

牢记中风预警口诀 抓紧6小时“时间窗”

卒中识别早 救治效果好



29日，市环湖医院的专家们在进行大规模卒中义诊咨询活动。

摄影 刘鹏

健康视点

主持人

孙晓菊

天津市新闻专栏

本月29日是第18个世界卒中日。今年的宣传主题是“卒中识别早，救治效果好”。27日上午，我市40多家医院举行了线上线下卒中义诊咨询活动。覆盖全市16个区、41家医院的天津市卒中急救地图也已发布。我市神经内科专家表示，卒中(俗称脑中风)是一种急性脑血管疾病，是由于脑部血管突然破裂(出血性卒中)或因脑血管阻塞导致脑组织缺血坏死(缺血性卒中)的一组疾病。该病具有高发病率、高死亡率、高致残率、高复发率和高经济负担的“五高”特点，可导致肢体瘫痪、语言障碍、吞咽困难、认知障碍、精神抑郁等症状，严重影响患者的身体健康和生活质量。

专家提醒市民，成年人预防卒中中一定要积极知晓并有效控制血脂、血糖、血压，养成良好的生活习惯，不熬夜，放慢生活节奏，并定期体检。“时间就是大脑，时间就是生命”。生活中要牢记中风预警120口诀，即“看1张脸，不对称或嘴角歪斜”“查2只胳膊，平行举起有单侧无力”“聆(零)听讲话，言语不清、表达困难”。有上述任何突发症状尽快拨打120，争取在发病4.5小时至6小时黄金“时间窗”中获得救治。

秋冬季是卒中高发期 气温变化季节更替需警惕

据市环湖医院急诊科副主任赵文娟介绍，进入10月以来，该院急诊日均接诊量在400至500人次，其中卒中占在院的脑血管病患者约占30%。以往年份统计显示，每年10月至12月都是卒中高发季，患者明显多于其他月份。

“卒中发病存在明显的季节特征。寒露节气后日气温变化较大，因卒中入院的人数明显增加。除了高血压、糖尿病、高血脂症等传统的危险因素外，气象因素可能是发生卒中不容忽视的潜在危险因素。”天津医科大学第二医院副院长李新说。李新团队研究显示，气温变化会影响机体血小板和凝血功能，导致血压、血糖波动，增加了高血压、糖尿病患者脑卒中的发生风险。李新建议，季节交替或气温变化较大时，高血压、糖尿病患者坚持服药从而有效控制血压、血糖，同时加强血压、血糖监测，并根据血压、血糖波动及时调整治疗，有助于降低卒中发病风险。一旦出现头晕、复视、一过性言语障碍和肢体麻木，应及时就诊。

中青年患者比例上升 高血压房颤是独立危险因素

赵文娟说，近年来，50岁以下的中青年卒中患者增多，脑干出血的危重症病例占比较高。他们中相当一部分是中年肥胖、血

压控制不理想、吸烟酗酒的人，发病前多有熬夜、疲劳、大量饮酒和缺水等情况。血压控制不佳在中青年患者中最为普遍。她建议无高血压病史的中年人和小于35岁但有高血压家族史的人，应每半年至一年测量血压一次。一旦确诊为高血压，应立即开始生活调理、药物治疗、监测血压，并持之以恒。40岁以上的人要每年体检一次，体检中除了解血糖、血脂水平，还应了解自己的心脏功能有无异常，特别是有无房颤、缺血性改变、风湿性心脏病以及卵圆孔未闭等情况。

“高血压、糖尿病、血脂异常、冠心病、房颤、吸烟、颈动脉狭窄、明显超重和肥胖、家族史都是卒中中的危险因素，如果一个人有三个以上因素就属于卒中高危人群。”李新说。在卒中危险因素中，房颤和高血压是公认的独立危险因素。房颤导致的缺血性卒中栓塞面积更大，合并疾病更多，且病发突然，使它呈现高致残率、高病死率和高复发率的“三高”特征。因此，一旦确诊房颤，积极治疗的同时要有卒中防治意识。另外，我国75%的高

血压患者都伴有高同型半胱氨酸血症，这种高血压被定义为“H”型高血压。国内外研究发现，“H”型高血压是中国人脑卒中发生的独立危险因素，其卒中风险较单纯高血压高出约5倍，较正常人高出25倍至30倍。

知晓“BE FAST”卒中症状 发病6小时内治疗避免偏瘫

赵文娟说，脑卒中患者的黄金溶栓救治时间是发病后4.5小时至6小时以内，部分患者机械取栓手术虽可延长至24小时，但仍是越早治疗效果越好。

随着医学知识的普及，越来越多的患者了解卒中早期症状，能够在发病4.5小时至6小时的卒中救治“时间窗”及时来院治疗。有些病人特别是从下级医院转诊来的病人，对溶栓、取栓等脑血管再疏通的治疗方式已有所了解，能与接诊医生顺畅沟通，极大地节约了救治时间。加之我市转诊制度、院前急救系统、卒中中心建设日趋完善，患者从到达医院到开始静脉溶栓、机械取栓的平均时间已降至60分钟至120分钟内，实现了卒中早诊早治，降低了该病的致残率和致死率。市环湖医院急诊开通卒中急救绿色通道，疏通急诊、检验、影像检查、用药、收费、病床等各个环节，评估分诊后的患者持绿色通道或粉色取栓救治卡，从入院到脑血管再疏通可以在60分钟内完成，最大限度为患者争取了生命时间。目前，环湖医院年溶栓病例在1500例左右。

赵文娟提醒卒中高危人群牢记卒中预警“120”口诀和“BE FAST”口诀。B(balance)难平衡，E(eye)看不清，F(face)面不正，A(arm)臂不平，S(speech)语不灵，T(time)时间。发生以上任何症状立即拨打120求助，争取在发病6小时的“时间窗”内获得溶栓或取栓治疗，让堵塞的大脑血管重新恢复血供，从而最大限度避免偏瘫、失语等卒中后遗症。 本报记者 赵津

胰岛素注射部位应常轮换



健康红绿灯

“注射胰岛素一定要注意部位轮换，反复在同一部位注射胰岛素，会使皮下脂肪增生，产生硬结，使胰岛素吸收延迟或不稳定，进而影响血糖控制。”天津医科大学朱宪彝纪念馆“三一”照护门诊照护师薛兴艳提醒糖尿病患者。

薛兴艳说，“糖友”注射胰岛素时一定要注意部位的轮换。适合人体注射胰岛素的部位有四处：腹部、上臂外侧、大腿外侧和臀部外侧。轮换分为大轮换和小轮换，大轮换是指身体各部位之间的轮换。比如一天注射四次胰岛素，早饭前可以注射在腹部，午饭前可以注射在上臂外侧，晚饭后可以注射在大腿外侧，睡前可以注射在臀部外侧。小轮换是指每个部位的小范围轮换。以腹部为例，胰岛素注射首选腹部，但脐周2.5厘米范围内和两侧腰部一般不可以注射。“糖友”可以将腹部以脐部为中心按“十”字划分四个区域。每次腹部注射需按顺时针轮换区域。但要注意两周内同一个区域、同一个部位不能连续注射。 通讯员 郭敬松

八旬老人壶腹部肿瘤成功切除



医疗前沿

80岁的王爷爷皮肤严重发黄已经3天，家人带他来到市第三中心医院就诊。医生很快将老人收治入院，完善检查后，发现老人得了壶腹部肿瘤。由于老人年事已高，身体状况较差，经评估不能承受传统的胰十二指肠切除术。病理活检确诊壶腹部且肿瘤较小后，医生果断为老人实施了目前国内先进的内镜下十二指肠大乳头切除术。手术进行得非常顺利，老人术后恢复较快，已经出院。该手术的成功为以往不适合外科手术壶腹部肿瘤患者提供了更积极的治疗方案。

据该院肝胆外科副主任医师介绍，壶腹部也叫十二指肠乳头癌，是较为常见的消化道肿瘤。壶腹部是消化道的一个“交通要道”，是胆总管和主胰管在十二指肠肠道的汇合口。壶腹部肿瘤可引起胆、胰双重阻塞，患者既有黄疸、尿黄、大便发白、皮肤刺痒等胆管堵塞的表现，也有消化不良、消瘦、体重减轻、乏力等胰腺和全身表现。

张晔说，诊断为壶腹部肿瘤需要进行详细评估，满足外科手术条件的通常建议进行胰十二指肠切除术来根治肿瘤，但该手术创伤大、操作复杂、风险高。高龄或者全身状况差、存在脏器功能不全的患者，通常是放置胆道支架缓解黄疸和取活检病理，病理结果确诊癌症，后续选择化疗、放疗、靶向及免疫等治疗。近年来，随着内镜技术的发展，内镜下十二指肠大乳头切除术成为这些患者更积极的治疗方法。该方法适合肿瘤较小的患者，是在内镜下将局限在十二指肠大乳头内的壶腹部肿瘤完整切掉，达到延缓病情进展的目的。 通讯员 陈颖



泰达心血管病医院优化医疗流程，当确认胸痛患者需要接受急诊介入术，并征得家属同意后，急诊医生在信息系统界面一键点击“紧急住院”，医护人员会第一时间把患者送到介入中心。先治病再缴费，一键“紧急住院”为患者缩短了等待时间，极大提高了接诊效率，保证了患者生命安全。 通讯员 王鹏

健康速递

中医一附院开设特色疗法中心

为进一步提升中医药服务能力，让市民更便捷地接受中医药传统疗法救治，天津中医一附院特色疗法中心将于11月10日正式开业。据了解，该中心将中医特色护理从病房延伸到门诊，是集医疗、预防、保健为一体的中医综合治疗门诊，主要开展各类特色灸法、罐法、刮痧、耳穴压豆、贴敷、中药熏蒸、蜡疗等各类中医护理技术服务。 通讯员 东梅 苏玉珂

减少手机、电脑屏幕使用时间，避免在黑暗环境下使用手机和电脑。第二，不建议经常戴隐形眼镜。长期佩戴隐形眼镜，可能会导致眼表化学损伤、角膜缘干细胞功能障碍等，从而导致黏蛋白缺乏，也容易影响泪膜的完整性。第三，注意眼部清洁。眼线、睫毛膏没有卸干净可能导致睑板腺堵塞，不能形成完整的油膜，导致泪液过多蒸发，引发干眼症。第四，采用物理辅助方法促进眼睛水油平衡。可使用加湿器增加空气湿度，也可以佩戴含水眼罩或者热敷。用温水、热毛巾、蒸汽眼罩热敷眼部，局部加热会使变质的油脂融化，加速排出。温度需控制在40摄氏度左右，每次5分钟至10分钟，每日1次至2次。也可以使用玻璃酸钠人工泪液润滑眼球表面，以补充缺少的眼液，缓解干眼症状。 通讯员 曹勃

天气干燥眼睛要水油平衡

四种方法远离干眼不适



季节提醒

秋冬季节天气干燥，日常护肤需注重补水保湿，维持肌肤的水油平衡。殊不知，眼睛作为身体的一部分也需要水油平衡。

眼睛的泪腺负责眼睛中“水”的部分。泪腺分泌眼泪，在眼球表面形成一层薄薄的泪膜。泪膜自外向内由脂质层、水液层、黏蛋白层三部分构成。上下眼睑中的睑板腺则负责“油”的部分，其分泌的油脂可以减少

泪膜的蒸发，从而使眼睛保持合适的湿润状态。水油失衡的眼睛往往会出现眼痒、干涩、灼灼感、异物感、畏光，甚至视物模糊等眼部不适，也就是干眼的症状。

秋冬季节预防干眼，第一，要提醒自己多眨眼。使用手机、电脑等电子产品，会加快泪液蒸发，从而导致干眼症。此外，看屏幕也会令眨眼次数减少，不利于泪膜的补充和更新。因此，使用电子产品时，要记得提醒自己增加眨眼频率，建议每分钟4次至6次，并且

分类信息

敬告读者：

本广告仅为刊户提供信息发布平台，所有信息均为刊户自行提供，请认真核实信息提供方相关证件与发布内容的真实性。如涉及押金、保证金、报名费等费用均与本报无关。本栏目不作为承担法律责任的依据。本栏目不承担因错漏刊出所产生的相关责任及费用。

天津日报 17622997767 23602233
办公地址：天津市和平区卫津路143号



遗失·公告

▲我单位天津南开老年病医院不慎遗失，天津市医疗住院收费票据11058823号—11061000号，天津市门诊挂号诊察专用收据05551942号—05552000号，天津市医疗门诊收费票据626599664号—626600000号，现声明作废。

▲宋学风遗失执业医师资格证书，证书编码：20201211010222198207165842，及医师执业证书，证书编号：210120114000088，声明作废。

▲于宝月，女，身份证号：120225198008260088，遗失教师资格证书，证书号码20091221632000560，特此声明。

▲于宝月，女，身份证号：120225198008260088，遗失教师资格证书，证书号码20021221621002220，特此声明。

▲贾志华遗失天津市和平区多伦多道119号0门牌6室房本，合同号01142350000000503，特此声明。

▲信世喆遗失房屋拆迁补偿协议安置协议，编号：0005288，声明作废。

▲本人郭玉兰将爱人宋振源身份证号120103196310222119承租公租房德才里15门315居室(独用部分：315居室/独用，伙用部分：307—315房/伙，307厨房/伙，307/1杂房/伙，308厕所/伙，309厕所/伙)的房屋租赁合同，合同编号：2010年版041202140015024丢失。特此声明。
天津物源津和煤业有限公司

▲天津市北辰区佳日便民超市遗失食品经营许可证正本，许可证编号：JY11200130121125，特此声明。

▲天津市西青区佑佑私房菜有限公司遗失食品经营许可证正本，许可证编号：JY21200110240890，特此声明。

▲天津鑫同达贸易有限公司统一社会信用代码91120111MA071662XU遗失公章、财务章、法人章(周晓良)、发票章、合同章各一枚，声明作废。

▲张利不慎遗失天津市房屋租赁登记备案证明，备案号：1702301002211，编号：2023-17002113。地址：伴山人家1-1-1604，特此声明作废。
▲原天津津建钢铁集团有限公司和原天津久泰伟业商贸有限公司遗失财务章各一枚，现声明作废。

招租信息

现有天津市和平区昆明路70号房产对外出租，土地面积2035.3平方米，房屋建筑面积3023.7平方米，租期5年，价格面议。有意者请与我司联系。电话23394314
天津物源津和煤业有限公司

指定承租人刊登公告

本人王继先，身份证号码：120103194210201717同意死亡后将坐落于天津市西河区忠信里7门512—515(房屋编号：00190133000702743)号房屋指定过户给王超，身份证号码：120103197705091728。

寻人启事

张文龙，身份证号120106195206200010，与儿子张雁飞、女儿张燕惠失联多年未有联系，见报后速联系，电话15222796914。

指定承租人刊登公告

本人华敬身份证号码：120103197003193527同意死亡后将坐落于天津市西河区联合里12门102号房屋指定过户给曹阳身份证号码：120103200909100010。
2023年10月30日

减资公告

天津市河东区洪博幼儿园(统一社会信用代码：5212010207310226X3)决定，拟将原注册资本由贰佰万元人民币减至伍拾万元人民币，请相关债权人自本单位公告见报之日起45天内到本单位办理相关手续，逾期视为放弃权利。特此公告。

指定承租人刊登公告

本人萧莲蓉，身份证120107192912042120，同意死亡后，将坐落于南开区和平里4栋2门计租面积(独用)24.14平方米(伙用)15.99平方米，101—106房/伙7.97，101阳台/伙3.79，101厨房/伙6.94，102厕所/伙1.08，105居室11.66，106居室12.48的住宅房屋指定过户给儿子吴海东承租，身份证号码：120107195711242111。

公告

李国良生前承租了坐落于红桥区广阳里4号楼1门206-211单元209居室房屋，现李国良已死亡，李国茹申请继续承租上述房屋，如利害关系人有异议，请于见报三个月内到红桥公证处提出异议申请。
2023年10月30日

清算公告

天津市乐易购投资发展有限公司东丽分公司(统一社会信用代码：9112011005528344XX)，天津市乐易购投资发展有限公司河东分公司(统一社会信用代码：91120102052072495F)因总公司天津市乐易购投资发展有限公司经天津市第二中级人民法院裁定受理天津市乐易购投资发展有限公司的破产清算申请，现决定分公司一并并进行清算，现已组成清算组进行清算。清算组由天津市乐易购投资发展有限公司管理人组成，请有关债权人于见报之日起15天内到清算组申报债权及办理债权登记手续。
联系电话：13512810448 联系人：杜晶地址：天津市河东区十经路祥云名苑3-2-1401
天津市乐易购投资发展有限公司管理人
2023年10月31日

解除劳动合同通知

李素凤，工号：T202393 身份证号：410928*****723
你自2023年3月1日起至今连续旷工，根据《河北德卓冶金科技有限公司员工违纪处理办法(试行)》第十六条及《劳动合同法》第三十九条规定，公司决定与你解除劳动合同，现请你接到通知后到公司办理劳动合同解除手续。特此通知。
河北德卓冶金科技有限公司
2023年10月30日

返岗通知

职工汪亨(身份证号码12010219800823201X)
因无法与你联络，现登报通知你，请自此通知刊登之日起30日内到公司返岗报到。如逾期未到，根据公司制度规定按旷工处理，“连续”工3个工作日的，或当年内累计旷工满5个工作日的，属严重违纪，公司有权与你解除劳动关系。
联系电话：022-24706877
天津钢铁集团有限公司

吸收合并公告

经合并双方股东决定，天津市长芦化工新材料有限公司(统一社会信用代码：91120116MA05M5355A，注册资本10000万元)拟吸收合并天津市长芦新材料研究院有限公司(统一社会信用代码：91120112MA05JA3E6R，注册资本2500万元)，天津市长芦新材料研究院有限公司因合并而注销，天津市长芦化工新材料有限公司存续。合并后天津市长芦化工新材料有限公司的注册资本为12500万元。自本公告之日起45日内，债权人可要求合并双方清偿债务或者提供相应的担保。特此公告。
天津市长芦化工新材料有限公司
联系人：张志君 13752331269
天津市长芦新材料研究院有限公司
联系人：张志君 13752331269