



## 反复头晕 双上肢压差大 当心动脉在“盗血”

头晕、眼花、上肢无力、发凉，两只胳膊血压差距大，尤其手上的脉搏消失，这到底是哪里出了问题？宁夏医科大学总医院心脑血管病医院血管外科主任胡志鹏提醒，出现这些症状当心是锁骨下动脉盗血综合征在作怪，这种疾病在老年人中发生率较高。

### 老人锁骨下动脉堵塞致头晕

一个月前，65岁的吴大爷开始出现头晕、视物旋转的情况，“左边胳膊抬不起来，而且我还摸不到左手的脉搏了。”吴大爷说，自己头晕、视物旋转的情况不仅会一阵阵地发作，且每日发作数次，每次持续十余秒；在举手动作后，还会出现左手无力的情况。“难道是颈椎病的老毛病犯了？”医生检查后发现他右臂血压153/88mmHg、左臂血压102/61mmHg，去医院做了一个颈部血管B超，发现他左侧锁骨下动脉已经重度狭窄，最终被确诊为左侧锁骨下动脉盗血综合征。在经过介入手术治疗后，吴大爷两侧手臂的血压几乎一致，头晕也消失了。

那么，什么是锁骨下动脉盗血综合征？“通俗地讲，就是手臂‘偷’了本应供给脑部的血。”对此，胡主任解释说，锁骨下动脉是一支很重要的血管，一边给上肢供血，一边给椎动脉供血，再由它们汇合到基底动脉，最终给脑部供血。如果锁骨下动脉出现狭窄或闭塞，血流不畅，就会导致血液压力不足，不仅不能给头部供血，还会因“虹吸效应”使本该向上供应的血液“逆行”流向上肢。而脑部长期供血不足极易出现两侧手臂血压相差大、头晕、上肢无力等症状。

“锁骨下动脉近端狭窄闭塞是一种常见的发于中老年人的外周动脉疾病，常见的病因是动脉粥样硬化，病人常同时并发高血压、高血脂、糖尿病。”胡主任说。

### 可能有这些症状

锁骨下动脉盗血综合征患者可能无明显症状，仅仅在体检时发现一侧肢体动脉搏动减弱或双侧血压不等；有些患者主要是椎一基底动脉供血不足和患侧上肢缺血两大类。

椎一基底动脉供血不足常表现为头晕、头痛、耳鸣、视物模糊、共济失调，通常为一过性或反复发作，特别是患侧肢用力时容易出现。上肢供血不足，主要表现为患侧上肢运动不灵活、麻木、乏力、发冷，患侧桡动脉搏动减弱或消失，血压常较健侧低20mmHg以上。

### 两只手臂血压都要测

很多人量血压时只量一只手臂，但胡主任提醒，最好两只手臂各量一次。“血管堵塞会造成血压和体表温度出现差异，多数都出现在手臂和腿上。其实，在正常情况下，我们两侧上肢的血压确实会略有差别，一般不超过5至10mmHg。但如果某段动脉严重狭窄或闭塞，引发血管远端缺血，缺血的血管就会从周围的血管中把血吸过来，使临近血管的供血不足，并导致相应器官的缺血症状，就会出现两侧血压相差很大的情况。通常，如果两只手臂血压相差20至30mmHg以上，我们就应该考虑两侧血管有异常了，或者有阻塞了，建议及时就诊。”胡主任说。

再有就是脉搏不一样。有时看中医师时，中

医往患者胳膊上一搭，发现一只胳膊没有脉了，实际上这可能就是锁骨下动脉闭塞的后果，当没有完全闭塞时有脉，但是一侧比另一侧要弱。建议当老人发现一侧脉搏很弱时，也要及时到医院做检查，看是否存在锁骨下动脉狭窄或阻塞。

### 轻度的：用药+调整生活方式

锁骨下动脉盗血综合征的预防主要是去除“三高”等危险因素，在饮食上多吃蔬菜水果等高纤维食物，多吃大豆、牛奶等蛋白质食品。症状比较轻的患者需要注意上肢运动的强度和幅度，时间不宜过长，睡觉的时候枕头要低。

“到目前为止，仍然没有一种药物可以消除斑块，打开血管狭窄，恢复血流通畅。但是，通过一些措施可以控制动脉硬化，延缓锁骨下动脉狭窄的病情进展。医生通常会建议患者调整生活方式，注意控制动脉硬化的危险因素，比如增加运动、戒烟、少饮酒，积极治疗高血压、高血脂、糖尿病等，改变不合理的饮食结构，少吃高脂类、油炸类食品，多吃健康食品。”胡主任表示。

已经有动脉硬化和锁骨下动脉轻度狭窄的患者，可遵医嘱服用抗血小板药物，定期检查，预防狭窄的进一步发展，严重的就需要通过介入技术或开刀治疗。

（据《银川晚报》刘威）

## 烟难戒？怎么戒？



**远离烟草  
呵护健康**

烟草具有成瘾性，所含的尼古丁是主要的成瘾成分。吸烟者一般在开始吸烟时，支数并不多，频率也不高。但在尼古丁极强的成瘾性作用下，随着吸烟时间的延长，“习惯”逐渐养成，吸烟量与吸烟频率会逐渐增加，“烟瘾”加大。这种“烟瘾”在医学上是一种慢性成瘾性疾病，称为“烟草依赖”。

### 烟草依赖有两种症状

烟草依赖不仅是一种行为习惯，更是一种慢性致死性疾病，一般可分为躯体症状和心理症状。

在停止吸烟或减少吸烟量后，吸烟者会产生一系列不易忍受的症状和体征，医学上称之为戒断症状，即躯体症状，包括吸烟渴求、焦虑、抑郁、不安、头痛、唾液腺分泌增加、注意力不集中、睡眠障碍、血压降低和心率减慢等，部分戒烟者还会出现体重增加。

一般情况下，戒断症状可在停止吸烟后数小时内开始出现，在戒烟最初的14天内表现最为强烈，大约1个月后开始减轻，部分患者对吸烟的渴求会持续1年以上。

烟草依赖者出现戒断症状后若再吸烟，会

产生满足和欣快感，躯体和神经趋于松弛和宁静，这使戒烟更加困难。许多吸烟者知道吸烟的危害，并有意愿戒烟，但却因烟草依赖而不能控制吸烟行为，部分烟草依赖者甚至在罹患吸烟相关疾病后依旧不能彻底戒烟。

### 重度依赖者可借助药物

对大多数重度烟草依赖者，单纯的行为戒烟往往收效甚微，这时候多需要借助药物戒烟。目前应用最为广泛的药物，主要分为两大类，分别是尼古丁替代药物，包括含片、贴片、咀嚼片、喷鼻剂和吸入剂5种；非尼古丁类戒烟药，如酒石酸伐尼克兰片和盐酸安非他酮。



资料图片

上述药物在医生指导下使用相对比较安全，但要注意一些禁忌证，如有急性心梗、严重心律失常的患者禁用尼古丁替代疗法用品，有严重的精神疾病者要禁用酒石酸伐尼克兰，有癫痫发作病史或者进食障碍者禁用安非他酮。

（据《家庭医生报》吴晓昇）