

寻医问药

□本报记者 王路欣 通讯员 高香 刘传亮

A 什么是卵圆孔未闭

卵圆孔是心脏里的一个重要结构，它原本是心脏房间隔上的一个生理性通道。在胎儿时期，宝宝还在妈妈肚子里的时候，肺还不能工作，没办法进行气体交换。这时候，卵圆孔就像一个“特殊通道”，允许血液从右心房流向左心房，让妈妈身体里富含氧气和营养的血液，绕过肺直接供应给胎儿全身，维持胎儿的正常血液循环和生长发育。

等宝宝出生后，随着第一声啼哭，宝宝的肺开始工作，建立起了正常的肺循环，左心房的压力也会增加，这时候卵圆孔就完成了它的使命，会像一扇门一样自然关闭。大部分宝宝在出生后一年左右，卵圆孔就完全闭合了。

但有些时候，这扇“门”没有关紧，也就是卵圆孔未闭。别小看这个小小的未闭合通道，它可能会干扰心脏的正常血液循环。正常情况下，心脏的左右两边是互不相通的，血液按照一定的路径流动。可卵圆孔未闭时，本不该混在一起的左、右心腔的血液，就可能通过这个“小漏洞”跑来跑去，引起一系列“内部混乱”。

这些混乱会导致血液分流，影响心脏的泵血功能，进而使得脑部的血液供应也受到干扰，大脑得不到充足、正常的血液供应，就可能引发偏头痛。

B 卵圆孔未闭会引发哪些症状

当卵圆孔未闭时，除了可能引发前面提到的偏头痛外，还会带来一系列其他让人烦恼的症状。

卵圆孔未闭引发的偏头痛，常常是“搏动性”的头痛，就像心脏在一下一下地跳动，脑袋也跟着一下一下地疼，疼得人心烦意乱。这种偏头痛发作时，患者往往怕光、怕动、怕吵，强光一照，头痛就像被点燃的火药，瞬间更猛烈了，只想赶紧找个昏暗、安静的角落，好好地歇一歇。同时，还常伴随着恶心、呕吐的症状，吃进去的东西感觉在胃里“翻江倒海”，最后一股脑地吐出来。

有的人在偏头痛发作前，还会有一些先兆，比如突然看到眼前闪光，就像有小星星在眼前晃；或者视力变得模糊，看东西模模糊糊，像隔着一层雾；视野变窄了，看东西感觉有一块地方老是看不到，就像有个盲点；还有手脚发麻，好像有无数小蚂蚁在爬，连说话都变得困难，想说却说不出。

除了偏头痛，卵圆孔未闭还可能引发眩晕。更严重的是，卵圆孔未闭还可能导致缺血性脑卒中。脑卒中也就是常说的“中风”，一旦发生，会对身体造成极大的伤害。患者可能会突然出现一侧肢体无力，胳膊抬不起来，腿也走不了路，就像身体的一部分突然“罢工”了；还可能出现言语困难，想说什么却表达不出来，或者别人说的话也听不懂；有的甚至会出现失明、耳聋等症状，一下子失去了看和听的能力。

这些症状都在提醒，卵圆孔未闭虽然看似只是心脏里一个小小的“漏洞”，但它带来的影响可不容小觑。如果发现自己有这些症状，一定要及时去医院检查，看看是不是卵圆孔未闭在“捣鬼”。

C 卵圆孔未闭如何治疗

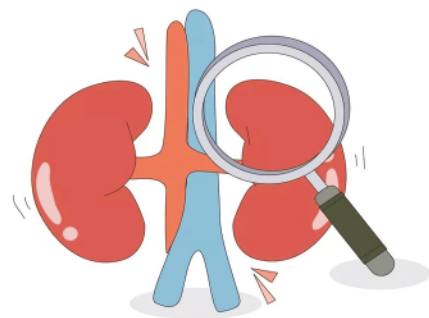
卵圆孔未闭的治疗有药物治疗和介入封堵治疗两种。

药物治疗只能作为一种暂时缓解症状、预防严重并发症的手段。

介入封堵治疗是目前治疗卵圆孔未闭比较常用的方法，创伤小、安全性高、并发症少，手术后恢复得也快，一般12小时至24小时患者就可以下床活动，住院时间短，通常术后3天左右就可以出院回家，出院后不影响正常学习和工作。

反复偏头痛 竟因心脏有个「洞」

引起偏头痛的原因有很多，如精神压力大、饮食不规律、外部环境改变等。但当偏头痛频繁光顾，却始终找不到原因时，就不要忽视看似微不足道的身体信号，很可能是心脏发出的“预警”。很多人想不到，偏头痛的“罪魁祸首”，居然可能是心脏里一个本该关闭却没关上的“小通道”，它叫卵圆孔未闭。对于卵圆孔未闭的相关问题，潍坊市人民医院的专家作出详细解答。



警惕“沉默杀手” 及时给肾脏“减负”

□本报记者 王路欣 通讯员 秦丽丽 刘静

3月13日是第二十个“世界肾脏日”。国际肾脏病学会与国际肾脏基金联盟将每年3月份的第二个星期四确定为“世界肾脏日”，旨在提高人们对慢性肾脏病的认识，并重视其在早期检测和预防方面的迫切需求。

肾脏位于腰部两侧，每天过滤约180升血液，排出代谢废物、调节血压、维持电解质平衡，在维持人体健康方面扮演着至关重要的角色。然而肾脏也是人体最“低调”的器官之一。全球约10.8%的成年人患有慢性肾脏病，但超过90%的患者在早期毫无察觉，这种沉默的特性使肾脏疾病往往在晚期才被发觉，错过了最佳治疗时机。

肾脏是血液的“净化工厂”，布满血管的肾脏，就像一张过滤网。一旦摄盐过量，相当于把身体泡在盐水里，盐会吸引水分，增加血液容量，并刺激血管收缩，血管压力就会变大，就形成了高血压。长期高血压如同“洪水猛兽”一般，冲击肾脏的“过滤网”，损害肾脏的结构和功能，导致肾脏的过滤功能不断下滑。而高盐饮食加重了高血压的达标率，难以控制的高血压按下了肾脏损坏的“加速键”。那么，该如何保护自己的肾脏？

潍坊市人民医院肾脏病医学中心的专家表示，第一，服药强效控压，同时注重心肾保护。沉默的高血压是把肾脏推向悬崖的“罪魁祸首”，血压越高，悬崖越陡，肾功能受损的速度越快。长期控制血压达标，才能预防和延缓肾病的进展。降压的同时，要考虑心肾保护，有禁忌症的人群要在医生指导下用药。

第二，定时监测血压，不让血压“失控”。数据比感觉更真实，不被“无症状”欺骗身体，每日的数据监控，不仅可以让自己更安心，也能帮助医生更直观地了解疾病动态。

第三，低盐饮食，别让高血压有机可乘。柴米油盐的人间烟火里，到处都是“隐形盐”，食物营养成分表中钠含量（NRV值）≥30%的要少吃。成年人每日食盐用量不超过5克，约一个啤酒瓶盖平着装满一分量，每天少吃一勺盐，改变一小步就能降压护肾。如果点外卖，可以优先选择清蒸、白灼等烹饪方式的菜品，此外可以备注“少盐少酱”，主动要求酱料分装。

肾脏损伤不可逆，但预防永远胜于治疗，不妨一起从调整饮食开始为肾脏“减负”。

医生提醒，以下这些情况可能是早期肾病的信号，一旦出现，应及时去医院就诊。

①尿中泡沫增多，且泡沫长久不消失，说明可能是尿液中排泄的蛋白质较多。

②尿液的外观改变：尿液呈浓茶色、洗肉水样、酱油色或浑浊如淘米水，说明尿液中可能有红细胞或者其他有形成分。

③夜尿增多：正常人在60岁以前一般夜尿不应该超过3次，如果年轻人夜尿增加，或者夜间尿量大于白天尿量，很可能是肾病的早期表现。

④早晨起床后眼睑或面部水肿。

⑤睑结膜或甲床苍白，经常感到疲乏无力，活动耐力下降。

⑥无明确原因的血压升高，或血压较前不易控制。

