

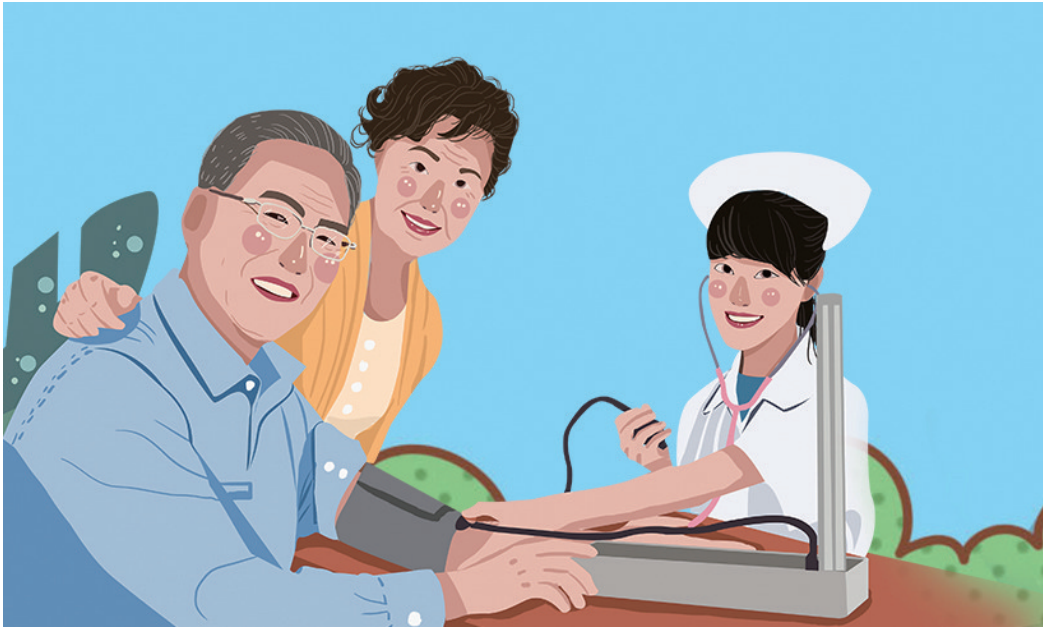
高血压患者如何安然度夏？
咱厝专家提醒这些细节莫忽视

本报记者 吴清华

上周一,是“世界高血压日”。很多人都清楚,寒冷的冬季是高血压的高发季节,而夏天来临后,血压会有所降低,因此很多人便开始掉以轻心。记者采访发现,其实,夏季的高温、早晚较大的温差都会使血压升高,在潜伏着危机的夏季,高血压患者仍应严格控制血压、远离脑卒中。



医生简介:陈江龙 晋江市中医院急诊医学部主治医师、急诊卒中小组负责人,擅长急诊危重症急诊急救及急性缺血性卒中急诊救治。



夏日血压降低能停吃“降压药”吗？

夏季是预防高血压很重要的一个季节,有不少患者及家属不具备全面的相关知识,认为“是药三分毒,少吃点没事!”“夏天血压相比冬天来说会有明显的降低,因此可以自行减少甚至停止用药。”……对此,记者采访了晋江市中医院急诊医学部卒中小组负责人陈江龙医生。

“一般来说,夏天的血压不会高,总体来说平均水平比冬天要低。因为夏天的温度较高,全身周围血管扩张,导致血压下降。如果患者出现了夏天血压偏高的情况,往往考虑跟炎热的天气造成自身不舒服,从而引起继发性的血压升高有关。”陈江龙医生表示,“高血压患者在服药时,可根据四季的变化,留心血压的波动情况,但必须在医生的指导下,适当增加或减少药量,绝不要随意停药。”

夏日控制血压有助于远离脑卒中

最近,晋江市中医院急诊医学部连续接诊了多个脑卒中患者。患者吴

某,男,29岁,突发右侧肢体偏瘫伴言语含糊1小时,于2021年4月27日就診晋江市中医院急诊科。医院急诊卒中小组接诊后,立即启动“卒中中心”绿色通道,按照脑卒中救治流程第一时间完善颅脑CT等相关检查,考虑急性脑梗死,发病时间在最佳静脉溶栓治疗时间窗内(≤4.5h)。经反复沟通,征得患者及家属同意后,立即行静脉溶栓治疗,DNT时间24分钟,后经头颅磁共振检查颅脑未见急性梗死灶,完美实现了血管的再通。约两小时后,患者右侧肢体偏瘫明显缓解,言语含糊基本恢复正常,第二天患者就可正常下地行走。

“高血压不是脑卒中,两种是不同的疾病,高血压的患者是因为存在血压比较高,患者一般通过测血压可以发现血压高于140/90mm/Hg,但是,高血压是脑卒中的重要危险因素。”据陈江龙医生介绍,急性脑卒中是由于脑部血管突然破裂或因血管阻塞导致血液不能流入大脑而引起脑组织损伤的一组疾病,包括缺血性卒中和出血性卒中。其中缺血性卒中的发病率占脑卒中总数的60%~70%,是中国居民死亡的首位原因,全国每年死于脑卒中的患者高达196万,残疾率更是高达70%。不管什么时候血压高,都要好好地控制血压。

学习中风“120”口诀 巧妙识别脑卒中早期症状

“时间就是大脑,脑部血流完全阻断5分钟,脑细胞就会死亡,从而导致这些脑细胞的功能也丧失。每多等一分钟,就会有190万个神经细胞死亡,并且这种损伤是不可挽回的,尤其是对于发生缺血性脑卒中的患者,无论症状轻重,切不可大意,也不要抱着试试看的态度,必须立刻拨打120急救电话,或将患者尽快送至附近有溶栓取栓条件的医院,使患者及时得到救治。”陈江龙医生解释说。

陈江龙医生建议,对普通公民来说,通过简单的中风“120”学会识别脑卒中早期症状十分重要。

- 1:看一张脸,观察患者微笑表情,嘴巴有无歪斜、无力;
- 2:让人两只胳膊平举,观察是否有单侧肢体无力下垂;
- 0:跟患者简单交流,观察是否存在言语含糊不清、表达困难等表现。

温馨提醒:当身边的亲友出现以上情况,就要高度怀疑脑卒中发生,脑卒中“黄金3小时”救治非常关键,应抓紧时间拨打“120”送往就近有救治条件的医院。

相关链接

晋江市中医院急诊医学部是福建省中西医结合急救重点专科,中国医师协会颅脑出血微创手术治疗基地,朱氏头皮针临床教学基地,能开展各类脑出血微创手术,特别是脑干出血、小脑出血微创手术在国内享有盛誉。早期开展急诊针灸介入脑卒中患者,明显改善急性脑卒中患者的生活质量;2016年成立急诊卒中中心,积极开展缺血性脑卒中溶栓治疗;现全面重启急诊卒中中心建设,与泉州第一医院开展卒中中心共建,能全面开展缺血性脑卒中溶栓,介入取栓,动脉瘤介入及开颅夹闭等手术。

本地医讯

本周末有两名专家到晋江中医院坐诊

本报讯(记者 吴清华 通讯员 洪尚妙)目前风湿性疾病日益增多,国内风湿病专家紧缺,为方便晋江地区老百姓就近看病,晋江市中医院特邀厦门大学附属第一医院风湿免疫科石桂秀教授,于5月28日(本周五)上午9:00开始,到院坐诊、咨询。石桂秀教授是主任医师、研究生/博士生导师、加拿大蒙特利尔大学博士、厦门大学附属第一医院风湿免疫科主任/科研部主任,厦门大学医学院教授,厦门市“双百计划”引进人才。擅长类风湿关节炎、系统性红斑狼疮、干燥综合征、硬皮病、多发性肌炎、强直性脊柱炎、血管炎、痛风、骨性关节炎、骨质疏松、复发性流产、血细胞减少(白细胞、血红蛋白、血小板减少)等各种风湿性疾病。

晋江市医院晋南分院免费送“两癌”检查福利

本报讯(记者 吴清华 通讯员 尤夏洪)为全面实施适龄妇女宫颈癌、乳腺癌检查工作,使城镇适龄妇女享受到政府关爱,实现“两癌”早发现、早诊断、早治疗,助力健康中国行动,晋江市医院晋南分院推出对城镇适龄妇女进行免费“两癌”检查。

乳腺癌、宫颈癌是危害女性健康的两大“杀手”,且发病率有不断增高和年轻化的趋势。为此,晋江市医院晋南分院妇产科拿出以下免费名额,包含人乳

相关新闻

晋江市医院晋南分院举办惠民健康大讲堂

本报讯(记者 吴清华 通讯员 尤夏洪)上周日,晋江市医院晋南分院在一楼大厅举办了以幽门螺杆菌为主题的健康大讲堂。本次活动由内窥镜苏瑞娟主管护师主讲,从对幽门螺杆菌的认识、传染途径,到如何预防及检测注意事项,生动形象地为现场群众普及了关于幽门螺杆菌的预防知识。

“幽门螺杆菌主要生活在人类的胃和十二指肠,它具有很强的传染性,最主要是经口传播,故有家庭聚

集性的特点。”在现场现场,苏瑞娟介绍了幽门螺杆菌的传染途径主要是经过口—口,胃—口,粪—口传播。

值得一提的是,该活动是晋江市医院晋南分院推出的健康科普活动,每周举办,旨在持续普及健康知识,让群众受惠,更好地帮助群众预防相关疾病的传染,阻断其传播,让大众可以做到早预防、早发现、早治疗,远离患病风险,让群众实实在在地体验到便捷有用的医疗服务。

家居

家装课堂

大家都知道,装修是一件不易的事情,有时候往往花费了不少钱,却还没能装出理想的效果。为了让广大业主在装修过程中更加省心,《家居周刊》推出“家装课堂”栏目,广大业主如果在装修中遇到困惑或是有装修心得等均可发信息到13505065057咨询分享,我们将找专业人士帮你答疑解惑。

入户无玄关怎么办？业内人士来支招

本报记者 黄海莲

相关链接

客餐厅巧隔断 让空间更有层次

隔断是指专门作为分隔室内空间的立面,是现代很多家庭在装修时都会选择的。巧妙利用隔断,会让空间更有层次。传统意义的隔断是指专门分隔室内空间不到顶部的半截立面。现在很多人都喜欢拿一些家具去当餐厅隔断,例如屏风、展示架、酒柜等。

作为餐厅隔断,可以选择一些酒柜或者吧台,当然也可以用传统的隔断。在现在多数户型客餐厅一体的情况下,在餐厅旁边设置一个酒柜或者储藏柜,不仅可以满足储物需求,也起到了划分客餐厅的作用,开放式的隔断方法也让空间显得宽敞明亮。

餐厅隔断是很普遍的,但是大部分都设计得不好,关键是技术和艺术结合不够巧妙。隔断是限定空间,但是又不完全割裂空间,隔断既可以区分不同性质的空间,又可以实现空间之间的相互交流。

做餐厅隔断时要注意几个方面,首先是形象塑造。隔断不承重,所以造型的自由度很大,设计应注意高矮、长短和虚实等的变化统一。其次,颜色配合。隔断是居

室的一部分,所以它的颜色应和居室协调一致。再次是挑选材料,如果想起到空间的通透作用,可以用珠帘来隔断客厅和餐厅,银灰色的材质在吊灯的照射下熠熠生辉,前卫又时尚。但是考虑到做清洁这一方面,不妨考虑一下纱帘,方便拆洗。半透明的窗帘、柔软垂坠的布料总给人清新飘逸的美感,制造梦幻唯美的隔断空间,让空间更加宽阔。

怕地面的隔断影响整体布局的话,可以用吊顶的隔断来区分客厅和餐厅,带点圆弧形的墙壁形状也是非常可爱的。这需要在设计吊顶的时候就做好考虑。另外,用一道电视墙隔开客厅和餐厅,是很多设计师会采用的方法,电视墙靠卧室有点吵,靠厨房有点危险,所以靠客厅是最明智的选择。

地台隔断也是一种非常实用的隔断方法,只需将一个地面的抬高,就能明显区分空间,而且也不会占用空间面积。

一般较大的客厅,都会兼做客厅和餐厅,但如果不做一些空间区分的话,就会显得散乱,没有聚合感。小户型因为面积局限,可以使用地毯或布帘做一些软隔断。



现在很多户型都是没有玄关的,尤其小户型,进门通常是一个方形空间,换鞋、收纳、隐私等需求无法实现。无玄关的户型,通常进门就是客餐厅,进门见厅。那么,如何解决呢?首先,沿墙打造玄关柜。如果空间允许,可以打造通体玄关柜,从天花板一直延伸下来,不仅能有效隔断进门见厅的格局,划分出玄关区,保证客餐厅的私密性,还能增加大量储物空间。如果空间较小,可沿墙面设计一组收纳柜,或直接放置一个半人高的鞋柜,既能收纳鞋子,又能当餐边柜使用。其次,加隔断。进门空间较宽敞,可设计隔断来加强私密性。建议选择镂空隔断或玻璃隔断,可结合柜体一起设计,保证采光和通风。进门空间较宽敞,可设计隔断来加强私密性。建议选择镂空隔断或玻璃隔断,可结合柜体一起设计,保证采光和通风。

晋江市室内装饰协会开展主题党日活动

本报讯(记者 黄海莲) 5月22日—5月23日,为进一步创新和优化党支部组织生活,提高党支部活动质量,增强党员队伍和党组织的创造力、凝聚力和协会会员之间的互动交流,晋江市室内装饰协会于德化开展主题党日活动。

22日下午,晋江市室内装饰协会的32人来到德化中共福建省委旧址,追寻那段难忘的红色革命之旅。在省委旧址(坂里)陈列室,全体党员通过聆听讲解员的解说和参观陈列馆珍藏的历史资料文物,重温省委机关在德化坂里的斗争历史及德化革命的烽火征程,缅怀先辈的光辉业绩。在此次主题



党建活动中,晋江市室内装饰协会还组织会员游览了石牛山,征求换届意见。

喜盈门晋江店开启周年庆活动

本报讯(记者 黄海莲) 6月6日,喜盈门晋江店将迎来一周周年店庆,大型店庆活动开启,不仅有首次双重免单实力宠粉,更有抽豪车、赢万元现金大奖,下单有豪礼再得万元油卡等,周年庆当天还将有明星助阵品牌旗舰店开业活动。

凡在5月29日—5月30日/6月5日—6月6日至喜盈门晋江店参与活动展厅消费,开具喜盈门专用销售清单至服务台统一买单,单笔实付金额满3000元以上,即可参与生肖补贴活动。生肖免单按每天三个时段分别抽出2个生肖,则该时段抽中生肖对应的销售清单即可享受实付金额10%现金免单。不限品类,不限人数,多买多省,单笔封顶补贴4999元!单笔或累计实付金额满5000元以上即可参与掷骰子1次(单张销售清单封顶1次),3个骰子摇中相同点数即可获得返现1000元;摇中其他点数消费者则再砸金蛋1次,微波炉、破壁机、电压力锅、电炖锅等数千件家电送完为止。单笔实际支付定金满1000元,即可凭喜盈门销售单获得轿车抽奖券1张,2000元可领取2张,以此类推,上不封顶,凭券即可参与抽奔驰/宝马首期款、1000元现金大奖。

此外,消费者至喜盈门晋江店参与活动的任意2家不同商铺消费单笔下定满3000元,即可凭2家不同展厅开具的喜盈门免单专用销售单领取赢4999元油卡(至少100元油卡)红包1个,限量前100户,抢完为止。消费者凭晋江喜盈门周年庆DM单页、短信或周年庆礼品卡等指定凭证到场即可免费领取吉祥如意米1份,每人限领取一份,多领无效,限量1000份。



华浔品味装饰® 晋江总部
HUAXUN TASTE DECORATION



品味空间·生活无限
地址:晋江市市标旁德辉华庭二楼202号
电话:0595-85617268 85617368



居然之家 Easyhome 晋江店



居然之家晋江店一站式
高端建材家居旗舰MALL
地址:晋江市长兴路601号乔丹中心
电话:0595-82092222



建材/家居/软装/灯饰/电器



晋江喜盈门

500个建材/家居品牌旗舰店大本营

买好建材家居 晋江喜盈门

地址:晋江市和平中路110号(晋江机场旁) 咨询热线:8322 3888

虚以待位

招商热线:13505065057