

吹空调熬夜打游戏 小伙一觉醒来面瘫了

近日,宁波18岁的陈同学经历了一场惊心动魄的“噩梦”:刚结束高考,没日没夜吹空调熬夜打游戏的他,一觉睡醒不仅嘴巴歪了,左眼也闭不起来。越想越害怕的陈同学赶紧给爸妈打电话,匆忙赶来的家长火速将他送进医院。医生一查:单侧面部神经炎,也就是俗称的面瘫。大家常在夏天看到“吹空调导致面瘫”的相关新闻报道。那么,面瘫是吹空调导致的吗?不慎中招后会留下后遗症吗?吹空调只是诱发因素不是直接因素,过度疲劳、熬夜并长时间对着面部吹风,都是面瘫比较常见的诱因。

什么是面瘫?

面瘫,又叫面神经炎,俗称面神经麻痹(即面神经瘫痪)、歪嘴巴、吊线风,中医称为口眼歪斜。是一种以面部表情肌群运动功能障碍为主要特征的常见病,多发病,不受年龄限制。

面神经主要控制面部表情肌肉的运动,舌前部2/3的味觉,外耳道的感觉,以及泪腺、唾液腺的分泌功能。人体左右对称,面神经也是左右各有一支,各管一边。当一侧面神经因各种原因而丧失功能时,就会出现单侧面部表情肌不能收缩,额纹(抬头纹)消失、眼睑下垂但不能闭紧眼睛、鼻唇沟消失或变浅、口角下垂等面瘫的表现。

面瘫还会引起同侧的眼泪分泌减少,导致眼干,还可能引起外耳道疼痛,一侧舌头味觉消失或减弱,唾液分泌减少等,由于口腔内还有对侧面神经起作用,因此口腔内症状通常不明显。

为什么会面瘫?

引起面瘫的原因有很多,面神经受到寒冷、感染、挤压等刺激损伤后,导致面部缺血、水肿、肌肉麻痹,失去知觉,出现面瘫的症状。既然吹空调只是导致面瘫的诱因,那真正引起面瘫的原因是什么呢?大致分为以下几类:

1. 感染性疾病,多由潜伏在面神经感觉神经节病毒被激活引起,例如HIV。
2. 先天性疾病,例如梅洛综合征、先天性面神经核发育不全等。
3. 某些特发性疾病,例如贝尔麻痹。
4. 代谢性疾病,例如糖尿病、维生素缺乏。
5. 肿瘤疾病,例如腮腺瘤。
6. 神经源性疾病,例如卒中。
7. 中毒,例如一氧化碳中毒、酒精中毒、长期接触有毒物。
8. 医源性因素,例如手术引发面瘫。

面瘫有哪些症状?

相当于40度的“酒” 5类人不能喝藿香正气水

进入伏天,高温与高湿并行,中暑的风险大大增加,藿香正气水也成了抢手药。但在医生看来,藿香正气水含有酒精,并非所有人适合,乱服还可能加重中暑症状。重庆医科大学附属儿童医院急诊科副主任医师李少军告诉你藿香正气水到底怎么用。

藿香正气水,40度的“酒”

李少军表示,藿香正气水中酒精比例达40%~50%,近似于四五十度的白酒。为什么要加酒精?因为藿香正气水里是一些温性的药,需要用酒精去做溶剂,促进药物溶解。中医认为,酒精也是辛温之物,有助促进药效发挥。

5类人不适合喝藿香正气水

藿香正气水酒精浓度颇高,药效比较迅

面瘫可分为中枢性面瘫和周围性面瘫两种,临床症状有所不同。

1. 中枢性面瘫 指面神经核上方神经纤维受损,造成病灶对侧裂裂下方的表情肌瘫痪。常见表现:口角歪斜、说话漏风、鼻唇沟变浅、不能鼓腮等,但不伴有额纹减少或消失、闭眼不全、不能皱眉等表现。面瘫程度比较轻,恢复速度快。

2. 周围性面瘫 指面神经核或核下神经纤维受损,造成病灶同侧上、下全部表情肌瘫痪。常见表现:口角歪斜、流口水、额纹减少或消失,面部部分功能丧失,比如闭不上眼睛、不能做皱额、鼓腮、噘嘴等动作。面瘫程度比较重,恢复速度比较慢。如果出现以上症状,可到医院做头颅CT、肌电图等检查,明确诊断。

面瘫如何防治?

面瘫的发展包括5个阶段:急性期(发作7~10天内)、静止期(发作20天内)、恢复期(发作20~90天内)、不完全恢复期(发作3个月之后)和后遗症期(6个月)。不同时期,对应的治疗方法也不同。因此,面瘫一定要“早发现早治疗”,一旦发现有以上症状,应当及时就医进行治疗。

作为中医治疗的一个优势病种,面瘫的治疗手段非常丰富,包括针灸、放血、耳穴压豆、拔罐等一系列外治方法。当然,所有方法的实施前提都是辨证施治,根据感受证型的不同,选择合适的治疗方法。为了避免留下后遗症,在就医用药的同时,还应进行一些日常护理:

- 进行面部按摩。促进面部血液循环,预防面部肌肉萎缩。
- 进行功能锻炼。可以自己对着镜子进行抬眉、皱眉、耸肩、闭眼、吹口哨、鼓腮等动作。
- 注意面部保暖。外出戴口罩、温水洗脸、避免直吹冷风等。同时还可以用热毛巾敷脸,促进面部血液循环加快恢复。
- 保证充足的睡眠和休息。

据人民网

猛,李少军提醒以下几类人不适合使用:

1. 老人、孕妇、幼儿等体质较弱者;
2. 对酒精过敏、驾车、高空作业者;
3. 不宜与滋补类中成药同时服用;
4. 高血压、心脏病、糖尿病患者用藿香正气类药物应咨询医生;
5. 正在服用头孢类药物的人,要避免喝藿香正气水,以免发生双硫仑样反应,导致心率加快、呼吸困难,甚至休克。

防中暑真正有效的方法

李少军表示,预防中暑不能靠藿香正气水,以下几个方法能有效防暑:

1. 多次少量补水
2. 重视散热降温
3. 老人不要怕开空调
4. 运动量力而行
5. 户外不推荐长时间戴帽子。

据《生命时报》



出现这11种症状 警惕脑卒中搞事情

大家习惯性认为,冬季是心脑血管病的高发季。其实,盛夏天气炎热照样不能放松警惕。今天,医生就总结11个脑卒中前可能出现身体预警信号,帮助大家及早识别,尽快就医。

高温与脑卒中密切相关

北京持续高温天气,由于室内外温差大、大量出汗后补充水分不及时、情绪波动等原因,尤其是高龄、合并心脑血管慢性疾病的患者,也极易罹患脑卒中。

多项研究表明,高温天气和脑卒中的发生发展有着密切的联系,特别是高血压、糖尿病、房颤、高血脂、动脉硬化的患者在高温季节要坚持规范用药,控制好各项指标,以预防脑卒中。

及时医治 可增加恢复机会

脑卒中是世界范围内成人死亡和致残的主要原因,每年发病率达150/10万-300/10万。在中国,每年有超过1/3的脑卒中患者因残疾导致生活不能自理,且每年治疗脑卒中的费用高达100亿元,给国家和个人造成巨大的经济负担。

时间就是大脑,时间就是生命,及时发现卒中的早期症状极其重要,越早发现,越早治疗,效果也就越好。患者在发病后立即送达有救治能力的医院或卒中中心单位,得到规范的治疗,可增加恢复的机会,最大限度避免残疾的发生,提高生活质量。

这11个身体信号别忽视

下面这些都是脑卒中的前期症状,一起来看一下吧。

肢体乏力 单侧肢体短暂无力,活动肢体时感到力不从心、走路不稳似醉酒样、肢体动作不协调或突然失去控制数分钟,同时伴有肢体感觉减退和麻木。

鼻出血 中老年人鼻出血是高血压病人即将发生中风的警报。经医学观察,排除外伤、炎症因素,高血压病人在反复鼻出血后1-6个月,约有50%的病人发生脑溢血。鼻出血不少是由血压不稳定引起的,不加预防则会增加中风的机会,因此不能麻痹大意。

眩晕 突然自觉头晕目

眩,周围物件都在旋转,几秒钟后便恢复常态,可能是短暂性脑缺血发作,俗称“小中风”,应及时去医院诊治,防止中风发生。

单眼突然发黑 一只眼睛突然发黑,看不见东西,几秒钟或几十秒钟后便完全恢复正常,医学上称单眼一次性黑朦,是因为脑缺血引起视网膜缺血所致,是中风的又一信号。

哈欠不断 人在疲倦、睡眠不足等情况下打哈欠是正常的。如果没有以上原因存在的情况下,哈欠连天,这可能是由于动脉硬化日趋严重,血管内径越来越小,引起脑组织慢性缺血缺氧。据临床报告,中风病人有80%在发病前5-10天哈欠不断。所以哈欠不断者,不可大意!

呛咳 据临床观察,少数中风患者早期可能出现喝水或进食时偶尔呛咳,这是因为脑缺血引起吞咽神经核受损,导致咽部感觉丧失,使食物或水误入气管所致。研究表明,这种麻痹很可能是中风的先兆,若及早给予脑血管扩张药及溶栓药,不仅有利于治疗吞咽麻痹,还可能预防中风猝发。

手指麻木 手指麻木的异常感觉,在许多疾病中都可出现,如颈椎病、糖尿病。虽然手指麻木不一定会中风,但对于年龄在40岁以上的中年人来说,如果经常伴有头痛、眩晕、头重脚轻、舌头发胀等症状,且有高血压、高血脂、糖尿病或动脉硬化等疾病史时,应多加以注意,警惕中风发生。

说话吐字不清 脑供血不足使掌管人体运动功能的神经失灵,常见症状之一是突然说话不灵或吐字不清,甚至不会说话,但持续时间短,最长不超过24小时,应引起重视。

原因不明跌倒 由于脑血管硬化,引起脑缺血,运动神经失灵,而容易发生跌倒,也是一种中风先兆症状,应及时请医生诊治。

嗜睡 中老年人一旦出现原因不明困倦嗜睡现象,一定要高度重视,很可能是缺血性中风的先兆。据医学观察,大约有75.2%的人在中风前有嗜睡症状。嗜睡者大多在半年内发生中风。这是出现最早的中风先兆,更有预防意义。

精神状态发生变化 性格一反常态,如变得沉默寡言,或多语急躁,或出现短暂智力衰退,均与脑缺血有关,可能是中风先兆。据《北京青年报》