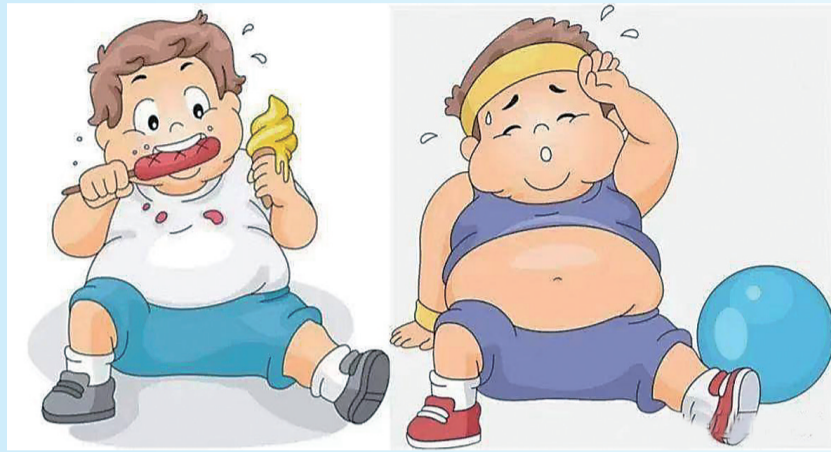


平时都喜欢吃油炸、烧烤等高热量食物 15岁表兄弟同时患上高血压

武汉一对年仅15岁的“大块头”表兄弟,同时查出高血压。经过半年的治疗和干预,兄弟俩人血压回落不少。



1 兄弟俩都是“大块头”,双双查出高血压

武汉儿童医院小儿心血管内科主任张勇介绍,兄弟俩都是15岁,身高都刚过170厘米,哥哥小宇(化名)体重100多公斤,弟弟小宙(化名)体重90多公斤,身材肥胖。

近日,小宇出现胸闷、胸痛、心慌等症状,去武汉儿童医院就诊,张勇给小宇量血压,高压160毫米汞柱、低压100毫

米汞柱,明显超标。小宇的左心室肥厚,这说明血压过高的情况已持续较长时间,对心脏造成了一定损害。张勇立即将小宇收治入院,为他进行系统化治疗。小宙原本陪哥哥来看病,见到哥哥情况严重,在医生的建议下,他也接受了检查。好在,小宙只是血压高,暂无其他方面问题,在门诊接受药物治疗、调

节饮食、增加锻炼即可。小宇和小宙表示,他们平时都喜欢吃油炸、烧烤、腌制、卤制等高热量食物。

张勇介绍,近几年,与肥胖、不良生活习惯等因素相关的原发性儿童高血压患者明显增多,家长应提高警惕,定期为孩子测量血压。

2 加强锻炼,远离这些食物

“儿童高血压不及时干预,血管长期处于紧绷状态,血管弹性及质量越来越差,过早老化,会大大增加将来心脑血管并发症的发生率,成年后很可能过早引发冠心病、肾脏疾病、脑出血、主动脉夹层等疾病,影响身体健康和生活质

量。”张勇说。家长一定要重视孩子的病情,早预防、早发现、早干预,积极治疗。要远离油炸食品、烧烤、腌制卤制食品等高热量、过咸食物,增加适当的体育锻炼项目。儿童患上高血压,家长也不必过于

焦虑,对于病情较轻、没有出现相关症状的儿童来说,通过饮食调理、生活干预,控制体重、增加运动,能恢复正常;对于病情较重的儿童来说,往往比成人恢复的机会要大,结合药物等科学综合治疗也能达到不错的效果。

3 与儿童高血压相关的因素

近年来,随着儿童保健水平的提高,在儿童高血压患者中,与疾病(如肾脏疾病)、感染等因素相关的继发性高血压患者减少;与肥胖、精神心理环境因素、药物等因素相关的原发性高血压患者增多,需要引起家长的重视。

医学界研究认为,儿童高血压常见的相关因素包括:

有高血压家族史;患有肾脏疾病、心血管疾病、内分泌疾病等因素;

饮食高盐、高糖、高脂肪,锻炼少,肥胖;长期精神紧张、熬夜等。此外,高血压与孕期及婴儿期的相关因素也可能相关,如孩子妈妈在怀孕时患有妊娠高血压疾病,孩子出生后也容易患高血压。

出生后母乳喂养、适当补钙也可降低儿童高血压的发生概率。

目前,临床上被确诊高血压的孩子,一部分是因长期高血压导致心血管损伤,出现相关症状后到医院

就医时查出;一部分是在各类体检时查出。

轻度高血压患者症状不明显,加上家长对儿童高血压了解不多,还有一部分高血压患儿或是血压处于临界值的儿童,尚未得到确诊和干预。

医生提醒,如果孩子身材肥胖,出现胸闷、头晕、易疲劳等症状,家长就应提高警惕,定期为孩子测量血压,发现异常及时就诊。

据长江日报

“洗澡醒酒”致休克

医生:酒后状态下洗澡会有生命危险

喝酒回家后,男子原本想靠洗澡解乏醒酒,结果眼前一黑摔倒在浴室,还撞破了浴室玻璃门导致受伤,所幸送医救治后并无大碍。

医生提醒,“洗澡醒酒”一说并不靠谱,酒精和热水都会导致血管扩张,可能诱发头晕甚至昏厥。

酒后洗澡,导致低血压休克

武汉的王先生今年44岁,平时身体不错,喜欢和朋友小酌几杯。近日,王先生又和几位老友外出聚餐。王先生回忆说,席间气氛融洽,众人频繁举杯换盏之下,自己不知不觉喝多了。

王先生已有些不胜酒力。回到家后,颇有些醉意的他决定洗个热水澡,放松身体的同时也能“醒醒酒”。

结果,就在热水的冲刷下,王先生突然眼前一黑,竟直接栽倒在地,还撞碎了淋浴室的玻璃门,右侧小腿被四散的玻璃碎片划伤,鲜血直流。

家人发现后,赶紧将他送到武汉市第四医院常青院区就诊。

到医院后,王先生依然处于醉酒状态,除了右小腿开放性损伤,还被诊断为“低血压休克”。

经过医护人员的抢救,王先生的病情逐渐平稳。随后,王先生被转往手术室,接受了清创缝合术。

“洗澡醒酒”不可取

武汉市第四医院常青院区骨科1病区负责人肖飞表示,酒精进入人体后,可能导致外周血管扩张。

在酒后状态下洗澡,热水的作用会促进血管进一步扩张,出现心慌、气短、头晕、视物模糊等低血压症状,甚至诱发晕厥及休克等严重后果。

尤其是本身就饮酒过量,人体平衡感也会因醉酒而降低,在湿滑的浴室环境下更容易出现跌倒等意外。

“伤者没有出现严重的心血管事件,头部等重要部位也没有受到重创,这是不幸中的万幸。”肖飞提醒说,大家即使在聚会或社交时,酒精摄入也应控制在适度范围内。同时,不要抱有“洗澡醒酒”的想法,避免造成健康隐患。

据武汉晚报

招租

沧州市解放西路传媒大厦有一楼门市、部分写字间,现对外招租,地处西部高端商务街区,环境整洁,设施齐全,有充足停车位,适合商务办公及经营。整体承租者优先,价格面议。

联系电话: 3155609 15612772866

