

高龄老人心脏“少扇门” 公利专家不开胸解“心头大患”

如果把心脏比喻为一套房子,主动脉瓣就是连接心脏和大动脉的一扇“心门”,这扇门打不开或是关不拢,心脏就会“罢工”?,突发胸闷、晕厥甚至猝死。

随着我国老龄化的增加,主动脉瓣狭窄已经成为仅次于高血压和冠心病是第三常见的心血管疾病。我国目前大概有 150 万主动脉瓣狭窄病人,其发病率在 >75 岁人群达 2.5%,在 >85 岁人群可达 8%。研究表明,一半以上主动脉瓣狭窄患者会在出现症状后 2 年内发生死亡风险,5 年生存率比部分癌症患者更差。

今年 73 岁的郑老伯就是一位典型的高龄重度“心门”狭窄患者,近日,他因反复出现胸闷、气短来到公利医院就诊,医院心血管内科团队根据患者病情实施了 PCI(经皮冠状动脉支架植入术)+TAVR



(经导管主动脉瓣膜置换术)联合手术,顺利重建了冠状动脉血流通路,完成了主动脉瓣的置换。

据了解,郑老伯曾在 1 年前接受过冠

脉介入治疗,但效果不够理想,总是在劳累后反复出现胸痛。这次检查发现,老伯除了重度主动脉瓣狭窄外,左侧冠状动脉也存在严重狭窄,还合并有心功能不全,主动脉瓣存在生理畸形,心脏呈“横躺”状,“心门”无法正常工作,血液循环功能受到严重影响。如不立即治疗,将随时威胁生命。

TAVR 手术是通过股动脉送入介入导管,将人工心脏瓣膜输送至主动脉瓣区打开,从而完成人工瓣膜置入,恢复瓣膜功能的一项技术。该手术创伤小、术后康复快、并发症少,避免了传统开胸手术和体外循环的创伤,适合高龄、手术风险高、病情危重、无法行常规瓣膜置换手术的患者。

为了更大程度减少创伤,又能把老伯的血管和心门“修”好,公利医院心血管内科主任许嘉鸿、执行主任王海容带领团队,联合

麻醉科、ICU、影像科、心胸外科等相关科室专家整体评估患者病情后,决定为其实施 PCI(经皮冠状动脉支架植入术)+TAVR(经导管主动脉瓣膜置换术)联合手术。

在顺利重建了患者的冠状动脉血流通路,待患者心脏状态评估改善后,再为其进行了 TAVR 手术,将人工主动脉瓣送至主动脉瓣位置,替代了原先病变的主动脉瓣,重建了心脏向外供血的“总闸门”。郑老伯也终于完成了不开胸就能置换“心门”的心愿,术后症状改善明显,状态稳定。

TAVR 自 2017 年进入我国临床治疗领域,近几年在全国知名医院开展势头较强,公利医院这一技术的突破也表明其心脏微创治疗的水平实力又迈上了一个新的台阶,未来将为更多高龄重度主动脉瓣狭窄患者带来福音。

心血管内科 王海容

揭开“抗衰神器”CC 光的神秘面纱

对于 CC 光,很多人都不太了解,但是提及光子嫩肤,熟悉医美的人一定不会陌生。其实,CC 光也是强脉冲光(光子)的一种,但很多人对它仍然一知半解。

强脉冲光是以脉冲方式释放的滤过性宽谱光,通过选择性光热效应,破坏黑色素颗粒,封闭异常血管,同时刺激胶原蛋白再生,加强皮肤的自身修护。CC 光是第六代光子技术,采用全新的智能子脉冲技术,生成 6 个波段的强脉冲光,把原来一个灯输出的能量均匀精准地分散成多个能量,同时具有 0~30 度逐级冷却系统,始终将表皮温度控制在安全有效范围内,提高了舒适度。

CC 光?临床上可以用来治疗痤疮,肤色暗沉,皱纹,唇部暗沉、皱纹,雀斑、晒

斑、脂溢性角化等色素性病变,红血丝、血管瘤、蜘蛛痣等血管性病变等等皮肤问题,以及鼻部、唇周、耳周等精细部位治疗、局部加强治疗。

也许,很多人还会好奇做 CC 光疼不疼?它主打“无痛嫩肤”,治疗时,患者皮肤会有温热感,而疼痛感明显降低,因此接受度非常高。另外,作为一种“无创”类的光电治疗项目,做完 CC 光,不会影响正常的生活与工作,只需要做好补水及防晒。

需要注意的是,虽然 CC 光适用人群很广,但光敏性皮肤或使用光敏药物的人,近期一个月接受过或可能在治疗后一个月受阳光暴晒者,瘢痕体质和治疗部位皮肤有感染者,严重的心脏病、高血压患



者,存在不现实期望者,孕妇等人群。

目前,公利医院皮肤科已经引进了 CC 光,如果你还在为细小皱纹、红血丝、毛孔粗大等皮肤问题困扰,可以前往门诊咨询,听取皮肤科医生建议,接受规范治疗。

皮肤科 郭思远

阳后 2 个月还没好? 公利中医肺病专病门诊上线

不少人“阳康”后一个多月了,仍然存在一些不同程度的“后遗症”,如咳嗽、乏力、失眠、胃口不好等。去医院检查没有明显异常,却影响工作和生活,这其实大概率是得了“长新冠”,这是怎么回事?又该如何应对?公利中医肺病专病门诊上线,为大家的康复保驾护航。

“长新冠”不要慌

“长新冠”指的是疑似或确定感染新冠病毒后发生的一系列长期的后遗症。世界卫生组织(WHO)对“长新冠”的定义是:发生在可能或确诊新冠病毒感染史的个体中,通常在新冠感染后 3 个月内发生,持续至少 2 个月,无法用其他

诊断来解释。

最新研究表明,在感染新冠的 3 个月后,有 6.2% 的人仍存在至少一种症状;到感染的 1 年后,有 0.9% 的人还在经历新冠后遗症。常见的症状包括疲劳乏力、注意力障碍(俗称“脑雾”)、慢性咳嗽、呼吸困难、胸闷气短、心悸、胃肠道不适、胃口下降、肌肉疼痛、睡眠障碍,有的伴随焦虑或抑郁,还包括脱发、味觉嗅觉丧失、头痛/偏头痛、头晕、关节疼痛、视力受损、皮疹等等。

中医康复有妙招

中医自古就有“既病防变、瘥后防复”的治未病思想和诊疗手段,具有丰富的理论和实践。国家传染病医学中心主任、

复旦大学附属华山医院感染科主任张文宏指导新冠医疗救治时指出:对付“长新冠”的方法就是“中医+康复”。

为了满足患者的就诊需求,公利医院开设“中医肺病专病”门诊,推出中医特色诊疗方案,因人而异、因证而异进行个体化治疗,为“长新冠”人群的康复保驾护航。

感染新冠病毒,伤人脏腑,“长新冠”的中医病机为正气受损和余邪未尽。病后失于调理,就会导致许多“气血阴阳”虚损的情况,“长新冠”的很多症状可以从中医的脾肺气虚、心血亏虚等进行辨证治疗。

反复咳嗽、胸闷气短,多数因为肺气亏虚,但中医说“五脏六腑皆令人咳,非独肺也”,所以建议到专科门诊就诊,也可同时咨询适合自己的食疗方和日常调养方法。

疲劳乏力、胃口下降,多属于脾气虚,健脾益气的方药多可改善,也可在医生的指导下服用参茶(舌苔腻的话暂不推荐,可咨询医生后服用)、党参黄芪炖鸡汤等。

心悸头晕、失眠健忘,符合

中医所说的“心血虚”的症状,可用养心汤加减治疗,也可用人参、黄芪、茯苓、当归、川芎、酸枣仁等等养心安神的药物。

另外,脱发、味觉嗅觉丧失、头痛/偏头痛、头晕、关节疼痛、视力受损、皮疹等等症状,需到中医专病科进行个体的辨证后开展个体化治疗。

需要注意的是,若要用药一定要经过专业医生的辨证处方,切忌自行服用成分不明的保健品;如果出现突发的突出症状一定要及时就诊,特别是老年人和儿童。

除了用药治疗,我们还可以为自己量身定制日常调养方法。比如适当减少工作量,推迟恢复体育锻炼的时间,早期的锻炼可以在力所能及及情况下打打八段锦,找到适合自己的方式放松身体,听音乐、晒太阳、睡觉、散步、和朋友聊天等等。

中医肺病专病门诊

门诊时间:每周五、周六上午

门诊地点:公利医院 2 号楼 1 楼,中医科门诊 111 诊室
中医学部 陈逸云

新冠康复之后,有些人总觉得还有一些不适感,气喘乏力,胸闷心悸,咳嗽不止等等,这种长期的健康问题,会給日常活动带来很大的干扰。这多半是肺纤维化造成的。

众所周知,新冠病毒会对呼吸系统造成慢性损伤,恢复期患者会出现肺内的炎症渗出,可能存在着两种情况:一是自行吸收消散,二是留下肺纤维化。通俗地讲,肺纤维化就是肺组织被破坏后,纤维组织增生替代了原来的肺组织,导致肺组织变硬、变厚。如果出现肺纤维化,呼吸不通畅甚至呼吸困难的情况会越来越明显,活动耐力也逐渐下降。

世卫组织建议:患者出院后进行康复治疗,锻炼肺功能,可以大大改善运动耐力和呼吸困难状况,提高生活质量。公利医院呼吸与危重症医学科全新开设了“新冠肺康复专病门诊”。主要根据患者新冠患病和痊愈的时间不同,为处于不同恢复阶段的为患者设计阶梯式康复计划。

据了解,新冠肺康复适用于新冠康复后,仍存在气喘胸闷等不适的患者。首先需要医生对患者进行肺功能等级,必然血氧和运动耐力等方面的全方位评估,来确定是否患有心血管疾病、骨骼肌功能障碍、骨质疏松症、焦虑抑郁等合并症。然后根据评估结果,为患者制定综合个性化肺康复治疗方案,包含呼吸阻力训练,呼吸模式训练,肌肉阻抗训练,有氧运动训练,呼吸操等等。在整个康复过程中,将持续为患者提供高效、精准、持续的医学意见和康复训练指导。遵循评估-回顾-调整的原则,并进行长期随访。

肺功能不好,还能锻炼?事实上,运动训练是肺康复训练的基石,也是肺康复的重要组成部分,能够使患者的骨骼肌得到拉伸,肌力增强,提高肺功能水平,增加患者的运动能力。

以踏车训练为例,这是肺康复运动训练中最简单实用的下肢训练方法。主要根据不同患者的情况选择吸氧或不吸氧情况下进行训练,不同患者的训练时间和功率有所不同,需要同时配合治疗师或医生的听诊、心率监护的波形等辅助手段。

在训练期间治疗师或医生会随时叫停患者,等休整后患者心率或氧饱和度恢复正常则再次开始训练,依据患者目前的活动耐力情况开展相应的运动训练计划。

新冠肺康复专病门诊

门诊时间:每周三下午

门诊地点:公利医院 3 号楼门诊大楼 3 楼,呼吸与危重症医学科门诊

阳康后依然呼吸不畅?
公利新冠肺康复专病门诊来了!

◆ 妇产科 张永秀 朱红



踏车训练

