如何远离颈动脉狭窄？

记者 宋伟 刘晶

颈动脉狭窄，是作为血液由心脏通向脑和头等部位的主要血管的颈动脉，出现狭窄的症状。颈动脉狭窄多是由于颈动脉的粥样斑块导致的颈动脉管腔的狭窄，其发病率较高，在60岁以上人群中患颈动脉狭窄者约占9%，多发生于颈总动脉分叉和颈内动脉起始段。有些狭窄性病变甚至可能逐渐发展至完全闭塞性病变。颈动脉狭窄可以通过药物控制或外科手术治疗。

那么，如何预防及治疗该类疾病？为此，我们采访了延安市人民医院手术麻醉科主治医师马慧。

颈动脉狭窄有哪些症状

颈动脉狭窄作为颈总动脉和颈内动脉的狭窄和闭塞的一种疾病，如同交通要道开始出现堵车的现象，这个病因在医学上被称为“动脉粥样硬化”。

马慧说，无症状性颈动脉狭窄的患者只有轻微头痛或头晕的情况。在早期大多没有什么症状，偶尔可能会有突然出现的头晕头痛、四肢麻木、短暂性失明，或者舌头不听使唤无法讲话之类的症状。这些症状大多很快就会消失，大部分患者在数分钟内即可恢复，因此比较不容易引起注意。

然而，有症状性颈动脉狭窄，是指既往6个月内发生如下一种或几种症状的情况：一是短暂性脑缺血发作；二是过性黑矇，指突发性视力丧失，时间持续几秒至数小时不等，这是颈动脉狭窄的特征性症状；三是由患侧颅内血管导致的轻度卒中、非致残性卒中。一旦出现如上症状，无论是轻微抑或是严重，必须引起大家的高度重视，接着做到配合医生进行检查。

颈动脉狭窄怎么治

颈动脉内膜剥脱术是预防脑卒中、降低死亡率的有效方法，同时也是治疗颈动脉狭窄的最经典的手术。手术的关键步骤是阻断颈总动脉，术中阻断和开放颈总动脉时，如何保证相适应的脑灌注压是手术成功的关键。

在我国，由于这类患者存在脑缺血的风险，且大多数为高龄，常伴有冠心病、高血压、糖尿病等疾病，其围手术期致残和死亡率可高达5%，所以颈动脉内膜剥脱术的麻醉对麻醉医师来讲是一项挑战，因此优化的麻醉管理对患者预后至关重要。

马慧说，延安市人民医院通过不断优化麻醉方案，为医院颈动脉剥脱术保驾护航，患者预后良好，无麻醉相关并发症发生，赢得了患者、患者家属和外科医生的一致好评。

如何预防

颈动脉狭窄主要与动脉粥样硬化有关，动脉粥样硬化表现为斑块形成和动脉管壁增厚变硬、失去弹性。不稳定斑块微栓脱落，碎屑脱落后，斑块内胶原等促使血栓形成，斑块增大，引起管腔内绝对狭窄，导致远端缺血。动脉壁结构破坏致颈动脉夹层或内膜下血肿形成等，造成血管狭窄甚至闭塞。

颈总动脉狭窄重在预防，马慧提醒大家：一是适量饮食，戒烟戒酒，控制高脂肪高糖食物的大量摄入；二是坚持有氧运动；三是注意多喝水，降低血液粘稠度。在生活中做好这3件事，清理血液垃圾、减少斑块形成、远离颈动脉狭窄危险，值得告诉你身边每一位朋友。

聚焦 健康

用心用情守护母婴健康

通讯员 高延芳 记者 宋伟 刘晶

最近疫情防控政策调整，随着新冠阳性患者的不断增多，对于孕产妇这一特殊群体来说需要得到更多更好的照护。延安市妇女儿童医院相互扶持，携手并进，舍小家，顾大家，坚持战斗在一线，展现了白衣战士的勇毅与担当，同心并力，守护着母婴安全。

该院产科作为全国首批分娩镇痛试点医院、西北产科联盟、陕西省急危重孕产妇省市县三级网络云平台、医院重点发展科室、市级重点专科及工人先锋号，始终冲锋在前，克服困难，坚持战斗。虽然只有医护人员26人，开设床位46张，但是分工明确，各司其职。住院部设有母婴同室病房、ICU重症监护室、新生儿疾病筛查采血室、新生儿洗澡间、配奶室等；产房设有待产室，分娩室，导乐分娩室、隔离待产室、隔离分娩室；门诊设有产前检查门诊、高危妊娠门诊、营养门诊、围产监护中心、氧疗中心等，配有心电监护仪、呼吸机、新生儿辐射台、新生儿氧饱和仪、胎儿监护仪、脐血流监测仪、高危妊娠监测仪、营养分析仪、气压治疗仪、微波治疗仪等先进仪器，为母婴健康平安提供技术保障。

疫情放开以来，前来生产的产妇源源不断，产科副主任医师吴丽莉，放弃照顾老人、儿女，十多天24小时住在科室，坚守在工作岗位上；像吴丽莉一样放弃照顾儿女老人的大夫还有樊延霞、姜黎黎、赵欢、段雪梅、刘曌等，而陈晓珍、汪焕、朱金娥、崔丽丽、薛惠文、尹茹、李翠琴、呼康珍、王婷室等则带病坚守岗位。

随着疫情防控优化措施“二十条”和“新十条”相继出台，疫情防控进入新阶段，面对疫情防控新形势新任务，延安市妇女儿童医院儿科全体医护人员积极响应医院号召，闻令而动，主动作为，投身到发热门诊、普通门诊、住院部等岗位，全力保障儿童健康安全。

越来越多的人群受到感染，儿童作为弱势群体更不能幸免，2022年12月份初至今，发热患儿每天都是络绎不绝，病房里除了孩童哭闹的声音，还多了几分医护人员因疼痛而隐忍的小声哭泣声。“已经有大约2/3的儿科医护受到了感染，大家都在带病上岗，看到自己科室的人员一个个忍受着身体疼痛照顾患儿，我很心疼……”儿科主任谷玉龙说。西安第四医院的帮扶专家牛彦鹏从2021年11月到延安以后，积极开展新技术新业务，特别是特殊新生儿的救治方面，如早产儿、新生儿高胆红素血症、新生儿肺炎、新生儿低血糖、窒息等，他特别注重呼吸机在救治中的理论与实践指导，刚到延安就成功救治了35周的早产儿和双胞胎早产儿。为了防止感染新冠，他们只在公寓、科室、餐厅三点一线，由于工作紧张，密集上班，还是阳了，直到坚持到不能上班才去休息。

儿科医生高丹2022年12月23日出现发热、全身酸痛症状，她心里咯噔一下，想着应该是中招阳了。第二天又是她值班，早晨来到单位，匆匆忙忙检查了抗原，果不其然结果显示阳性。考虑到因病痛倒下的同事太多，她就一直没有请假，发着高烧，忍着疼痛，在做好防护措施的情况下继续坚持上班。为了不传染给其他人，她查完阳性病人后，自己待在值班室降温。12月25日凌晨1时，病区来了一个重度喉梗阻的患儿，面色苍白，哭时无声，口周发绀，呼吸困难，心率快，三凹征阳性，氧饱和度仅有70%，患儿父亲是新冠病毒感染者。因情况紧急，家属直接将孩子抱到儿科病区，高丹医师迅速识别出孩子病症，给予吸氧、雾化、退热、减轻气道梗阻治疗后，孩子的症状逐渐缓解。护士王妮和杨春洁虽然还未感染，仍不惧危险，做完基本护理工作后，给孩子物理降温、喂水、哄孩子减少哭闹。抢救完已经是凌晨5时多了，迎来了黎明的曙光。

2022年12月25日下午儿科医师吴娟娟也出现发热、全身酸痛、乏力的表现。接班时，她笑着给同事们说，“请你们离我保持2米距离，我可能也中招了。”然后就开始一天的日常诊疗工作。到了下午，她的体温已经达到39.8℃。身体的疼痛也越来越明显，那种深入骨髓的疼痛让这个女汉子也撑不住了，在办公室小声哭泣起来。想到自己的儿子还在发着烧没人照顾，她有一种很无助的感觉。“吴大夫，3床38.6℃。”“好的，马上来。”擦干眼泪，她拖着疲惫的身体，又去照顾病人去了。高烧了3天，终于退热了，紧接着就是鼻塞、流涕、剧烈咳嗽、乏力，但吴娟娟仍没有请假，坚持着值完一个又一个班，护士忍不住问她：“吴大夫实在坚持不下去就回家吧。”吴娟娟说：“咱们只有3个人倒班，我倒下了他们怎么办呀？还有这么多孩子需要照顾呢?!”

李超大夫从医院成立发热门诊，就被抽调到去值班了，作为儿科专业医师，他的任务也很艰巨。经历了几次核酸混管阳性，单检阴性后，大家都开玩笑说他是打不死的小强。经过多次接诊阳性病人及夜班劳累后，他也发起了高烧，就这样仍坚持上完夜班后才休息。临走时，他还主动给领导说：“等我好一点了，马上投入工作。”

这样的故事在护理团队里也有很多，儿科护理组长张艳和温敏面对隔离病房的看护，总是冲锋向前。张艳说道：“疫情防控期间，我去咸阳支援了3个月，我能更好地保护自己，有什么危险让我去。”温敏说：“隔离病房你们都别去了，我一个人去，减少感染的几率。”护士张静一直有慢性咳嗽病史，戴着口罩和面屏工作后，咳嗽的症状越来越重，她每天做完护理工作，痉挛性的咳嗽声都会响彻整个楼道，喝完水后她笑着说：“以后可能就要抱着保温杯过日子了。”护士刘雪妮已经怀孕3个多月了，仍然穿梭在各个病房，不畏艰险，主动要求护理隔离病房病人。2022年12月28日下午，护士张嘉瑞和张冯楠，先后出现高热，仍坚持着完成了护理工作后，才回到家……

作为抵御儿童新冠的主力军，医护人员始终迎难而上，党员冲锋向前。西安第四医院帮扶专家妇产科专家王恒始终坚守在岗位，儿科主任谷玉龙随时准备上火线，哪个关口倒下就补到哪里。谷玉龙主任和梁宁护士长拖着病痛仍精心安排科室工作，部署科室任务，保障科室运转。儿科副主任刘军艳坚守普通门诊，即便发热也坚持完成工作，儿科医师田艳华和封雯雯积极帮助生病同事，尽量让大家多休息，早日康复。

武汉抗疫英雄、疫苗接种站护士长蒋廷婵这次仍然义无反顾冲在前面。她告诉记者，延安市妇女儿童医院新冠疫苗临时接种点，有工作人员6人，自2021年1月起承担我市第一、二剂及第一剂、第二剂新冠疫苗加强针的接种工作。2022年12月20以来，随着新冠疫情的放开，科室2名人员阳性，1人因病请假，科室仅剩3人在岗。12月25日，我市第二剂加强针接种工作正式开启，接种量的骤然加大与工作人员减少之间的矛盾突显。虽然如此，该院医护人员依然坚守岗位，尽最大努力保障接种工作的顺利，5天时间接种1200多人次。两年来共接种71332人次。

他们的岗位很平凡，他们也是万千普通人中的一个，但身为医者，他们始终不忘当初救死扶伤、生命至上的誓言。民有呼，“医”有应，冲在一线，坚守一线，在保障孕产妇和儿童健康的道路上坚韧前行，践行着延安市妇女儿童医院人的使命和担当。

医疗前沿
延安大学附属医院

使命在肩 勇往直前

——延大附院心脑血管病医院心血管病中心护士抗疫小记

通讯员 孙红梅 冯晓延

疫情防控进入新阶段，面对传染力迅速的新型冠状病毒感染，医务工作者面临更艰巨的考验。延大附院心脑血管病医院心血管病中心医护人员因感染大幅减员，面对当前形势紧迫任务繁重的医疗环境，这将又是一场艰苦卓绝的战疫。

冠心病一病区高珍，一个瘦瘦小小的姑娘，是科室第一批“小阳人”，在随后科室人员陆续被新型冠状病毒感染的情况下，她拖着被病毒感染的身体，勇敢地站了出来。护士长再三询问她身体恢复的情况，她说：“没关系，现在被感染也有4天了，家里的小孩也有人照顾，不管哪个岗位，我都可以。”此时此刻，普普通通的几句话，让同事们热泪盈眶。当天晚上，高珍护士本身就发着高烧，为了不给患者传染，做了双倍防护的她，强忍着高烧带来的虚弱及防护的不适，上了一个大夜班，一直坚持到第二天早晨交班。

心血管病中心像高珍一样勇敢的护士还有很多。比如：冠心病一病区常婷护士、怀孕七个多月的董香婷护士、冠心病二病区贾娜护士、心律科张霞护士、高血压心衰科袁瑞霞护士，他们都是在被感染两三天、还未恢复的情况下，依然冲锋到前线，不顾自己的身体连续值班，他们始终牢记着自己的职责与使命，守望相助，默默无闻地努力工作、对抗疫情。

一个个小故事，讲述着责任和心酸，讲述着无畏和无惧，她们恪守着南丁格尔誓言，是当代的巾帼英雄，是新时代最可爱的人。这场战疫还未结束，我们仍需负重前行，渴望社会所有人对医护人员多些理解、少些埋怨。相信春暖花开之时疫情可以退去，大地可以恢复如初。

关爱新生儿 全力筑防线

通讯员 郝莉霞 姜泓

又是岁末年初，随着疫情防控政策的调整，新冠病毒感染病例上升迅速。在当前疫情的特殊时期，面对新生儿宝宝这样一个特殊的群体，延大附院新生儿科医护团队日夜坚守，对小小患者们给予格外细心和专业的照护，集全科之力，与全院多部门团结协作，构筑起一道道严密的防线，全力保障新生儿的生命安全。

为了应对阳性患者入院带来的压力和挑战，新生儿科管理小组多次召开会议，拿出几套方案反复论证，再次调整科室布局，优化收治流程。在原有过渡病房的基础上，留出阳性患儿救治病房，最大限度地合理排班，保证社会层面开放后医疗工作的正常运转；制定符合实际的新冠肺炎阳性患者收治流程，组织全科人员应急演练，熟悉掌握新冠病毒感染的临床症状和流行病学史及报告流程，落实消毒隔离措施。所有医生、护士和保洁人员均接受了严格的感控培训，在反复演练考核合格后上岗工作，确保大家的防护安全。

在奥密克戎病毒最为肆虐的时期，很多新生儿也不幸感染。新生儿起病隐匿，病情变化快，每天都不断地有确诊患儿入院。他们有的从医院产科出生后直接入住新生儿科，有的辗转多家医院最终来到这里，更多的则是从周边医院紧急转入。

延大附院新生儿科作为全市危重新生儿救治中心，全力保障危重新生儿救治通道畅通，接诊来自我市各县（市、区）及榆林周边地区的危重新生儿，首批收治的新冠病毒感染患儿已有2例痊愈出院。

除了积极治疗阳性患者，还要对非新冠病毒的疑难危重患儿及时诊治，病房也进行了周密安排和部署，确保NICU、新生儿室都能给予诊治。所有科室医护人员，没有一个人退缩，都继续留在临床一线工作，践行医者的初心和使命。

科室除了要接受来自各县（市、区）的危重、可疑阳性患者，还要在每位阳性孕妇分娩现场，由新生儿医生保驾护航，同时承担儿科门诊、发热门诊、产科会诊与家属沟通等接触阳性感染者的工作。在高强度、连轴转的工作状态下，科室工作人员陆续感染，很多同事在尚未完全恢复情况下主动投身科室的高负荷运转。他们有的病倒了，歇一会儿，再上岗；有的正在生病，坚持着，等待轮休；有的康复了，立刻返岗，守望相助。

大家坚信，在疫情面前，一个人的力量是有限的，但全科室、全院人员汇聚起来，就能形成战胜一切艰难险阻的强大合力，铸就了关爱新生儿生命和保护其家庭安全的坚强后盾。

大医精诚
延安市人民医院
YAN'AN PEOPLE'S HOSPITAL

奋力坚守，只为母婴平安

通讯员 吴晓娇

疫情特殊时期，能够平安顺利分娩，无疑让所有的孕妈妈们都如释重负，让之前的紧张焦虑都变为欢喜与感恩，而这都是市人民医院中心产房医护人员不分昼夜地坚守和防护服下衣衫湿透换来的。

2022年12月20日，中心产房护士长王菲菲核酸检测阳性，随即而来的发热发冷、浑身酸痛可以说是痛不欲生，即使睡在床上吃了止痛片也不由得发出呻吟。12月23日，副护士长申宇感染，紧接着24日和25日共有9人感染，至此科室一共12人，只有张宝艳一人没有感染。而作为护士长又是科室最早感染的人员，王菲菲只能拖着虚弱的身体加入到科室的战斗。

可是后面几天的工作如何开展？产妇的安全如何保障？王菲菲心里一点底都没有，怎么办呢？产房工作了24年，护士长当了13年，王菲菲第一次感到如此无助。这时马荣荣打来电话：“护士长，只要我明天能爬起来，明天的白班我来上。”郝楠也发来消息：“王老师，明天我再坚持一个白班看看。”张宝艳说：“王老师，我听你安排。”此时此刻，王菲菲的眼泪情不自禁地涌了出来，这些可敬可爱的同事，让她看到了更多的希望，感到无比温暖。

12月27日，王菲菲向李晖院长汇报工作，考虑到产房当前的困难情况，李晖院长高度重视，积极协调区妇幼、甘泉县医院两名医护人员过来帮忙，至此中心产房有了6名医护人员。“在李院长的全力帮助下，科室人员短缺问题解决了，粮草充足了，我一下子就有了底气。”王菲菲说，再加上护理部贺秀丽主任、医务科苗强科长帮忙解决了一些问题，科室终于能正常运转。

然而正当以为一切步入正轨的时候，却又出现突发状况。王菲菲上班到下午2时，就感觉憋得难受，心电监护显示心率91次/分，血氧饱和度93，赶紧吸氧躺了一会才稍微缓解。而接到任务来上班的万娜娜也出现了症状，难受得僵着身体坚持完一天的工作，那几天产妇还特别多，上夜班的徐高霞离开产房已经10多年了，与她搭档的刘娜是从区妇幼保健院来帮忙的，这个时刻安全问题最头疼，必须保证产妇安全分娩。王菲菲耐心指导她们写病历、产妇观察2小时注意事项等工作，看着她们拿着小本本认真记录的样子，王菲菲告诉自己不能倒下，必须坚持住。

19时30分王菲菲从科室回家的时候，产房已经没有病人了，回到家就收到副护士长申宇的微信：“王老师，我明天去上班，你再休息一下。”只休息了一天的郝楠又主动打来电话：“王老师，你身体不好，我明天和申老师上班，你再休息一天。”王菲菲的眼泪又一次蓄满了眼眶，23时询问完上夜班的区妇幼刘娜科室情况，她就不知不觉地进入梦乡。28日在家休息了一天，29日王菲菲又上了一天白班。晚上刚回到家就收到了上夜班朱甜甜的电话：“王老师，16床宫颈裂伤特别严重，徐老师想让你下来看看。”王菲菲立刻更换衣服来到科室查看情况，等到处理完病人回到家已是23时40分，看到大家纷纷发来微信：“王老师，我可以回来上班了。”至此，科室的工作逐步恢复。12月25日至29日，中心产房分娩25人，配合病区剖宫产22人，母婴全部平安。

病毒，阻隔不了新生的希望。每一个新生命诞生的背后，都有一份产科医护人员践行生命至上的职业理念和医者仁心的高尚情怀。这群在疫情袭扰下依然坚守岗位的医务工作者，用他们的医者仁心、无私爱心和无畏决心，全力保障每一位孕产妇的生命安全和身体健康。

撑起战疫半边天

通讯员 陈琪璐

穿上防护服，她们挑战着身体的极限；走进病房，她们是患者坚强的后盾；冲锋在抗疫一线，她们守护人民生命安全。她们是父母、是儿女、是妻子，也是茫茫人海里的普通人，但她们用执着和坚韧撑起了北京大学第三医院延安分院（延安市中医医院）战疫的半边天。

2022年12月4日上午，延安市中医医院隔离病区启用，该院数名医护人员主动请缨前往隔离病区工作，他们顾不上送来的午餐，带上笤帚、抹布、水桶、消毒液等清洁用品，迅速前往隔离病区，投入到隔离病区启用前的准备工作中，累了困了就在椅子上靠会儿，然后继续投入到工作中。

当日，医院就接收了首批转来的新冠病毒感染患者，接到任务的护理人员第一时间进驻病区，每日穿上厚重的防护衣和防护用品战斗在一线，进行核酸采样、环境消杀工作，叮嘱疫情防控注意事项、强调戴口罩重要性、密切观察患者病情变化并进行心理疏导，对特殊患者做到心中有数，认真执行医疗救治及院感防控工作。她们，是医院众多战斗在一线医护人员的缩影。

随着国家疫情防控政策的优化，大批患者涌入医院，临床一线压力骤增。综合内科病区完成筹备正式接诊，短短一天入住患者44人，行气管插管呼吸机辅助、控制呼吸3人，病重5人，病危11人，转入重症医学科2人。王东艳护长、杨华护长24小时坚守科室，杨萌护长、雷婷羽护长带病在岗，李晓护长、姬小静护长更是彻夜穿梭于病房，保障护理安全。在这危急的时刻，该院的每一位护士，没有退缩，毫无怨言地冲在第一线，护理人员工作时长都在12小时以上。“所有人拼尽全力与病魔较量，我为有这样勇敢的护理团队而骄傲。”护理部主任刘晓梅说。

护佑百姓健康，延安市中医医院的护理团队毅然踏着荆棘前行，在猝不及防的生死考验前，奋不顾身地坚守和执着拼搏托起患者生的希望。

仁爱创新
北医三院延安分院