

父子同患痛风 皆因这个习惯

该病与饮食关系密切,他俩都爱吃卤鸡杂、喝啤酒
重视痛风前兆,积极进行治疗

□记者 崔宏远
通讯员 牛然

他以为是颈椎病 谁知竟是急性脑梗

□记者 裴冉冉 通讯员 艾金宝 沈箬文

■受访专家

王素娟 洛阳市第一人民医院
神经内科一病区主任、主任医师

近日,64岁的赵先生因颈椎不适前往第一人民医院就诊,拿着检查单,听完王素娟的诊断,他傻眼了:“我这不是颈椎病吗?咋成脑梗了?”

原来,赵先生身体一直不错,退休后生活也比较规律。不久前,他感觉左侧胳膊有些麻,想起以前听别人说过,颈椎病会导致胳膊麻,于是,他找了个按摩店,想通过按摩缓解胳膊麻的症状。

两天后,觉得按摩没有效果的赵先生去医院就诊。在家附近的诊所,他跟医生说了自己的症状。结合赵先生的年龄和症状,医生怀疑他是脑梗,建议他赶紧去医院做进一步检查。“脑梗不是会偏瘫吗?”虽然不信,但赵先生也不敢怠慢,在家人的陪伴下去了第一人民医院。

做了核磁共振等检查,王素娟告诉赵先生,他患了急性脑梗,好在梗塞较轻,就诊也及时。

脑梗导致的胳膊麻与颈椎病导致的胳膊麻有什么区别?王素娟指出,颈椎病导致的胳膊麻是放射性的麻木症状,只存在部分位置,而脑梗导致的胳膊麻有时伴随腿麻,是单侧肢体麻木,甚至无力。

王素娟建议,中老年人要警惕突然出现又消失的麻木感,因为这很可能是脑梗来袭。一旦出现类似症状,应及时就医,以免耽误治疗。

病后变成“老小孩” 都是情绪惹的祸

□记者 裴冉冉 通讯员 高鸽

■受访专家

史静杰 洛阳市中心医院心理咨询科主任医师

今年80岁的李先生,近日因肾病、糖尿病住进了洛阳市中心医院,眼看着各项指标慢慢恢复正常了,他却一天比一天“难伺候”。

他动不动就发脾气,还哭泣,简直是个“老小孩”。眼瞅着他不服医嘱吃药,主治医生赶紧邀请史静杰前来会诊。

“这是出现应激性心理反应了。”史静杰说,李先生意识正常,身体状态也在恢复,言语行为被动,情绪消极,虽然没有达到精神障碍的程度,但情绪反应大,出现对抗的行为,不配合治疗,说明住院对其情绪产生了影响。一般来说,老年人处于疾病高发阶段,自我照顾能力减弱,对身体的病症比较敏感,住院这件事对他的情绪也会产生不良暗示,所以他睡不好、拒食,对治疗消极抵抗,像“老小孩”一样闹腾。

史静杰说,像李先生这样,住院后出现应激性心理反应的老年人不在少数。究其原因,多跟老年人术后身体恢复慢、对疾病产生不安全感等因素有关。“应激性心理反应不同于精神疾病,家属给予及时的关怀和陪伴,患者身体恢复后,情绪也会逐渐恢复,但如果未及时干预,也可能发展成精神疾病。”

“对于出现应激性心理反应的老年人来说,家属的支持和关怀很重要。”史静杰说,除了通过药物治疗,家属的贴心护理很重要。比如,像李先生的家人应尽量多陪伴他,多说一些他感兴趣的戏曲、新闻,或是家长里短,让他开心,不说过激的话;在饮食上,多做他喜欢吃的饭菜等。

1 贪恋卤鸡杂和啤酒 痛风找上门

说起患病的事儿,陈福林不住叹气。

“早在几年前,我和儿子体检就已发现尿酸值偏高,但都没太重视。”陈福林告诉记者,他俩都爱吃肉食,特别是卤鸡杂,那可是俩人的心头好,每餐再佐以啤酒,真是美呀,哪知道竟成了患病的根源。

直到陈福林左脚大脚趾红肿,他的儿子左脚相同部位活动

受限,这才到医院就诊,结果俩人的尿酸值均高出正常值近2倍,陈福林的肾脏和关节还有尿酸结晶沉积和痛风石。

“确诊的前一天,我和儿子还赴了酒场。”陈福林说,确诊后,他和儿子经常劝诫身边的朋友要戒酒、少吃卤肉,可总有人问他,“吃鸡杂、喝啤酒,痛风怎么就找上了门?”

2 高尿酸血症是前兆 大脚趾肿痛多是首发症状

尿酸值持续升高引发无症状高尿酸血症,这是痛风的前兆;大脚趾红热、肿痛,这是大多数痛风患者的首发症状。陈福林父子也不例外。

史晓飞介绍,尿酸是嘌呤的代谢产物,人体摄入含嘌呤的食物过多,嘌呤代谢就容易紊乱,一旦生成的尿酸过多,无法通过肾脏及时排出,其形成的结晶会沉积在关节、皮下组织、肾脏组织等,于是痛风就发生了。

“像肉汤、动物内脏、海鲜等,都属于高嘌呤食物。”史晓

飞说,高蛋白饮食容易导致尿酸值升高,造成高尿酸血症,这也是诊断痛风的重要依据。

啤酒的嘌呤含量并不高,它却是彻头彻尾的“帮凶”。过量饮用啤酒会造成体内乳酸堆积,阻碍尿酸排出,加上它含有较多的鸟苷酸,代谢后会产生嘌呤,这样一来,后果也就不言而喻了。

另外,大脚趾之所以会首先“发难”,是因为肢体末梢的血液循环较差,尿酸结晶容易沉积,自然最容易中招了。

3 痛风和遗传相关 气泡水、苏打水不能降低尿酸值

“临床上,父子、兄弟同患痛风的情况并不少见。”邓昊说,痛风是一种遗传相关性疾病,有家族聚集特征。不过,具体是否发病和饮食嗜好、生活习惯等因素相关。

邓昊表示,预防痛风要管住嘴,调整饮食结构,少吃嘌呤含量高的食物,每天饮水最好控制在1500毫升升至2000毫升,还要注意生活规律,按时作息,避免劳累、受凉,并进行适当的锻炼。

“气泡水、苏打水对降低尿酸值并没有什么用。”史晓飞提醒,如果检查发现尿酸值偏高,一定要在医嘱下积极接受降酸治疗。痛风早期确诊治疗,其引起的轻微关节结晶和痛风石也能自愈。对于有家族史的痛风患者,最好半年做一次尿酸检查,慢性痛风病患者还应进行发病关节的B超检查及肾功能检测。

