

# 令人头疼的偏头痛

□保定晚报通讯员 樊璠

赵女士前不久因头部右侧跳动样疼痛,外界声音大时感觉头痛加重,劳累后容易反复等症状到市第一医院就诊,被诊断为偏头痛。“我这头疼是老毛病了,年轻时候就有,到现在得有50年了,老是犯病,吃点止痛药稍微好一点,这不最近伺候老人又头痛了。”赵女士为此痛苦不堪。很多人有头痛的毛病,市第一医院神经内科医生钱倩带来偏头痛及其他相关小知识。

偏头痛是原发性头痛中最常见的类型之一,这是一种发作性中—重度头痛,每次发作可以持续4—72小时,通常是单侧,也可以双侧或者双侧交替出现,劳累之后会加重,还会伴有恶心、呕吐、畏光、畏声等症状。大约25%的患者在头痛发作前会有先兆症状,比如视物模糊、暗点、闪光、亮点、视物变形、特殊气味等,

还有感觉、言语和运动的异常。

在临床上,50%的偏头痛患者有家族史,它的病因尚不明确,但诱因很多,比如紧张、劳累、寒冷、强光刺激、烈日照射、过于饱腹或饥饿、精神因素、睡眠、饮酒等。

除了偏头痛,还有一些头痛也需要重视,这些头痛可能是许多疾病的危险信号,若不及时治疗可能危及生命,以下几种类型的头痛应及早就医,以免延误病情。

头痛伴发热症状。感冒发热时血流增快、血管扩张,很容易出现头痛,这是一种常见的感染相关性头痛,一般在体温下降至正常时头痛会好转。但如果发热时头痛非常剧烈,难以忍受,特别是伴有颈项僵硬、精神差等症状,在体温降至正常时仍然很头痛,就需要考虑是不是脑炎了。

头痛伴神经损伤症状。如果在出现头痛的同时,还有反应迟钝、视物不清、言语含糊、吞咽困难、肢体麻木

无力、抽搐等症状中的一种或几种,需要警惕颅内病变。单侧头痛、眼睛胀痛、视力下降,则需要怀疑有无青光眼可能。如果眼压过高,没有及时处理,有失明的风险。

如果出现了从未经历过的剧烈、爆炸样、难以忍受的头痛,一定要高度重视,尽快就医,因为这很可能是神经科急症——蛛网膜下腔出血的首发表现。

如果头痛持续存在,并逐渐加重,需要警惕是不是有脑肿瘤。

无头痛病史的人突然出现以头痛为唯一临床症状、持续不能缓解的头痛,或者新发头痛患者的年龄大于50岁,需要谨慎对待,尽快就医。



## 志愿者携手献血 共绘生命画卷

□保定晚报通讯员 宋洁

时光飞逝,在市中心血站的引领与关怀下,小雨点无偿献血志愿服务分队茁壮成长,已成立将近一年的时间。新年伊始,小雨点分队组织开展无偿献血志愿服务活动,向更多人群宣传推广无偿献血这一意义非凡、充满大爱的公益活动,让广大市民充分了解无偿献血的意义并参与其中。

分队队长李长城一周前便积极与队友们取得联系,经过一番热烈讨论,大家最终确定了一个温暖而有力的活动方案——集体献血并在现场让队员们诉说内心的美好心愿与真挚祝福,同时拍摄成小视频,让这份爱心与正能量传递给更多人。

2025年1月1日,队员们怀着激动而坚定的心情,先后抵达血站。血站内人头攒动,大家井然有序地进行着体检,耐心等待着献血时刻的到来。尽管这天是阖家欢乐的元旦佳节,但血站对于成分血的需求却丝毫不减,每一袋珍贵的血液都承载着生命的希望。

在体检排队过程中,有几位献血者因为身体原因未能合格,不得不遗憾离开。其中有一位来自唐山的小伙子,他满心期待能够献出自己的一份爱心,却因贫血而无法实现愿望,脸上满是失落与伤感,那神情让在场每一个人都为之动容,也更加深刻地意识到健康献血的重要性。

看到这一幕,李长城与三位队友迅速商议,决定扩大拍摄范围,将更多感人瞬间记录下来。他们在征得血站工作人员和其他献血者同意后,许多热心献血者纷纷加入到录制视频队伍中来,并送上自己的新年祝福以及对无偿献血事业的美好期许。大家衷心祝愿在新的一年里爱与温暖得以延续和传递,为更多生命点亮希望的灯塔。

## 市人民医院与社区携手推进健康服务

保定晚报讯(通讯员孙静玮)市人民医院近日与竞秀区中诚晶典社区共同举办“幸福社区、健康百姓”党支部共建活动,通过签约仪式、交流座谈、健康科普等环节,全面推进社区健康服务与党建合作。

双方代表签署共建协议书,明确多项共建内容,包括制定“幸福社区、健康百姓”共建计划,定期在社区开展疾病预防、健康知识讲座以及急救技能培训等活动。市人民医院高血压专病门诊主任赵红娜为社区居民带来一场题为“健康生活方式”的科普讲座,以生动案例和专业知识详细讲解健康饮食、适量运动以及慢性病防控的关键措施。现场气氛热烈,居民们踊跃提问,纷纷表示受益匪浅。

市人民医院相关负责人表示,



此次活动的举办标志着该院与中诚晶典社区开启全面合作的新篇章,双方将以党支部共建为纽带,通过

医疗服务与社区建设深度融合,共同推进幸福社区建设,为居民创造更加健康美好的生活环境。

## 子宫肌瘤知多少

□保定晚报通讯员 赵艳玲

“这几个月月经不规律,下腹有点胀痛,还有尿频……”王女士最近因身体不适而颇为焦虑,到市第二中心医院就诊后被确诊为子宫肌瘤。什么是子宫肌瘤?子宫肌瘤对身体有哪些影响呢?市第二中心医院相关专家来解惑。

子宫肌瘤是女性生殖器官最常见的良性肿瘤,由平滑肌及结缔组织组成。常见于30—50岁女性,20岁以下少见。研究显示60%—80%女性患有大小不等的子宫肌瘤。

很多患者并没有明显症状,仅在体检时发现。若有症状,与子宫肌瘤的部位、大小、数目和有无变性相关。常见症状如下:

经量增多及经期延长是子宫肌瘤最常见的症状,多见于体积较大

的肌壁间肌瘤及黏膜下肌瘤。长期经量增多可继发贫血,出现乏力、心悸等症状。

当子宫肌瘤逐渐增大,子宫超过妊娠3个月大时,患者下腹部可触及包块,还可因脱出肿物就诊。

子宫肌壁间肌瘤使子宫腔面积增大,内膜腺体分泌增多,使阴道分泌物增多。

子宫前壁下段肌瘤可压迫膀胱引起尿频;子宫颈肌瘤可引起排尿困难、尿潴留;子宫后壁肌瘤可引起便秘等肠道症状;子宫阔韧带肌瘤或子宫颈巨大肌瘤向侧方发展,可嵌入盆腔内压迫输尿管,造成其上段输尿管扩张甚至肾盂积水。

1%—2%的不孕是由子宫肌瘤引起的,其中黏膜下肌瘤最常见。

其他还包括下腹坠胀、腰酸背痛等症状。

## 高碑店市医院胸痛中心获荣誉

保定晚报讯(通讯员闫婧琦)在近日举行的河北省胸痛中心联盟表彰大会上,高碑店市医院荣获2024年“胸痛中心建设质控之星”称号。

该院胸痛中心2024年全力投入救治工作,成功救治了大量胸痛患者,其中高危急性胸痛患者占据相当比例。通过完善随访管理机制,优化救治流程,不断提升诊疗水平,显著降低了患者死亡率,提高了救治成功率。

“这一荣誉不仅彰显了我院在硬件设施、医疗技术、服务能力等方面达到中国胸痛中心质控标准,更是对我们过去工作的高度认可。”高碑店市医院相关负责人表示,医院始终秉持着以患者为中心的理念,为患者提供全方位、持续性的关爱与支持。该院将进一步优化诊疗流程,缩短患者再灌注时间,切实提高胸痛相关疾病的救治效率和水平,为胸痛患者提供更优质、高效的医疗服务。