

■ 爱心义诊

# 关爱老人 从“心”做起

□ 记者 崔宏远 通讯员 范海岚/文 记者 张光辉/图

值《生命周刊》创刊5周年之际,本刊联合河科大二附院到我市社会福利院为老年朋友进行了一次免费体检。体检结果显示,老人患慢性病和多发病比例较高,其中冠心病和高血压并列位居榜首。医生建议老年朋友每年体检1次,对疾病做到早发现,早治疗。

**体检对象:**92名福利院老人,其中,男性69人,女性23人,均为60岁~85岁。

**体检项目:**内科、外科、老年病科、中医科、心电图、血压测量和体重。

**医疗人员:**9人,均为副主任医师以上。

**体检结果:**92名老人中有83人出现异常,患病率为90.2%(包括高血压症状),其中患两种或两种以上疾病的老人31名,占总人数的33.76%;所患疾病有冠心病、高血压、高血糖、慢性支气管炎、支气管哮喘等。患有高血压和高血糖的老人中,男性明显多于女性。

## 健康生活 学会关“心”

因素。”周元峰说,血压高、血脂异常、吸烟、糖尿病和糖耐量异常等都会增加冠心病发病率,另外,肥胖、性格暴躁、运动量少、压力大等也是危险因素。冠心病成为老人的多发病,原因就是高血压、糖尿病等对冠心病的发生、发展有推波助澜的作用。

预防冠心病,要养成良好的生活习惯。周元峰介绍,戒烟戒酒、合理饮食、适当运动、控制体重等都是预防冠心病的重要方

法。在季节交替时,老年人要添衣早、脱衣迟,预防上呼吸道感染,尤其要注意在流感高发时节不到人多的公众场合。老年人还要定期到专业科室监测血压、血糖,发现异常要及时与医生沟通。

如果怀疑自己患了冠心病,要警惕预兆性临床症状及早明确病情,尽早治疗,必要时进行冠状动脉造影术了解血管情况,植入支架解决血管狭窄等,防止危及生命安全的恶性事件发生。

## 年过60 血压升高莫轻视

从体检结果可以看出,冠心病和高血压已成为危害老年人健康的头号疾病。河科大二附院心血管内科副主任医师周元峰说,20世纪90年代,我国冠心病的病死率已跃居所有疾病的前三名,对我国40岁以上人群构成极大的威胁。体检的人中有31名老人有冠心病史,该病发病率较高,应引起人们的重视。

“冠心病和性别以及家族史有密切关系,血压高、血脂异常等都是发病的危险

因素。”周元峰说,出现高血压症状的老人有74例,而血压控制效果较好的有55例,有效率为74.3%。

“一个人的血压是不断波动的,老人可以在家经常自测血压,了解自己的血压情况,以便预防和进行药物治疗。”周元峰指出,药物治疗仍是控制高血压的基本治疗手段,在对老人的健康干预中,要加强

对高血压患者的规范管理,宣传药物治疗在控制血压中的重要性,监督依从性低的患者服药。患者平时还要合理膳食、戒烟戒酒、调整心态及做适当的运动等。

周元峰特别提醒,高血压与糖尿病有密切的联系,两者是同源性疾病,往往互为因果,相互影响。糖尿病合并高血压患者一定要在医生指导下选择降压药,避免因选

药不当引发严重后果。

目前,洛阳市60岁及以上老年人口已超过85万,占常住人口的13%。随着老年人口的增加,高龄老人的健康问题越来越得到人们的关注。河科大二附院老年病科副主任医师汪艳枚表示,了解我市老年人的健康状况和多发疾病,对帮助老年人提高保健意识及防病治病有积极意义。



# 妊娠甲减 可影响胎儿智力

□ 见习记者 马文双

**核心提示:**5月30日上午,由本刊与河科大一附院联合推出的以“为了下一代的智商,关注甲状腺健康”为主题的大型义诊活动,在河科大一附院综合楼一楼大厅举行。此次义诊由河科大一附院内分泌科、核医学科、产科、甲状腺外科专家联合坐诊,主要针对患有甲状腺疾病的人群,特别是妊娠甲减患者及准备怀孕的甲减患者,普及有关妊娠甲减的相关知识。

## 患者:迫切希望了解甲减

“医生,我曾经患过甲减,如果怀孕,会有影响吗?会不会复发?”“如果孕期患上甲减,怎么办?”“我的药是不是可以停了?”……义诊现场,很多患者根据自身情况,认真地向医生咨询有关甲状腺疾病的相关知识。

此次义诊从8:30持续到12:00,其间,前来咨询的患者一直未间断。在10:00左右,义诊迎来一个小高峰,内分泌科专家姜宏卫面前,排起了“长龙”。

“看到《生命周刊》刊登的义诊信息,我就带着家人过来了。”瀍河回族区的芦

群竹说。

洛龙区的李素娥在义诊现场呆了很久才离开,她说,义诊活动真好,可以在这里听听其他患者的情况,听听医生的建议,收获真大。

## 甲减:影响胎儿大脑发育

姜宏卫说,妊娠甲减是指女性在妊娠期间出现甲状腺功能减退,即体内甲状腺不能分泌足够的甲状腺激素来满足身体的需要。其主要症状是精力不济、昏昏欲睡、体重增加、怕冷、便秘和记忆力减退等。

目前,我国妊娠甲减的患病率很高,每10名孕妇中就有1人患妊娠甲减。国内外大量研究证明,孕妇如果患有不同程度的甲减,会使流产和妊娠并发症的发生率显著增加,更重要的是会导致胎儿大脑发育出现障碍,致使其智力水平下降。

为什么妊娠甲减会导致胎儿智力水平下降?这是因为胎儿的大脑发育需要甲状腺激素,妊娠早期即妊娠的前12周,是胎儿的第一快速发育期,但此时胎儿自身的甲状腺功能尚未建立,胎儿大脑发育所需要的甲状腺激素完全依赖母体供应。如果

在此期间,准妈妈患有甲减,即母体甲状腺激素持续低下,不能为胎儿发育提供充足的甲状腺激素,将会影响胎儿大脑发育,甚至造成不可逆的损害。

目前,妊娠甲减的诊断率和治疗率很低,出现这种现状的原因,一方面是妊娠甲减的症状和妊娠反应很相似,如心跳加快、出汗等,很容易被忽视;另一方面是轻度甲减没有或仅有轻微的临床症状,很多女性忽视孕前或孕期的甲状腺功能筛查。

## 对策:做到早筛查早治疗

在义诊中,有很多准备怀孕的女性前来咨询,其中,有的人是因为曾经患有甲减,担心甲减对怀孕产生影响,还有的人是因为得知甲减可能危害下一代健康,前来咨询。

“有的孕妇患有甲减,一直误以为是怀孕的正常反应,直到临产才来到医院,这样对母婴健康影响很大。”河南科技大学第一附属医院产科副主任医师齐红燕(义诊专家)说,如果在怀孕前或怀孕期间进行甲状腺筛查,就可以避免对胎儿产生危害。

姜宏卫指出,即使在怀孕期间查出患有妊娠甲减,患者也不必过度紧张。妊娠甲



减的治疗是简单而有效的,治疗越早,甲减对胎儿大脑发育的影响也会越小。甲减治疗主要就是在整个怀孕和哺乳期补充足量的外源性甲状腺素,这样可以有效避免胎儿智力水平下降。

有的患者问,妊娠和哺乳期服药治疗甲减安全吗?

其实,服用正确剂量的外源性甲状腺素是绝对安全的,不影响妊娠和哺乳。这是因为,甲状腺激素是我们身体正常分泌的一种激素,服用外源性甲状腺素只是为了补充身体原本缺乏的那部分甲状腺素,严格来说,其并不算是药物,而只是一种生理性的代替品。

如果在怀孕之前确定患有甲减,最好等病情稳定后再考虑怀孕。成功怀孕后,也需要在医生的指导下进行个体化的剂量调整。孕妇要注意,怀孕期间每6周~8周须进行一次甲状腺检查。