以为累了睡一觉就好 结果竟是中风！

“歇一歇”错过抢救黄金时间

手脚发麻、没力气，很多人第一反应是累着了，或者腰椎老毛病又犯了，歇一歇就好。可有时候，这一歇，错过的正是抢救的黄金时间。最近这一个月来，象山县红十字台胞医院急诊科接诊了30多例脑梗患者，其中相当多的患者发病时都误当成了老毛病发作或疲劳，成为延误救治的最常见原因。



急诊科接诊脑梗患者。

1 当成腰椎病，七旬老人拖了一天多

家住象山石浦的74岁杨阿姨有多年的高血压、糖尿病。事发当天上午8点多，她突然感觉右侧肢体活动不利索，右下肢尤其明显。她第一反应是腰椎间盘突出这老毛病又犯了，休息一下就好。没想到，这一歇就到了第二天下午，右侧肢体仍然没力气，还出现了头晕等症状。她和老伴这才觉得不对劲，赶紧来到象山红十字台胞医院。

急诊头颅CT平扫，并未发现明显出血，但结合其症状和病史，会诊专家考虑脑梗死，立即收住入院。随后的颅脑磁共振证实，其左侧侧脑室旁基底节区出现新发脑梗。

“腰椎病引起的腿麻、腿软，一般不会同时出现头晕，更不会越拖越重。”该院神经内科主任医师章以杰提醒，如果是一侧手脚突然没劲，千万别认为是老毛病犯了。

2 以为干活累了，结果一直在脑梗

章以杰表示，很多脑梗患者都是因为这样的想当然，没能得到及时救治，尤其是年纪较轻的患者，更容易延误病情。

44岁的黄先生有5年的高血压病史。事发那天下午5点多，他回家后突然觉得头晕、后脑勺胀痛，左手麻木、使不上劲，双腿也发沉。他想着可能干活太累，睡一觉就好了，就没去医院。结果在家休息了两天，头晕头痛还在，左手依然发麻乏力，他这才来到医院就诊。头颅MRI平扫提示，右侧脑桥急性脑梗死，随即收住入院治疗。

章医生提醒，中风呈年轻化趋势，45岁以下中青年卒中的发病率逐年上升。有高血压的人，突然出现后脑勺痛、头晕、一侧手脚麻木无力，要第一时间想到卒中。

3 别再等等看，卒中防治重在即刻行动

据介绍，脑卒中就是老百姓常说的中风，是脑部血管出了大问题：血管破了、出血，是脑出血，属于出血性卒中；血管堵了、缺血，是脑梗死，属于缺血性卒中。其中脑梗死更为常见，而高血压正是脑卒中最重要的危险因素之一。

章以杰介绍，急诊中经常遇到这样的脑梗患者，刚发病时症状不重，觉得歇会儿就好，结果一拖再拖，错过了静脉溶栓、取栓的黄金时间窗，留下了本可以避免的后遗症。卒中抢救分秒必争，因此牢记卒中的“BEFAST”口诀，关键时刻至关重要。

所谓“BEFAST”口诀，包括眼睛、脸、手臂、讲话和时间几个方面：

- 突然视物模糊、重影、单眼发黑或视野缺损；
- 面部不对称、口角歪斜、微笑时一侧下垂；
- 一侧手臂或腿无力、麻木、抬不起来；
- 说话含糊、词不达意、听不懂别人说话。

只要出现以上任一症状，不要在家观察等待，不要自己吃药、喝水、掐人中，也不要扶着病人来回走动，应原地休息，立即拨打120。

记者 程鑫 通讯员 黎雨婷 吴亚楠 文/摄

60岁阿姨用筋膜枪“燃脂” 一查竟是“妇癌之王”

医生：没有减脂作用，还对腹部安全造成隐患

“肯定是最近吃多了，发福了。”60岁的陈阿姨（化姓）在两个月前，发现自己裤腰变紧了，小肚子明显凸出来一块。因为不痛不痒，她只当是“发福”。

为了“燃脂”，她每天用筋膜枪对着肚子“突突”。可肚子却越来越大，直到大得像怀孕好几个月，还开始恶心呕吐。到医院一查，竟确诊卵巢癌！

突发奇想用筋膜枪“燃脂” 谁料肚子越来越大还恶心呕吐

陈阿姨身材纤细，平时很注意保养。两个月前，逐渐隆起的小肚子成了她的“心病”。为了把这圈“赘肉”减下去，她想起家里那把筋膜枪：平时腿酸了拿来打一打挺舒服。打在肚子上，是不是也能燃脂？于是，每天有空就对着肚子“突突”一阵，想着坚持了一段时间，说不定零成本就把“赘肉”打走了。

可打了一阵，肚子非但没小，反而越来越大。尽管内心已经开始发慌，她还是抱着侥幸心理。直到肚子大得如同怀孕好几个月，走路行动不便，还开始恶心呕吐，她才告诉了女儿。

女儿一听急坏了，马上陪着陈阿姨前往当地医院就诊，全腹部CT检查显示卵巢有异常占位，建议进一步至妇科就诊。陈阿姨的女儿不敢耽搁，紧接着带着妈妈找到宁波市第二医院妇科王楚涵副主任医师。

查体时，王楚涵在陈阿姨腹部摸到了明显包块，进一步检查后考虑为卵巢癌。随后，王楚涵团队为她实施了卵巢癌根治术，完整切除的两个大包块直径分别达15厘米和6厘米，大的包块和柚子差不多大。

术后病理显示为早期卵巢癌，预后相对乐观。目前，陈阿姨恢复良好，现已顺利出院。

“万幸的是，包块完整，没有破裂。”王楚涵说，如果肿瘤在肚子里破裂，癌细胞可能扩散转移到整个腹腔，治疗难度和预后都会完全不同。

早期卵巢病变症状不明显 腹围变大有可能不是“发福”

住院期间，对于陈阿姨用筋膜枪打肚子的行为，王楚涵提出了批评。她告诉陈阿姨，这么做非但没有减脂作用，还对腹部安全造成隐患。“腹部缺乏骨骼保护，软组织下就是腹腔脏器，筋膜枪的高频振动有可能导致脏器损伤。如果恰巧存在囊肿、肿瘤等包块，反复外力敲打还可能导致包膜破裂、出血或扭转，甚至造成肿瘤扩散，危及生命。”陈阿姨听完连连摆手，表示“再也不敢了”。

王楚涵提到，门诊中像陈阿姨这样的患者并不少见。很多中老年女性发现肚子变大，第一反应是“发福了”，或是觉得不痛不痒就不用管。等到出现明显不适症状，往往已经拖了一段时间。

卵巢癌被称为“妇癌之王”，是女性腹腔疾病中最为危险的一种。这是因为卵巢位于盆腔深处，早期病变几乎没有明显症状，随着肿瘤增大，才会慢慢出现腹胀、腹部隆起、食欲下降、恶心等表现。这些症状不典型，很容易被当成消化不良、胃病或单纯发胖。不少患者直到肚子明显变大、摸到包块，才来就诊，已错失最佳治疗时机。

王楚涵还表示，妇科恶性肿瘤并非只有40岁以上女性才需要警惕，建议所有女性都坚持每年至少做一次全面妇科检查。其中卵巢癌高危人群，包括有卵巢癌、乳腺癌家族史，携带BRCA1/BRCA2基因突变，患有林奇综合征等要格外重视，规律筛查，定期体检，防患于未然。

她提醒，女性如果发现腹围无缘无故变大，尤其是短期内明显增大，或者伴有腹胀、食欲变差、消瘦等情况，应及时到医院做全面检查。

记者 庞锦燕 通讯员 俞俊妍 文/摄



王楚涵（左）团队手术中。