

本报专访

加倍服安眠药

■门诊新闻

大爷差点一觉不醒

75岁的洪大爷经常失眠，一直按医生的指导服用安眠药。近日，他因痛风发作三四天，一直没睡好，实在受不了，就把服用的安眠药药量翻倍了，想睡个好觉，没想到差点睡了过去。被湖南省人民医院抢救过来的洪大爷现在想起来，还后怕不已。

据洪大爷的家人介绍，洪大爷作息一直很有规律。那天早上，洪大爷没像往常一样早起，家人10点回家时，发现洪大爷还没起床，便上前叫醒老人，谁知老人不但叫不醒，摇晃也没反应，这才赶紧将其送来该院。“幸好送来及时。”该院神经内科副主任医师谢春说，当时老人服药过量，已经完全失去了意识。

因服用安眠药过量导致昏睡不醒的病例时有发生。谢春强调，安眠药服用一段时间后

容易产生耐药性，需要加大剂量才能达到效果。用药必须遵循从低剂量开始的原则，同时还要结合病情严重程度及自身体质，选择适合自己的用药规格。如果要加大剂量，一定要咨询医生再进行调整，找到一个最佳的治疗剂量，既能控制失眠，又能避免不良反应。

患上失眠后，怎样才能克服呢？谢春介绍，失眠是全球性的问题，要正确对待失眠，不要有不良的心理暗示，能睡多久就睡多久，顺其自然是关键。如果有失眠困扰，可以试试这三步法：

第一步，查找失眠的原因，然后对症治疗。避免过度疲劳，及时治疗身体上的种种不适。多进行一些体育锻炼和室外活动，如每晚睡前散散步、听听音乐，可使内心宁静，情绪稳定。

第二步，要改变那些不利

于睡眠的生活习惯，如饮酒、饮咖啡、喝浓茶、晚睡等，避免睡前过度兴奋。

第三步，注意睡眠环境的改善。尽量避免在吵闹、脏乱、强光的环境中睡觉。

谢春提醒，老年人睡眠障碍的问题非常普遍。人们常常误以为失眠是老化的正常过程，其实不然。老年人睡眠变差与躯体状况变差、社会心理应激因素增加、睡眠障碍增多等因素相关，失眠往往是在提示老年人，其生理、心理等方面正在出现问题。例如，脑卒中患者中失眠的占57.9%。因此，有失眠困扰的三高人群以及40岁以上的中年人在每年的体检中最好增加专门的脑卒中筛查，因为脑卒中具有极高的发病率、致残率和死亡率，而睡眠障碍是卒中后焦虑抑郁的常见症状。

通讯员 周蓉荣

膀胱内长满肿瘤 小肠再造新膀胱

本报讯（通讯员 张维夏 郑珏）没有开刀创面，没有大量出血，仅在肚子上打三到四个孔就能将膀胱癌患者病变膀胱切掉，并再造新的膀胱。近日，湖南省人民医院马王堆院区泌尿四科为李大爷进行了这一难度极高的腹腔镜下膀胱癌根治术，并用一段小肠为其再造了新膀胱。

半个月前，69岁的李大爷因右输尿管癌术后复发再次入院。该院泌尿四科主任杨科检查发现李大爷的膀胱几乎长满了肿瘤，需进行膀胱癌根治手术。经过半个月调理，李大爷身体达到手术指征后，以杨科为首的医疗团队即为其进行了腹腔镜膀胱癌根治术+回肠输出道手术。手术一改以往再造膀胱需拦腰一刀体外造膀胱的术式，只在肚皮上打三到四个0.5厘米-1厘米的小孔，隔着肚皮就能将整个膀胱切除、清除盆腔淋巴结。最后，还截取其一段肠管，为他再造了一个新的膀胱，让尿液通过肠道引出体外。

女子夜间频中风 胰岛细胞瘤作怪

本报讯（通讯员 肖潇）32岁的刘女士最近半年来一直出现反复夜间发作性一侧肢体抽搐后瘫痪无力、意识朦胧甚至浅昏迷，每次3-5小时后自行缓解恢复正常。

近日，湖南省第二人民医院神经内科主任李振光为刘女士进行的同步视频脑电图显示，全脑慢波活动夹杂尖棘波、尖棘慢复合波。同期的血糖明显偏低，胰腺CT提示胰体及胰尾部2个结节。经该院多学科专家综合讨论会诊分析后，确诊引起刘女士反复夜间“卒中”样、“癫痫”样发作的祸根为“多发胰岛细胞瘤”。

李振光解释，胰岛β细胞瘤由于其能持续性分泌胰岛素，使血糖下降，而表现为脑功能障碍及交感神经、肾上腺髓质兴奋症状，常有精神、行为异常、癫痫样发作、昏迷等表现，临床易误诊为脑血管病、癫痫、癔病、精神分裂症、脑炎等。

老人一次常规体检 意外发现恶性肿瘤

本报讯（通讯员 潘麒 杨艳）家住长沙市岳麓区的王奶奶今年65岁，平时能吃能睡，还经常打打麻将跳跳舞。不久前，在家人的劝说下，王奶奶在湖南省胸科医院健康管理中心进行了一次常规体检，却意外检出患上滤泡性淋巴瘤。

在体检时，医生发现王奶奶的左侧颈前区扪及到4×3×2厘米的肿块，无压痛、质地中等、活动度尚可，通过问诊得知，王奶奶没有任何不适，不痛不痒，因为身材肥胖，外观上谁也看不出颈部有异常。进一步做颈部B超检查，提示左颈前区可见40×30毫米低回声结节，皮髓质分界不清，血流类型不正常，这种情况有淋巴瘤的可能性，医生建议马上做个穿刺活检以便确诊，报告结果提示为滤泡性淋巴瘤。

“滤泡性淋巴瘤属于非霍奇金淋巴瘤，是对化疗和放疗最有效的恶性肿瘤之一，大多数患者没有发热、盗汗或者体重减轻等不适表现，因此容易被忽视。”该院健康管理中心主任张煌杰介绍，此类肿瘤提高患者生存率的关键就是——早发现、早治疗。

妇幼保健上门服务

为保障“全面两孩”政策顺利实施，促进人口均衡发展，提升孕产妇健康管理水平，近日，娄底涟源市通过开展上门指导，高危孕产妇建档，定时随访等方式，不断强化工作措施，全面提升服务水平，有效保障全市妇女儿童健康。图为该市古塘乡妇幼保健人员深入产妇家中指导产后恢复。

通讯员 张治国 肖新洪 摄影报道



以为老胃病 一查早期癌

本报讯（通讯员 陈双 夏冰心）株洲的张先生不久前来长沙游玩时出现腹部不适，以为是老胃病发作了，于是来到湖南中医药大学第一附属医院，准备开点胃药吃。医生为张先生做胃镜后发现，其一直以为的“老胃病”竟是早期胃癌。

因为发现及时，该院普外微创外科副教授吴洋鹏给张先生做了内镜手术，将病变部位切除。手术完成后，张先生多次复查，结果都显示正常。

吴洋鹏提醒，预防胃癌的发生，一定要留心观察其早期症状。上消化道症状患者常有上腹部不适、心窝部隐痛、餐后饱胀感等。随着肿瘤的发展，上腹部疼痛逐渐加重、食欲不振、消瘦、乏力，甚至因癌灶浸润胃周围血管引起消化道出血。胃癌一旦发生到晚期，会发生幽门梗阻，容易导致呕吐，这时再进行治疗将很难达到好的效果。

多学科诊疗：帮患者“甩下”肿瘤包袱

本报讯（通讯员 李玲 吴芳）8月2日，中南大学湘雅二医院每周例行的胸部肿瘤MDT讨论会正要开始，进来了一位女士向各位专家鞠躬说：“各位专家好！请允许我向各位专家表示衷心的感谢。六月份我妈妈在这里接受了多学科联合诊疗，现在她已经彻底‘甩下’肿瘤包袱！”

这位女士姓梁，她的母亲今年65岁，因“咳嗽2月，CT发现肺部结节1周”来该院就诊，PET-CT检查结果让患者及家属陷入了深深的焦虑：左肺下叶后基底段近胸膜糖代谢增高的结节灶，可疑周围型肺癌，口咽左侧壁糖代谢稍增高巨大肿块，考虑为恶性肿瘤可能。

两个部位均有肿瘤，双原发肿瘤？肺癌转移到口咽？口咽肿瘤转移到肺部？6月14日，该院胸部肿瘤多学科

联合诊疗专家团队对梁女士母亲的影像学资料进行了认真分析，认为患者的肺部结节恶性可能性大，但仍十分局限，并无肺门及纵隔淋巴结转移，而口咽侧壁巨大肿块边界清晰，包膜完整，仅有低度的糖代谢增高，可能为良性或低度恶性的肿瘤，口咽也并非肺癌常见的转移部位。

认真讨论后，专家们建议患者先进行肺部结节切除手术，再限期处理口咽部肿瘤。6月底，患者在胸外科接受了肺部肿瘤根治术，术后病检证实为IA期肺腺癌，因为分期早无需进行术后辅助化疗。经过近一个月的恢复后，7月底，患者再次来院，在口腔科接受了口咽旁肿瘤切除术。病检结果显示为：包膜完整的良性神经鞘瘤。拿到结果后，梁女士和家人心头的巨石终于落地了。