



名医 专科 养生



下载品质滨州
畅享品质生活

鲁北晚报

08

2026.10.16 星期五

责编:刘蕾

邮箱:sdllwbw@163.com

颅内动脉瘤术后别大意 规范养护防复发

颅内动脉瘤并不是通常所说的“肿瘤”，而是脑动脉局部血管壁薄弱，在血流长期冲击下形成的异常膨出。一旦破裂，可导致蛛网膜下腔出血，严重时危及生命。开颅夹闭、血管内栓塞等治疗虽能降低破裂或再出血风险，但手术并不意味着“一劳永逸”。术后规范养护和定期复查十分重要。

一、手术成功了，为什么还要警惕“复发”？

开颅夹闭术是用动脉瘤夹将瘤体与正常血流隔离；血管内栓塞术是通过弹簧圈、支架或血流导向装置等，使动脉瘤逐渐缺血闭塞。无论采用哪种方式，术后都不能只凭“没有头痛、头晕”判断恢复情况。部分患者术后仍可能出现动脉瘤再通、增大，少数患者还可形成新动脉瘤，尤其接受血管内栓塞的患者，部分可能出现瘤腔重新显影或残余瘤颈增大，即使没有明显不适，也应按医嘱进

行影像学随访。

二、术后规范养护，重点做好这几件事

管好血压：高血压会增加脑血管壁压力。患者应规律监测血压，有高血压者不可因手术结束就自行减药或停药。血压控制目标应由专业医生结合年龄、基础疾病和术后情况制定，同时避免情绪剧烈波动、熬夜和突然过度用力。

规范用药：部分接受支架辅助栓塞或血流导向装置治疗的患者，需要按医嘱服用抗血小板药物，以降低血栓形成和脑缺血风险。服药期间若出现轻微皮肤瘀斑、牙龈或鼻腔出血，不要自行停药，应咨询专业医生；如出血明显，应及时就医。

合理活动：术后早期需要休息，但不宜长期卧床。病情稳定后，可从缓慢行走开始，循序渐进增加活动量，避免剧烈运动、突然负重和过度劳累。

若活动时出现头痛、头晕、心慌或肢体无力，应立即停止并就医。

戒烟限酒：吸烟与脑动脉瘤形成和破裂风险密切相关，术后应坚持戒烟并避免二手烟。应避免大量饮酒引起血压波动。饮食以低盐、清淡、均衡为主，多吃蔬菜、水果、全谷物和优质蛋白，减少高盐、高脂食物。

三、没有不舒服也别漏掉：影像复查是发现变化的“眼睛”

术后很多血管变化没有明显主观症状，因此影像学随访不可替代。常用检查包括磁共振血管成像(MRA)、CT血管成像(CTA)和数字减影血管造影(DSA)。具体选择哪种方式、多久复查一次，应根据动脉瘤大小、是否破裂、治疗方式及复查结果决定。存在残余瘤颈、动脉瘤较大或复查发现不稳定变化者，通常需更密切随

访。即使连续复查正常，也不要自行终止随访，应咨询专业医生。

四、出现这些“危险信号”，不要等到下次复查

如果突然出现前所未有的剧烈头痛，并在短时间内达到高峰，或伴有恶心呕吐、意识模糊、颈部僵硬、抽搐，应警惕脑出血等急症。若出现一侧肢体无力、面部歪斜、言语含糊、视物异常等，应立即拨打急救电话前往具备脑血管救治能力的医院。

颅内动脉瘤的治疗不是健康管理的终点，而是长期随访的开始。稳定血压、规范用药、合理活动、戒烟限酒和规律复查，是巩固治疗效果的重要环节。把控制危险因素融入日常，出现异常及时就医，才能更好地降低严重脑血管事件再次发生的风险，逐步回归正常生活。(山东医药大学附属医院神经外科 代婷婷)

读懂身体信号 远离妇科困扰

影像检查≠拍个片子

——放射科医师教你读懂CT、X光、磁共振，早筛隐患守健康

女性的身体就像一座构造精密的生命城堡，身体每一处细微的改变，都藏着独属于女性的健康密码。生活里不少女性常常忽略身体发出的求救信号，面对白带增多、痛经、月经紊乱这类情况，总觉得只是小问题，选择默默忍耐。可很多时候，这些看似不起眼的表现，正是身体敲响的健康警报。



什么才是女性健康的正常状态呢？

身体健康的女性，月经周期维持在21-35天，经期持续3-7天，经血颜色呈暗红色。白带也会随着月经周期发生生理性改变，颜色为白色或者透明，质地类似蛋清，没有刺鼻异味，身体也不存在瘙痒、小腹坠胀等不适感，代表我们的身体这座“城堡”正平稳运转。

当身体出现以下变化，就需要提高警惕

白带是反映女性妇科健康的“晴雨表”，一旦白带性状、气味、感觉出现异常，就要多加留意。如果白带呈现黄绿色、带有泡沫，伴随腥臭味，同时外阴瘙痒，大概率提示滴虫或者细菌性感染。若是白带呈豆腐渣样，外阴瘙痒剧烈，夜晚不适感还会加重，则多为霉菌性阴道炎。遇到这类情况，千万不要自行购买洗液冲洗阴道内部，盲目冲洗会

破坏阴道自身菌群平衡，反而加重炎症，一定要及时前往医院完善白带常规检查，遵从医嘱规范治疗。

月经紊乱也是不容忽视的异常信号。月经周期少于21天或是超过35天，经期出血超过7天依旧淋漓不尽，月经量过大，一小时就能浸透一片卫生巾，都属于异常子宫出血，往往提示内分泌紊乱或者子宫出现器质性问题。还有接触性出血，性生活之后、用力排便之后出现少量鲜红色出血，这有可能是宫颈病变的早期提示，千万不能抱有侥幸心理置之不理。

还有一类属于高危紧急信号，一定要牢记。女性绝经之后再次出血，也就是停经满一年，又出现阴道流血，无论出血量多还是少，都绝对不是所谓的“返老还童”，很有可能是子宫内膜病变的危险信号，出现该情况必须立刻到医院就诊排查病因。

很多人存在一个认知误

区：没有疼痛、瘙痒，就代表妇科完全健康。但宫颈癌、卵巢癌等部分妇科恶性疾病，早期并不会产生明显不适症状，会悄无声息地损伤身体。所以定期妇科筛查，是守护女性健康至关重要的一环。

有性生活的女性，可以每3-5年做一次HPV检测，也可以选择TCT与HPV联合筛查。定期筛查就如同给我们的身体城堡做全面安全检修，能够尽早发现潜伏的病变隐患，做到早发现、早干预，把疾病风险扼杀在萌芽阶段。

身体是陪伴我们一辈子最珍贵的伙伴。学会留意自身身体变化，当预警信号出现的时候，及时就医检查，不要拖延，把小问题拖成严重疾病。坚持定期妇科体检，既是对自己的身体健康负责，也是对家人的一份关爱。愿每一位女性，都能读懂身体传递的信号，远离妇科疾病侵扰，绽放健康光彩。(山东医药大学附属医院妇科 冯敏)

在医院诊疗过程中，放射科是群众就诊、体检筛查的重要科室。但在不少市民的印象里，影像检查只是简单“拍个片子”，报告单由机器自动生成，读片诊断技术门槛不高。其实，一张张黑白影像的背后，影像医师以影像为“透视眼”，为疾病早筛、确诊、治疗及术后随访提供精准依据，是守护百姓健康默默无闻的“幕后侦察兵”。

生活中，很多患者对影像检查存在认知误区，普遍认为检查设备越贵、档次越高，查得就越准确。事实上，X光、CT、磁共振各有技术优势与适用范围，没有高低优劣之分，只有是否对症之别。X光检查快捷、经济、辐射量极低，适合快速排查外伤骨折、肺部炎症、胸廓及骨骼基础病变，是临床初筛的首选手段。CT采用薄层断层成像，对肺部小结节、腹部脏器病变、急诊腹痛、隐匿骨折等疾病的检出优势突出，是急重症与器质性病变筛查的核心检查方式。磁共振无电离辐射，多用于疑难病灶、软组织损伤、中枢及腹部深部病变的精准评估。

谈及放射检查，辐射担忧是市民最普遍的心理顾虑，不少人因此刻意规避必要检查。其实，正规医院所有影像设备均严格遵循国家安全标准，定期质控校准，常规检查辐射剂量极低，远低于人体伤害阈值，安全性有充分保障。检查

过程中，医护人员会为受检者配备铅衣、铅围脖等防护用品，重点保护甲状腺、性腺等敏感器官。磁共振、超声全程无辐射，老人、儿童及特殊人群可在医生指导下安全检查，无需过度恐慌。影像诊断最大的价值，在于捕捉无症状的早期隐匿病变，为临床争取最佳治疗窗口，真正实现早发现、早诊断、早治疗。

需要提醒广大市民，影像结果是重要的临床参考依据，并不能等同于最终确诊。单一影像无法完全定性，需要结合患者年龄、病史、症状等综合研判，部分病例还需动态随访或进一步检查确诊。大家拿到检查报告后，切勿自行网络对照、盲目解读，更不要过度焦虑或置之不理，应及时交由临床医生科学评估、规范处置。同时，检查前的规范配合，直接影响成像质量与诊断准确性。肝胆、腹部检查需空腹，盆腔检查需按需憋尿，磁共振严禁携带金属物品，体内有植入物需提前主动告知医护人员。

方寸黑白影像，守护万家平安。放射影像医师始终坚守在临床一线，于细微处辨真伪，于影像中守健康。正确认识影像检查、摒弃认知偏见、遵从医嘱合理筛查，才能让先进的医学影像技术，更好地为群众健康保驾护航。(山东医药大学附属医院放射科 王山山)