



云南省中医医院  
云南中医药大学第一附属医院  
YUNNAN PROVINCIAL HOSPITAL OF TRADITIONAL CHINESE MEDICINE

## 高血压和冠心病患者注意 降温或成“夺命杀手”

“我在阳台上站了一会儿，一阵冷风吹来，我的胸口就痛了起来。”这是近日云南省中医医院心血管病科一位心梗病人对自己发病时的描述。过去一周，昆明气温断崖式下降，这对于心脑血管疾病患者来说是件危险的事情。省中医医院心血管病科主任医师卢竞前提醒，对于患有高血压、冠心病的患者，降温时突发心脑血管意外的风险更高，应当尤其注意。

### 气温下降 这些人群要留心

气温下降时，血管会收缩，第一个表现就是血压上升，高血压患者表现更为敏感，原来控制良好的血压会突然上升。卢竞前表示，进入冬季，高血压患者应注意降压药的选择，建议找医生进行适当调整。

对于冠心病患者，气温下降和季节交替时，肾素-血管紧张素-醛固酮系统易被激活，产生升压作用，因此容易发生心绞痛、心肌梗死的情况。

血管收缩会使心脏负荷增大，如果本身有心肌缺血的情况，遇上气温降低血管收缩，心脏做功量增加，可能诱发心绞痛、心梗。因此，有冠心病史的病人在气温降低时要注意复发。

心功能不全的患者，在气温降低时容易上呼吸道感染，这常常成为心力衰竭发作的诱因。心衰、冠心病患者，在气温下降时还要关注自己的心跳，警惕心律失常。

年轻人、小孩心脏本来正常，但因为感冒病毒直接侵袭到心肌，产生感冒后的抗炎抗体免疫反应，可导致病毒性心肌炎。卢竞前表示，“一个小感冒夺取了一个生命指的就是这种情况。一个小感冒可能变成重度心肌炎，发生急性心功能恶化、恶性心律失常。”

气温降低引起的血管收缩，同样会增加脑出血、脑梗塞等脑血管意外风险。

### 做好保暖 进行户外锻炼

心血管病科主治医师骆始华表示，中医认为寒邪致病，气温降低会使患者原来的血瘀症加重。因此，预防心脑血管意外，安全过冬，保暖是第一位。“不建议大家太早进行

户外锻炼。饮食宜清淡，可适当吃一些温性食物，如当归羊肉汤、姜汤；做菜时可加一些葱姜、桂皮、草果等温性调料。心情调适也很重要，避免出现大的情绪波动。”

### 意外发生 第一时间拨打120

卢竞前表示，高血压患者家中都备有血压计，如果监测到平时控制很好的血压突然飙升，应及时加药控制血压。

出现胸痛、胸骨后压榨性疼痛超过20分钟的情况时，应当怀疑是否是急性冠

脉综合征，并第一时间拨打120。

同样，如果身边的人突然出现口眼歪斜、偏瘫、失语等情况，也应第一时间拨打120，及时送就近的卒中中心救治。

本报记者 闵婕

## 云南省整形美容协会 果酸临床应用专家委员会成立

近日，云南省整形美容协会果酸临床应用专家委员会成立。委员会成员包括皮肤领域知名专家，以及我省各级各类医疗机构皮肤性病科与医疗美容科的临床医务人员。会上，我省开展果酸化学剥脱术较为成熟和临床培训能力较强的医疗机构获得“果酸临床应用与培训基地”授牌。

云南省整形美容协会会长段瑞平指出，果酸行业自律需要通过专业培训和基地认证来规范。行业规范了，果酸的作用才能发挥。

当天，云南华美莱美容医院、昆明皮肤

病专科医院、五华国瑞医疗美容诊所、云南省中医医院皮肤科、安宁市中医医院皮肤科、昆明吴氏嘉美美容医院、昆明医科大学第二附属医院皮肤科等7家医疗机构获得首批“果酸临床应用与培训基地”授牌。

云南华美莱美容医院院长李大铁表示，果酸的应用不是单一的，而是广泛的，对肤质的改善能够发挥非常大的作用。果酸临床应用专家委员会的成立，为从业者、机构搭建了沟通、交流、学习和技术提升的平台，更好地为求美者服务。

本报记者 赵维

### 公告牌

12320 健康热线

12月2日：内分泌疾病咨询

你想深入了解内分泌疾病有关知识吗？云南12320健康热线携手昆明医科大学第一附属医院内分泌一科副主任医师江艳为你提供咨询。

专家简介：江艳，昆明医科大学第一附属医院内分泌一科副主任医师、硕士；参与科研、

教学研究工作获省级奖项3项、专利2项；擅长肥胖、脂肪性肝病以及其他内分泌代谢疾病的诊治。

欢迎拨打健康热线：0871-12320

专家公益热线时间：

12月2日(周四)9:00—11:00

## 女子左眼受伤全身发抖 昆明爱尔眼科医院紧急救治

近日，来自蒙自的钱芬(化名)不慎误伤了本就失明的左眼，出现眼球胀痛、热液流出，眼睑肿胀，甚至全身发抖不止并伴有呕吐的症状。

昆明爱尔眼科医院眼整形科主任管一沁经过详细检查，诊断其为“左眼眼球穿通伤、左眼角膜葡萄肿、左眼巩膜葡萄肿、左眼盲”。综合考量钱芬的病情及治疗诉求后，在符合手术指征的前提下，管一沁为她成功实施了“左眼眼球摘除伴义眼台置入术”。术后，钱芬左眼疼痛症状消失。

管一沁介绍，义眼手术分为义

眼台植入和义眼片安装两个部分。在义眼台植入手术中，手术专家会重新调整患者眼眶内的组织，缝合连接义眼台与负责眼球转动的眼外肌。伤口长好后，再安装一个很薄的义眼片。待完成所有手术，患者的眼部看起来不仅饱满，而且整个义眼还会在原有机能正常的眼部肌肉带动下有限地实现左右眼同步转动。除了没有视力外，植入的义眼台及义眼片从外观上几乎无法辨别真假。

本报记者 张晓橙

## 昆明爱尔眼科医院 成为“官渡区科普教育基地”

近日，因在科普人才队伍建设、软硬件建设和健康科普教育及宣传方面取得重大成绩，昆明爱尔眼科医院被官渡区科学技术协会授予“官渡区科普教育基地”殊荣。

昆明爱尔眼科医院发挥自身眼科专业优势，通过专家宣教、亲身体验等方式，帮助不同年龄层的市民了解眼科知识、提高护眼意识。在科普师资方面，医院拥有由国内知名斜弱视与小儿眼科专家许江涛教授领衔的师资队伍，医院副主任医师级以上医师均是兼职讲解员，他们每月定期

义务为市民进行健康科普。2021年，在专家的带领下，医院线上线下覆盖的科普人数已达60余万人。

昆明爱尔眼科医院在院内按周、按月定期开展各类健康科普教育活动，还走进校园、走进社区、走进商圈，将健康科普带到市民身边。

爱尔眼科医院集团云南省区兼昆明爱尔眼科医院CEO张林表示，今后，医院将继续发扬自身眼科专业领域的优势和基地宣传教育的作用，提供更丰富、更亲民的科普教育活动。

本报记者 张晓橙

## “挣脱眼镜束缚·畅享运动自由” 昆明艾维眼科医院 举办首期屈光会员活动



近日，以“挣脱眼镜束缚·畅享运动自由”为主题的昆明艾维眼科医院首期屈光会员活动在艾维体育举行。一群在昆明艾维眼科医院摘镜后的小伙伴集结，享受自由运动的魅力与快乐。

左直拳、右摆拳、上勾拳……昆明艾维眼科医院屈光会员在专业泰拳教练的指导下，进行了泰拳初体验。“不戴眼镜做运动，就一个字——爽！”在艾维眼科医院屈光专科接受ICL晶体植入术的王先生分享了自己的感受。主办方还为大家准备了放松拉伸、增加身体柔韧性和协调能力的普拉提。昆明艾维眼科医院高度近视诊疗专家杨亚菲医生来到现场，就术后患者提出的疑问进行了贴心的分享和解答。

据悉，屈光会员俱乐部将不定期组织健身、电影、烧烤、剧本杀、插花、

烘焙等丰富多彩的屈光会员活动，让屈光会员放松身心的同时，认识更多志同道合的新朋友。目前，昆明艾维眼科医院屈光会员正在招募中。在该院进行过近视手术矫正的朋友均可免费申请加入，享受一系列免费贴心服务。

本报记者 王劲松 文  
昆明艾维眼科医院供图

春城晚报  
开屏新闻App  
理想生活 即刻开屏

