

心脏搭桥是重塑心脏么？

▲ 兰陵县人民医院心脏大血管外科 李磊

如果将人体比喻成一辆汽车，那么心脏则是车辆上重要的“发动机”，冠脉则为供油管路，假如冠脉出现堵塞情况，那么就相当于发动机无法得到汽油，心脏出现供养、供血不足，进而危及生命。心脏搭桥，全称为冠状动脉旁路移植术，相当于在发生阻塞的血管旁再为心脏构建一条通路，使血液能够顺畅的运送，恢复心脏的功能。然而，朋友们对心脏搭桥手术缺少了解，当进行手术时，心脏都在经历什么？下面简单为朋友们进行介绍。

心脏搭桥手术

心脏搭桥手术往往是在患者自身的其他位置血管中（多选取腿部的大隐静脉、手臂的桡动脉、胸部的乳内动脉），选择一段健康的血管，作为所需的桥梁，将其连通至心脏冠状动脉上，使血液能够自新血管内流通，恢复正常的血供。

手术时心脏经历了什么？

让心跳停下来 为了更好地完成心脏血管的手术，就需要让你的心脏先从繁忙的“工作”当中停一停。但我们都知道，心脏和其它器官不同，它如果停了，那人就危险了。那么该怎么办？此时便需要通过连接体外循环机的方式，利用机器代替心脏的功能，完成血液的全身循环，保障心脏停跳时人体各处不会出现缺血、缺氧的损伤。这和修理某一种机器一样，你想要修理它，首先就要让他暂停工作。

确定搭桥位置 医生需要根据术前制定的方案，对搭桥的位置进行选择，必须绕开已经堵塞的血管区域，否则搭了也白搭。要找到健康、通畅的血管，使用显微级的缝合线，将其于阻塞区域下游的冠脉缝合，这样便可以绕开阻塞的部位，使血液直接运送到下游区域。

让心脏再次跳动 当血管搭桥、缝合完成后，医生便需要慢慢将心脏“唤醒”，观察其跳动情况，如正常“重启”，便可以将体外循环机关闭。这样一场对心脏“死而复生”的手术便完成了，重启后的心脏会继续泵出血液，并且周围循环系统也会恢复，消除了阻塞对供血的影响。

此时，我们要注意一个问题，搭桥手术完成后，心脏就可以完全恢复如新了吗？答案是不可能。虽然搭桥手术目前成功率有着极高的保障，且术后患者症状也会大幅改观。但这项手术只能暂时改变患者的外在症状，在其内在原因无法改变的情况下，后续仍可能出现新建通路阻塞的情况。通常在5~10年内搭桥处血管便会再次阻塞，因此患者在术后一定要控制自己的不良生活习惯，积极治疗、积极运动，莫让自己的心跳白暂停一次。

术后注意事项

当完成心脏搭桥手术后，前3个月属于“适应期”，此阶段一定要慎重，此时心脏依旧十分“脆弱”，加入马上进行过重的体力活动或情绪变化较大，则可能诱发严重的并发症。因此，需循序渐进，静养后根据自身条件逐步进行康复运动，可先从在家慢走开始，逐渐增加步行距离或时间，直至恢复至每日30 min步行轻度运动。另外，饮食也需要注意，合理搭配，保证营养均衡，尽量少食用肥肉、动物内脏等高胆固醇食物。

总之，心脏搭桥相当于重新建立了一条通路，使血液正常流通，但并不代表心脏得到变化，为了保障手术疗效，重点在于良好的生活习惯，从而使心脏持续、健康的搏动，为我们的生活注入源源不断的活力。

脑积水“分流术”后 这些细节别忽视！

▲ 山东颐养健康集团肥城医院 庞琳

脑积水在神经外科较为常见，是指因脑脊液产生、循环和吸收存在障碍导致脑室中的脑脊液不断增加，造成脑室增大，引发小便失禁、记忆力降低及下肢活动障碍等症状。分流术是脑积水的主要治疗方法，常见术式为脑室-腹腔分流术，能够较好的将脑室内的积水排出，改善临床症状。但是，想要有效改善患者的预后，术后还需要加强对于注意事项的护理细节。接下来我们就一起来介绍脑积水分流术后护理的关键细节。

伤口护理

手术会对身体造成损伤，留有明显的伤口，我们应该对伤口加强观察和护理。患者和家属应该注意保持伤口的清洁和干燥，避免沾水，如不慎沾水需要及时处理。并仔细观察伤口附近是否存在渗血、渗液、红肿和突然加重的疼痛等情况，一旦发生上述情况需要及时告知医护人员进行处理。发生上述情况可能是出现感染的先兆，感染会使伤口的愈合时间延长，提高治疗费用。

分流管维护

分流管是确保手术有效性的关键，术后患者和家属应该加强对于分流管的观察和管理。患者和家属应该对分流管的位置和走向有所了解，并注意不要对分流管进行压迫。如患者存在头痛、恶心等症状，应考虑是否存在分流管阻塞等情况，及时到医院进行就医。并根据医生的叮嘱进行定期复查，通过影像学检查进一步明确分流管及脑积水情况。

饮食调整

科学的饮食是加速术后恢复的关键。在术后早期，患者胃肠功能还未恢复，需要食用清淡、好消化的食物，可以食用米粥、面条和鸡蛋糕等软质和流质食物。当胃肠功

能恢复后，应该逐渐增加食物种类，多摄入维生素、蛋白质和矿物质，多食用新鲜果蔬、瘦肉等。但应该避免辛辣、油腻和刺激性食物，这些食物会导致胃肠负担加重，使胃肠功能恢复减慢，影响身体对于营养的吸收。患者还要注意饮食的规律性，避免暴饮暴食的发生。

活动与休息

虽然在手术后患者需要多休息，但是不能够长时间卧床，应该在身体条件可以的情况下尽早进行活动。术后早期先进行简单的肢体活动，包括翻身、对四肢进行伸展等，有效避免肌肉萎缩和关节僵硬的发生，并加速血液循环，避免静脉血栓的发生。随着身体的不断恢复，应该逐渐增加运动量，进行下床活动，但是应该注意运动的强度不宜过大，避免影响分流管位置和伤口崩裂。同时，也应该保证合理作息时间，每日确保充足的睡眠，加速身体康复。

心理关怀

脑积水手术对患者的身体和心理都会造成一定的影响。术后患者可能会因为身体的不适、对疾病的担忧等产生焦虑、抑郁等不良情绪。家属要给予患者足够的关心和陪伴，鼓励患者积极面对疾病，树立战胜疾病的信心。可以通过与患者聊天、听音乐、看电影等方式缓解患者的心理压力。患者术后可能存在情绪低落等心理问题，家属可以通过陪伴和鼓励，让患者逐渐调整心态，积极配合治疗，恢复效果会更好。

结论

脑积水“分流术”后，患者和家属要在伤口护理、分流管维护、饮食调整、活动与休息以及心理关怀等方面多加注意。只有重视这些细节，才能更好地促进患者的康复，提高生活质量，让他们重新回归正常的生活轨道，享受健康、美好的生活。

痛风与酒是“冤家”还是“路人”？

▲ 广东省汕头市澄海区上华镇云乔村卫生站 刘伟敏

痛风，这一由尿酸盐结晶沉积在关节内引发的疾病，常常令患者痛苦不堪。而酒，作为一种常见的饮品，在社交、庆祝等场合中扮演着重要角色。那么，痛风与酒之间，究竟是“冤家”还是“路人”呢？本文将从医学角度，为您详细解析痛风与酒的关系。

痛风与酒的密切联系

痛风与酒之间存在密切的关联。酒精进入人体后，会在代谢过程中产生乳酸，而乳酸可以竞争性地抑制尿酸的排泄，导致血尿酸水平升高。这是酒精诱发痛风的主要原因之一。尤其是啤酒，本身就含有一定量的嘌呤，饮用后会增加体内嘌呤的含量，进而使尿酸生成增多。长期过量饮酒还可能导致机体代谢紊乱，进一步影响尿酸的代谢平衡，增加痛风发生的风险。

不同酒类对痛风的影响

啤酒 啤酒中的嘌呤含量虽然相对较低，但因其容易大量饮用，且含有酵母等可促进嘌呤分解的物质，因此成为痛风的重要诱发因素。对于痛风患者而言，啤酒应被严格禁止。

白酒 白酒中嘌呤含量极低，但其对痛风的影响不容忽视。白酒中的酒精会干扰尿酸的排泄，同时增加尿酸的生成。此外，长期大量饮用白酒还可能对肝肾造成损害，进一步影响尿酸的代谢。

红酒 关于红酒与痛风的关系，目前存在争议。一些研究表明，适量饮用红酒可能不会对血尿酸水平产生显著影响，但也有一些研究指出，任何类型的酒精都可能与痛风急性发作风险增高相关。因此，对于痛风患者而言，谨慎起见，也应避免饮用红酒。

痛风患者的饮酒建议

对于已经患有痛风的人群，严格控制饮酒是至关重要的。最好是能戒酒，以避免痛风的反反复发作和病情加重。同时，痛风患者

还应注意调整其他生活方式，如保持健康的饮食，减少高嘌呤食物的摄入，适当运动，控制体重，并保证充足的水分摄入等。这些措施有助于降低血尿酸水平，减少痛风发作的风险。

预防痛风 远离酒精

对于普通人群而言，虽然目前可能没有痛风症状，但过量饮酒的潜在危害不容忽视。适度饮酒、养成良好的生活习惯，有助于预防痛风等多种疾病的发生。尤其是在社交场合中，应尽量避免过量饮酒，以保护自己的身体健康。

结语

综上所述，痛风与酒之间无疑是“冤家”。酒精不仅会影响尿酸的代谢平衡，增加痛风发作的风险，还可能对肝肾等器官造成损害。因此，无论是痛风患者还是普通人群，都应远离酒精或适度饮酒，以维护自己的身体健康。在日常生活中，保持健康的生活方式、均衡饮食、适量运动以及定期体检等措施，也是预防痛风的重要途径。

