

长期服用避孕药 “沉默的杀手” 找上90后女孩

27岁的小怡(化名)因为咳嗽、胸闷,突发急性肺栓塞。宁波市医疗中心李惠利医院紧急将其收治入院,幸好抢救及时,没有生命危险。

无长期久坐、卧床史,无外伤手术史等,怎么就得了肺栓塞呢?该院呼吸中心副主任吴仕波主任医师询问病史后才了解到,这次发病竟和长期服用避孕药有关。



医生为患者做检查。资料图片

服用避孕药竟堵了肺

小怡有一名交往多年的男朋友,两人正在筹备婚礼。由于暂时没有生育计划,她便自行去药房购买了避孕药,连续吃了一个多月。

一天,正在上班的她突然感觉到胸部有持续性刺痛,左侧更为严重,尤其是深呼吸或者咳嗽的时候,疼痛会更加剧烈,而且气促症状明显。

同事见状立即将她就近送往当地医院检查,考虑是急性肺栓塞,发生肺部感染,药物治疗后效果不佳,仍然有咳嗽,而且在咳嗽、体位改变的时候胸痛症状加剧。于是,小怡被转诊至宁波市李惠利医院。

“患者来的时候咳嗽、气促、胸痛

症状非常明显,经过全面检查被确诊为双肺动脉多发肺栓塞,而且已经发展为双肺炎、胸腔积液。”吴仕波介绍。经过详细地询问病史和进一步检查,小怡的凝血功能亢进,属于易栓症体质,初步诊断考虑是“急性肺栓塞”。

吴仕波团队结合患者症状明显、肺梗死面积大的病情,为其进行静脉溶栓,密切监测患者心电图等重要指标的变化情况,确保溶栓效果及安全性,溶栓后继续使用普通肝素进行抗凝治疗。

经过规范的溶栓、抗凝治疗,小怡的咳嗽及咳嗽时胸痛的情况明显好转,复查造影结果显示,肺梗死灶和胸腔积液均有明显改善。

避孕药的成分有血栓形成风险

肺栓塞是由于内源性或外源性的栓子阻塞肺动脉及其分支,引起肺循环和右心功能障碍,这些栓子中最常见的是血栓。由于肺栓塞的临床症状和体征往往缺乏特异性,误诊率高达60%—70%以上,也是国内住院患者非预期死亡病因中第一大原因,因此被称为“沉默的杀手”。

可小怡怎么也想不通,自己生活作息健康、规律,怎么会和这么凶险的疾病沾上边呢?吴仕波介绍,常用的口服避孕药都属于甾体激素类药物,主要由雌激素、雌二醇和孕激素组成,是常见的避孕方法或调节生理周期的手段。避孕药中的雌激素成分会刺激肝脏合成与凝血相关的血清球蛋白,导致血液处于高凝状态,从而增加血栓形成的风险,这也可能引发肺栓塞。

据相关统计,在每天服用30微克—35微克雌激素的女性中,每年的静脉血栓发生率为4.1万,而未服药的年轻女性发生率为2.3万。

“有高血压、高血脂、肥胖、心脏方面的疾病,以及吸烟、久坐不动等高危因素的女性朋友,更加需要注意避孕药带来的血栓风险。”吴仕波建议,需要长期口服避孕药的朋友建议每半年到一年抽血检查一下凝血功能、血生化等指标,评估是否可以继续用药,切忌自行盲目长期使用避孕药。

如果在服用避孕药期间,突然发生胸痛、气促、咳嗽、咯血等症状,要及时到医院检查治疗,面对药物副作用引发的肺栓塞时,及时调整治疗方案、鉴别有无合并其他肺栓塞高危因素非常重要。

“急性肺栓塞有潜在致命性,约10%的患者在肺栓塞形成并出现症状的数小时内死亡,因此,早发现、早诊断、早治疗在临床方面具有重要意义。”吴仕波提醒,并非所有的胸痛都是心脏问题,也并非所有的咳嗽、气促都是肺炎,出现这些症状一定要及时到医院鉴别诊断,以防不良后果的发生。 记者 陆麒麟

水温最高不超过45℃ 生姜水并非人人适用 中医师教您如何泡脚

天一冷,不少人纷纷拿出泡脚桶,将泡脚提上日程!在寒冷的冬夜,有什么比热水泡脚更让人治愈的呢?不过,泡脚养生看似简单,其实大有讲究。

为什么泡脚有保健作用?泡脚的最佳温度是多少?该泡多久?生姜泡脚是不是人人适用?这几天降温后,宁波市中医院治未病中心副主任中医师邓艳华在门诊中也多次被问到泡脚的话题。近日,她向记者分享了几个泡脚养生的小常识。



医生为患者把脉。

“可刺激足底穴位和反射区”

泡脚到底有什么好处?这得从源头上分析。“在传统中医学里,人的脚被称为‘第二个心脏’,也是五脏六腑的‘镜子’,可以通过脚部的状况来判断身体器官和组织的健康程度。”邓艳华说,根据中医经络学理论,足上有许多穴位与五脏六腑关系密切,中国最早的医学典籍《黄帝内经》就对此有详细讲解:阴脉集于足下,而聚于足心,谓经脉之行;

三经皆起于足。

简单理解,足部是脾经、肝经、肾经三阴经的起点,也是膀胱经、胃经、胆经三阳经的终点,其重要性不言而喻。“中医认为,冬季天气寒冷容易气血运行不畅。我们通过泡脚,以温热之力刺激足底穴位和反射区,温通经络,驱除寒冷、缓解疲劳、提高睡眠质量,从而达到养生调理、预防保健的作用。”

过饱、过饿、睡前都不建议泡脚

泡脚是冬天最应景也是最有仪式感的养生方式之一,只要一壶热水、一个泡脚盆就能轻松搞定。但邓艳华在门诊和患者交流中发现,很多人存在一些认知误区。

“首先,水温不宜过高,有些人会追求热感,脚不发红不罢休,实际上水温稍微超过人体温度即可,一般在38℃—42℃,最高不超过45℃;其次,泡脚的时长不要过长,

20分钟左右足矣;另外,有些失眠患者认为睡前泡脚助眠,这也是一个误区,人体的睡眠是一个阳入阴的过程,睡前泡脚会让阳气升发,反而让自己兴奋了,因此在睡前半小时到1小时泡脚比较合适。”另外,她也提醒,避免在过饱、过饥或进食状态下泡脚,因为热水泡脚会加快全身血液循环,易出现头晕不适的情况。

用中药包前建议先进行体质辨识

有些人喜欢在泡脚水里“加料”,比如生姜、各种各样的中药包等。邓艳华建议,泡脚前应先明确自己的体质,“比如生姜水泡脚适用于寒性体质的人,可以帮助改善身体的寒冷状况,促进血液循环,缓解痛经等症状。但不适用于热性体质的人,因为生姜性温,可能会加剧热性体质者的内热问题,导致上火等不适。这类人群,更适用于黄芩、菊花等。”

她也提到,市面上的泡脚方往往选用中温性药物,理论上说对身体都有一定好处,但由不同药物组成的泡脚方养生各有侧重,有的偏排湿驱寒,有的则侧重于疏肝理气。“在购买泡脚方前,最好到医院做个全面的体质辨识,或在就诊后直接在医院的互联网医院便捷配药更为安全。”

记者 庞锦燕
通讯员 陈君艳 文/摄

拍卖公告栏

刊登热线:
13884469746 姚

另外承接《宁波晚报》
政府类、企业类、
招聘等公告,欢迎垂询!

红石拍卖 租赁权拍卖公告

受委托,本公司于2024年12月9日下午2时开始(延时除外)中拍平台在线公开拍卖会。

一、拍卖标的:位于宁波市鄞州区姜山镇滕家村小洋岸492、494号商业用房五年租赁权。合计建筑面积约448.89平方米,年租金起拍价:227800元/年,保证金:5万元。

二、竞拍办法:意向竞买人需于2024年12月6日下午4时前联系本公司签订、看样,办理网络司法拍卖登记手续并交纳保证金。

联系电话:1377711925 88276919

联系地址:宁波市鄞州区前湖北路759号。

未尽事宜详见网络竞买须知。 宁波红石拍卖有限公司