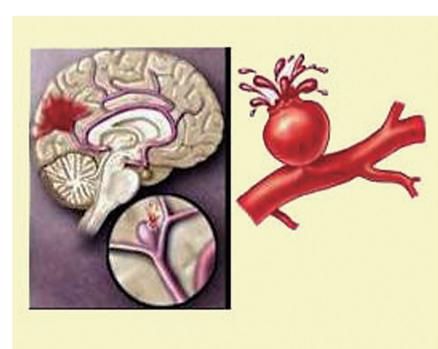
脑动静脉畸形的临床表现主要包括:

1. 颅内出血,为最常见症状,有头痛头晕、恶性呕吐、意识障碍等,是脑动静脉畸形最重要的致残致死的原因之一;

2. 癫痫,年龄越小越容易发生,位于脑皮层的脑动静脉畸形更容易发生癫痫,与脑部缺血、脑出血后形成含铁血黄素、病变周围胶质增生有关;

3. 头痛,大多是颅内出血后出现,也有部分患者出血前有持续的或者反复发作性头痛,与供血动脉、引流静脉及静脉窦的扩张有关;

4. 神经功能障碍,与动静脉畸形波及的功能区有关,位于额叶的,多表现为智力情感障碍、语言功能障碍、偏侧肢体肌力弱等;位于颞叶的,多表现为幻视、幻嗅、失语等;位于顶枕叶的,多表现为失读、失用、计算力障碍、偏盲等;位于基底节的,多表现为震颤、不自主活动、肢体笨拙、运动增多综合征等,位于桥脑及延髓



的,多表现为恶心、呕吐等。

显微外科手术切除是动静脉畸形治疗的主要方法,特别是对于出血患者的动静脉畸形,通过对患者术前的准确评估和精心准备,手术的结果非常好,切除率超过90%,发病率和死亡率很低。

据澎湃新闻

## 出现感冒症状不必盯着“网红药”

### 专家:确诊前可先用退烧药

春节期间,流动人口大增,走亲访友、乘坐长途交通工具的过程中,感染呼吸道疾病的概率较大。广东省广州市妇女儿童医疗中心内科部主任徐翼针对市民抢购、囤积网红流感药的行为表示,目前,国家流感药物储备充足,希望大家不要跟风抢购。

“实际上,出现发烧症状后,可以先用退烧药,在确诊流感后,再用抗病毒药物。”广东省妇幼保健院儿科主任陈运彬建议。

### 春节期间谨防感染流感

近日,国家卫生健康委员会在新闻发布会上表示,目前,新冠疫情仍维持在较低水平,流感活动呈下降趋势,全国医疗机构门诊、急诊呼吸道疾病每日诊疗量持续下降。春运期间,人群流动和聚集性活动增多,呼吸道疾病感染风险加大。因此,国家卫生健康委提醒公众在出发前应做好个人防护准备,旅途中要科学佩戴口罩,继续保持勤洗手、不对着他人咳嗽等良好的卫

生习惯,尽可能降低感染风险。

### 乙流全身症状更明显?

最近,很多家长在门诊咨询“是不是乙流比甲流症状更严重”,陈运彬解释:“在临床表现上,两种流感的主要症状都包括发热程度、咳嗽、喉咙痛等。不过,从严重程度来看,二者有些细微差异:甲流患者的发热程度往往更高,高烧至38.5℃以上很常见;乙流的发热程度相对温和,有些人可能只是局部低烧。乙流可能导致的乏力、肌肉酸痛等全身症状以及小部分患者会出现的恶心、呕吐等并发症,其严重程度可能比甲流更明显一些。”

### 待疾病确诊后 方可用抗流感药

陈运彬表示:“在治疗方法上,不论是甲流还是乙流,在未确诊之前,对于出现发烧和咳嗽症状的感染者,我们都建议先进行针对性治疗,例如使

用退烧药物。对于儿童,含有对乙酰氨基酚成分的儿童复方氨酚肾素片可以缓解发热引起的不适,也有助于预防高热和惊厥等并发症的发生,而奥司他韦等抗流感药物,等确诊后才能使用。”

陈运彬特别提醒,奥司他韦和玛巴洛沙韦这两种药物对流感的疗效相近,但使用方法和疗程不同。奥司他韦需要连续使用5天,适合1岁以上的人群;而玛巴洛沙韦则只需一次剂量即可完成疗程,适合5岁以上的人群。需要注意的是,这两种药物的效果并非立竿见影,都需要一定的时间才能发挥作用。

此外,陈运彬建议,一旦出现流感类症状,应尽快就诊。这样做不但可以提高诊断准确率,而且48小时内用药效果也会更好,有助于缩短病程。

冬春季是呼吸道疾病高发期,良好的休息和充足的睡眠与免疫力密切相关。因此,专家提醒大众,春节期间要避免熬夜,保持规律的作息,这对预防呼吸道疾病可以起到重要作用。

据羊城晚报