

# 吞下20多片安眠药,大叔仍辗转难眠

昨日是世界精神卫生日,医生提醒:长期失眠一定要及时就医

连灌1斤酒,吞下20多片安眠药,来自河南的吴大叔(化姓)仍辗转难眠……昨日是世界精神卫生日,市场星报、安徽财经网(www.ahcaijing.com)、掌中安徽记者从安徽省精神卫生中心获悉,像吴大叔一样患有睡眠障碍的人近年来呈逐年递增趋势。  
■朱世玲 李皖婷 记者 马冰璐

## 灌酒、吞药,大叔仍辗转难眠

40多岁的吴大叔来自河南,患有失眠症的他经常辗转难眠,为此,他开始服用安眠药助眠,起初只吃一两片,可很快,他不断加大剂量,到最后,他晚上要吃20多片安眠药,可仍是睡不着。

无奈之下,他只得喝酒,希望在酒精和安眠药的双重作用下“催眠”,起初还算有效,可很快他又发现,自己连灌1斤酒,吞服20多片安眠药仍辗转难眠。于是他来到安徽省精神卫生中心睡眠障碍科就诊。经过1个多月的药物治疗和心理治疗后,最终,吴大叔找回了“丢失”许久的睡眠。

## 1/3人一生中会经历睡眠障碍

据了解,每年约有1万多人因睡眠障碍来该中心就诊,其中,40%~50%的患者为失眠症,近年来,因睡眠障碍就诊的患者还呈现出逐年递增趋势。据该中心睡眠障碍科副主任朱道民介绍,1/3人一生中会经历睡眠障碍,其中20%人需就医治疗。

“从医学角度上来说,失眠分为短期失眠(失眠3个月以内)和长期失眠(失眠3个月以上)。”朱道民说,患有短期失眠的人一般以心理治疗为主,药物治疗为辅,“而患有长期失眠的患者一定要及时就医接受治疗。”

朱道民表示,对于睡眠障碍,不少人还存在一些误区,“比如,人们总认为,打呼噜表示睡得香,秒睡预示着睡眠质量好,说梦话很正常……”其实,上述表现也可能是存在睡眠障碍的一些症状。

## 睡得香不香因人而异

“晚十早六”“早睡早起身体好”……生活中,人们对于睡得香不香各有标准,“其实,睡得好不好,香不香的标准因人而异,不必遵循刻板标准。”朱道民说,有的人虽然睡觉时间短,但睡眠质量高,每天都精神奕奕,而有的人虽然每天睡得多,但睡眠质量差,精神萎靡。

“想拥有好睡眠,一定要保持良好的生活作息规律,养成健康的生活方式。”朱道民表示,与此同时,对睡眠形成正确的认知也非常重要。

## 失忆翁每日去医院“寻妻” 医护人员天天配合“演戏”

星报讯(朱沛炎 记者 马冰璐) 自从今年5月老伴因病去世后,患有阿尔兹海默症的八旬老翁郑大爷每天都会去合肥市二院四号楼“寻妻”,风雨无阻。昨日,市场星报、安徽财经网(www.ahcaijing.com)、掌中安徽记者获悉,5个月来,不忍戳穿真相的医护人员每天配合老人上演“寻妻记”。

很快,大家发现,每天都能见到他,便怀疑他患有阿尔兹海默症。直到有一天,大家从其家人口中得知郑大爷确实患有阿尔兹海默症。见他对老伴如此深情,医护人员们实在不忍心戳穿真相,便每天陪他上演“寻妻记”。

### 专家:预防阿尔兹海默症要趁早

据合肥市第二人民医院神经内科主任医师朱求庚介绍,老年痴呆,国际上通称阿尔兹海默症,医学上称为AD,是一种中枢神经系统变性病,起病隐袭,病程呈慢性进行性,是老年痴呆最常见的一种类型。该病最为人所知的信号之一就是健忘,起初患者可能只记住梗概记不住细节,发展至后期就会完全遗忘,甚至几分钟前刚发生的事情也会不记得。

“虽然老年痴呆症目前无法得到很好的根治,但是早预防,早治疗的效果还是比较好的。”他提醒,一旦老人出现记忆力下降,不断重复同样的话和事,想不起常用的物品放在哪,对熟悉的人和物想不起来时,就一定要引起关注,别等老人记不住、认不得了再来治疗。

### 失忆老翁每日去医院“寻妻”

对于80岁的郑寿天(化名)大爷,合肥市二院高压氧科的医护人员再熟悉不过了,“从今年5月起,大爷每天都来我们医院找老伴。”护士路鹤娟说,每次,郑大爷来时都会非常客气地询问医护人员:“你好,请问万达云(化名)在哪?”

“万达云是郑大爷的老伴,今年3月和4月曾在我们医院接受治疗,她患有重度贫血、肺炎、心脏病,还伴有颅脑损伤,最后一次出院是4月17日,此后就再也没见过她了。”护士长周兰兰说,万达云在出院后不久便因病情恶化离开人世,“从那时起,郑大爷便开始频繁出现在医院。”

起初,医护人员们并未在意,但

## 6月龄女婴捐双肾救活30岁女子 系目前我省最低龄捐肾成人肾移植者

星报讯(张薇 记者 马冰璐) 昨日,在安医大一附院泌尿外科肾脏移植隔离病房内,患有尿毒症的30岁女子何苗(化名)在接受肾移植手术后恢复良好。而她的移植肾脏来自一名仅仅6个月大的婴儿。

排队等待合适的肾源。”何苗说。10月5日早上,何苗被推进了手术室。经过8个多小时的紧张等待,手术终于顺利完成,两颗核桃大小的肾脏被移植入何苗的身体。

### 6个月大“小天使”捐献双肾

6个月大的甜甜(化名)是爸爸妈妈的掌上明珠,8月30日,她突然呼吸心脏骤停,医生表示,甜甜患的是先天性代谢性脑病,住院抢救后陷入了重度昏迷。“后来,医生告诉我们,甜甜已经没有自主呼吸,已被判定为脑死亡了。”甜甜的父亲哽咽地说道。

“甜甜的生命太短暂了,她还没有来得及学会说话、学会走路,还没有好好享受父母的爱。”爷爷向甜甜的父母表达了器官捐献的意愿。

甜甜的父母很年轻,都是85后,他们表示愿意捐献出甜甜有用的器官,让甜甜的生命在更多人身上得以延续。10月5日凌晨,甜甜被转送到安医大一附院,准备接受器官捐献手术。

### 尿毒症女子6年等待盼来新生

与此同时,安医大一附院泌尿外科病房里,患有尿毒症的何苗正在病床上焦急的等待。“听到这个消息,我既紧张又激动。6年了,我每天做梦都在期盼能有合适的肾源。”

2011年,24岁的何苗被查出患有尿毒症,人生从此被灰色的阴影笼罩,透析、透析……每周两次的透析才能保性命。“只有换肾这一条路了,可是家人配型都没能成功,只能登记

### 核桃大小肾脏为何能救活成人

据了解,早在去年2月,安医大一附院移植团队便成功完成了1例1岁宝宝双肾移植给38岁男子手术,目前,受捐者已经和正常人一样工作生活。而甜甜是目前我省最低龄(6个月)捐肾成人肾移植者,捐献肾脏直径仅有4厘米左右,相当于一颗核桃大小。这么小的两枚肾脏为何能救活一个成年人?

据主刀医生、安医大一附院泌尿外科主任医师廖贵益介绍,受捐者多为女性,体重都很轻,这次接受甜甜肾脏的何苗身高仅1米5,体重40多公斤,并且女性对肾功能要求比男性低。

“但相对来说,婴儿的肾移植给成年人,手术难度大、风险高。对1岁以内小孩肾脏进行移植,术后几天最大风险是血栓形成,后期肾脏在快速生长中,有可能出现肾脏破裂。如果这两种情况都避免了,移植就成功了。”廖贵益解释,肾脏十分“神奇”,会根据“主人”的需求生长,婴儿肾的肾单位和成人无异,移植后肾会迅速长大。

目前,移入何苗体内的肾脏已经开始正常工作,已经度过了最危险的时期。再过一个星期左右,何苗就可以出院了,像正常人一样生活、工作。一般半年左右,移植到体内的双肾就会生长到正常成人的大小。

## 市场星报公益广告

### 文明旅游

每个人都是一道亮丽的风景线

### 十大文明旅游提醒语

- 文明是最美的风景 ○旅途漫漫 文明相伴
- 旅游美时美刻 文明随时随地 ○文明游天下 快乐你我他
- 一花一木皆是景 一言一行要文明 ○游遍天下山川 只留脚印一痕
- 出游讲礼仪 入乡要随俗 ○垃圾不乱扔 举止显文明
- 多看美景 不刻美名 ○平安是福 文明是金



中央文明办 | 国家旅游局