

大脑,这个位于我们颅腔内的神秘器官,重量仅约1.4千克,却如同一个高度精密的指挥中心,掌控着我们身体的每一个动作、每一次思考和每一种情感。它如同一座复杂的城市,拥有无数的神经元和神经纤维,构成了一个庞大的信息处理网络。

大脑是中枢神经系统的最高级部分,也是脑的主要部分,它负责记忆、言语、自愿行为和思想等功能。大脑分为两个半球,右半球和左半球。右半球控制身体左侧的运动,而左半球控制身体右侧的运动。大脑的每个半球分为四个相互连接的叶:额叶、顶叶、颞叶和枕叶。额叶位于大脑的前部,是大脑中最大的一个叶,与更高的认知、自主运动和语言有关。额叶的前部是前额叶,负责规划、决策、个性表达和社交行为等高级认知功能。前额叶的损伤可能导致患者出现性格改变、注意力不集中、缺乏计划性和冲动行为等问题。顶叶位于大脑的中部,与触觉和四肢活动相关。顶叶的损伤可能导致患者出现感觉障碍。颞叶位于大脑的两侧,与耳朵齐平,负责听觉和短时记忆。颞叶内侧的海马结构是记忆形成的关键区域。海马损伤会导致患者出现记忆障碍,无

胰腺炎的防与护

胰腺炎是胰腺因胰酶异常激活导致的炎症反应,临床表现有剧烈腹痛、恶心呕吐等,严重时可危及生命。近年来,随着饮食结构改变和生活压力增加,胰腺炎发病率逐年上升。本文从胰腺炎的常见病因、分型机制入手,结合日常护理要点,帮助患者及高危人群科学预防和管理疾病。

胰腺为什么会发炎？

胰腺是人体重要的消化和内分泌器官,具有双重功能。1.外分泌功能:分泌胰液(含胰蛋白酶、脂肪酶、淀粉酶等),通过胰管进入十二指肠,帮助分解食物。2.内分泌功能:分泌胰岛素、胰高血糖素,调节血糖水平。正常情况下,胰酶以“无活性”形式存在于胰腺内,进入肠道后才可被激活。但某些因素会导致胰酶在胰腺内提前激活,引发“自我消化”——胰腺组织被自身酶类破坏,进而诱发炎症、水肿甚至坏死。这一过程即为胰腺炎的核心发病机制。

胰腺炎的常见诱因

胰腺炎分为急性胰腺炎和慢性胰腺炎,两者的病因有所差异。

一、急性胰腺炎:三大“元凶”占80%以上

1.胆道疾病(胆源性胰腺炎)占急性胰腺炎病例的40%~50%。胆囊结石、胆管结石或炎症可能导致胆汁反流入胰管,激活胰酶。尤其是小结石卡在胆胰管共同开口处(壶腹部)时,风险最高。

2.酒精刺激(酒精性胰腺炎)长期饮酒者中,约30%可能发展为急性胰腺炎。酒精直接损伤胰腺细胞,增加胰液黏稠度,导致胰管堵塞;同时刺激胃酸分泌,间接促进胰酶激活。

3.高脂血症(高甘油三酯血症)血液中甘油三酯(TG)>11.3mmol/L时,脂质颗粒可阻塞胰腺微血管,并分解产生游离脂肪酸,直接毒害胰腺细胞。近年来,高脂饮食和肥胖人群的发病率明显增加。

4.其他诱因:暴饮暴食(尤其高脂、高蛋白饮食);外伤或手术后胰腺损伤;某些药物(如噻嗪类利尿剂);遗传因素(如遗传性胰腺炎)。

二、慢性胰腺炎多由急性胰腺炎反复发作或长期酗酒引起,特征为胰腺纤维化、功能进行性丧失。患者常伴有持续性腹痛、脂肪泻(粪便油腻恶臭)、糖尿病等。

三、胰腺炎的典型症状与危害

1.急性胰腺炎:剧烈腹痛,突发上腹部持续性胀痛或刀割样痛,可向背部放射。恶心呕吐,呕吐后腹痛不缓解。发热、黄疸,合并感染或胆道梗阻时出现。重症表现为休克、呼吸困难、多器官衰竭,死亡率可达30%。

2.慢性胰腺炎:反复腹痛,进食后加重,蜷缩身体可稍缓解。消化吸收障碍,因胰酶分泌不足,出现脂肪泻、体重下降。内分泌紊乱,胰腺β细胞受损引发糖尿病。

确诊胰腺炎需做哪些检查？

1.血液检查:血清淀粉酶、脂肪酶,急性期显著升高(超过正常值3倍)。C反应蛋白(CRP),评估炎症严重程度。甘油三酯、肝功能可排查病因。

2.影像学检查:腹部超声可发现胆结石、胰腺肿胀。增强CT,判断胰腺坏死范围和并发症。磁共振胰胆管成像(MRCP)可显示胰管结构异常。

胰腺炎患者日常护理要点

一、急性期:禁食+对症治疗

1.严格禁食:减少胰液分泌,减轻胰腺负担,通过静脉补充营养。

2.疼痛管理:遵医嘱使用镇痛药(如哌替啶),避免使用吗啡。

3.监测生命体征:警惕休克、感染等并发症。

二、恢复期及慢性期护理

饮食管理——低脂、少食多餐

1.急性恢复期:从清流质(米汤、藕粉)逐渐过渡到低脂半流质(粥、软面条)。

2.长期原则:每日脂肪摄入<50克,避免油炸食品、肥肉、奶油。蛋白质以鱼肉、鸡胸肉、豆腐等优质蛋白为主。多吃富含维生素的蔬菜(如南瓜、胡萝卜),但需烹饪至软烂。戒酒,避免咖啡、碳酸饮料等刺激性饮品。

3.生活习惯调整:戒烟戒酒,酒精和尼古丁均会刺激胰液分泌。规律作息,避免熬夜,减轻精神压力(压力可能诱发胰酶分泌异常)。适度运动,如散步、瑜伽,促进消化功能恢复。

4.心理支持:慢性胰腺炎患者因长期腹痛、饮食限制易产生焦虑、抑郁情绪。家属应多给予陪伴,必要时寻求心理咨询。

预防胰腺炎的关键措施

控制胆道疾病:定期体检,及时治疗胆囊结石、胆管炎。合理饮食:避免暴饮暴食,减少高脂高糖食物摄入。限制饮酒:男性每日酒精量≤25克(约啤酒750ml),女性减半。管理代谢疾病:高血压、糖尿病、高脂血症患者需规范治疗。

胰腺炎的防治需要患者、家属和医护人员的共同努力。通过科学认知病因、严格遵循饮食原则、规范用药及定期随访,可显著降低疾病复发风险,改善生活质量。若出现持续腹痛、呕吐等症状,务必及时就医。

(合肥市第三人民医院消化内科 任秀云)

探秘神奇大脑

法形成新的长期记忆。枕叶位于大脑的后部,与视觉相关。枕叶的损伤可能导致患者出现视觉障碍。大脑的微观结构主要由神经元和神经胶质细胞组成。神经元是大脑的信息处理单元,它们通过突触相互连接,形成复杂的神经网络。神经胶质细胞是大脑的“后勤保障部队”,为神经元提供营养支持和微环境稳定、参与神经元的修复和再生等。除了上述四个叶,大脑还有一些其他重要的区域,如基底神经节、小脑、布罗卡区、胼胝体、延髓、下丘脑、丘脑和杏仁核等。

大脑的运动系统负责产生和控制运动。运动的产生从大脑的运动皮层开始,运动信号通过皮质脊髓束传递到脊髓,再通过神经传递到身体的运动神经元,最终控制肌肉的收缩和舒张。运动皮层分为初级运动皮层、前运动皮层和辅助运动皮层。初级运动皮层负责控制身体各部位的具体运动,前运动皮层和辅助运动皮层则

负责运动的计划和协调。小脑和基底神经节在精细、复杂和协调的肌肉运动中也发挥着重要作用。情绪的产生和调节是大脑的重要功能之一。尽管目前对于情绪的神经机制还存在许多争议,但一些研究表明,杏仁核、眶额叶皮质、岛叶及外侧前额叶皮层等区域参与了情绪的加工过程。感觉功能是大脑对来自身体内外的各种刺激进行感知和处理的过程。感觉信息通过特定的感受器官被接收,然后传递至大脑的感觉皮质。感觉皮质位于运动皮层的附近,它也具有与不同身体部位感觉相对应的区域。

认知功能是大脑的高级功能,包括学习、记忆、思维、语言和决策等。大脑皮质的不同区域在这些认知功能中发挥着重要作用。

合理用脑是保持大脑健康的重要措施之一。日常生活中我们需合理安排时间,避

肺癌治疗新希望

肺癌,是全球范围内发病率及死亡率最高的恶性肿瘤之一。在我国,肺癌的发病率和死亡率也一直居高不下,给无数患者和家庭带来了沉重的负担。然而,随着医学技术的不断进步,肺癌的治疗已经进入到了“精准时代”,靶向治疗和免疫治疗作为两种重要的新兴治疗手段,为肺癌患者带来了新的希望。在靶向治疗和免疫治疗出现之前,肺癌的传统治疗手段主要包括手术、放疗和化疗。早期肺癌主要通过手术手术切除的方式去除肿瘤组织,以达到根治的目的。肺癌继续进展,患者可能会失去手术机会,此时可采用化、放疗手段来杀死肿瘤细胞,但同时也可能对正常细胞造成损伤,导致副作用。

靶向治疗作为一种精准的医疗手段,其核心在于针对癌细胞内部的特定蛋白或酶(即致癌位点)进行治疗。这些致癌位点是肿瘤细胞生长和增殖的关键因素。靶向药物通过阻断这些信号通路,抑制肿瘤细胞的生长和扩散。例如,肺癌中常见的EGFR基因突变,使得肿瘤细胞的生长信号通路异常活跃。靶向药物如吉非替尼、厄洛替尼等可以特异性地作用于这些突变位点,抑制肿瘤细胞的增殖。靶向治疗的最大优势在于其精准性。与传统化疗相比,靶向药物主要作用于癌细胞上的特定靶点,对正常细胞的影响较小,因此副作用相对较小。许多患

者在使用靶向药物后,可以通过口服药物控制病情,生活质量显著提高。此外,靶向治疗的疗效通常较化疗更为持久,能够迅速控制肿瘤的生长。靶向治疗主要适用于具有特定基因突变的患者。在肺癌中,常见的靶点包括EGFR、ALK、ROS1等。因此,在进行靶向治疗之前,通常需要进行基因检测,以确定患者是否存在相应的治疗靶点。靶向治疗的副作用通常较为温和且可控,但也因人而异。常见的副作用包括皮疹、腹泻、高血压、蛋白尿等。这些副作用通常可以通过调整药物剂量或给予适当的支持治疗来缓解。

免疫治疗则是通过调节患者自身的免疫系统来攻击肿瘤细胞。肿瘤细胞具有“伪装”能力,能够逃避免疫系统的识别。免疫治疗药物如PD-1抑制剂、PD-L1抑制剂等,能够“拆穿”肿瘤细胞的伪装,重新激活免疫系统的抗癌能力。免疫治疗的最大亮点在于其持久性。一旦免疫系统被激活,对癌细胞的杀伤可能是长期的,部分患者甚至可能达到“临床治愈”。此外,免疫治疗的适用范围更广,不仅针对特定靶点,对多种类型的肺癌都可能有效。免疫治疗适用于更广泛的患者群体,尤其是对于化疗和靶向治疗失败后的患者,免疫治疗可能成为重要的二线或三线治疗手段。然而,免疫治疗的效果因个体差异而异,部分患者可能需要进行免疫标志

骨折康复

度为主。对于上肢骨折的患者,可以在医生的指导下进行一些肩关节、肘关节的被动运动和主动运动。对于下肢骨折的患者,可以在床上进行一些髋关节、膝关节的屈伸运动,以及踝关节的背伸、跖屈运动,这些锻炼都可以增强受伤部位周围的肌肉力量,提高关节的灵活性,并确保骨骼正常愈合。

在骨折后期,骨折部位的瘀肿基本吸收,骨痂开始生长,此时饮食上可以进一步增加营养的摄入。除了继续食用前面提到的高蛋白、高钙食物外,还可以适当增加一些滋补类的食物,如老母鸡汤、猪骨汤等。这些食物不仅能够为身体提供丰富的营养,还能促进骨折部位的进一步愈合和功能恢复。同时还可适当增加一些富含不饱和脂肪酸和维生素D食物的摄入。此时患者的身体状况已经基本恢复,康复锻炼应以恢复肢体功能和提高生活质量为主。患者可以在医生的指导下进行一些日常生活中的活动训练,如坐起、站立、行走、上下楼梯等,这些活动不仅可以进一步增强肌肉力量和关节灵活性,还能帮助患者逐渐适应正常的生活和工作。同时,患者还可以适当地进行一些体育锻炼,这不仅可以提高身体的整体素质,还能促进骨折部位的进一步愈合和功能恢复。但需要注意的是,患者在进行这些运动时,应避免过度劳累和受伤,以免影响骨折的愈合。

食练并重

在骨折后的整个护理过程中,还需密切观察患者肢体远端的血液循环情况,注意皮肤颜色、温度及指甲的颜色,如果出现青紫、苍白等迹象,可能提示血液循环障碍,应尽早就诊处理,以免造成严重的后果。期间患者也需关注疼痛的程度和时长。如果疼痛加剧或持续,可能与肿胀加重有关,也应及时就诊处理。香烟中的尼古丁可导致血管收缩,影响骨折部位的血液循环,从而导致骨折不愈合,酒精会干扰骨骼的新陈代谢和钙的吸收,影响药物对骨骼的修复效果,并可能增加感染风险。因此,患者在此期间应坚决戒烟限酒,以促进骨折的快速愈合。在整个骨折期间,患者应按医生的建议定期回医院复查,以确保骨骼正常愈合。

骨折后的恢复是一个漫长而复杂的过程,需要患者在饮食和锻炼方面都给予足够的重视。合理的饮食可以为骨折的愈合提供必要的营养支持,而科学的康复锻炼则可以促进骨折部位的血液循环和功能恢复。只有将饮食和锻炼相结合,患者才能更好地恢复,尽快恢复往日的活力,回归正常的生活和工作。

(六安市第二人民医院 刘健)



北约防长会尽显焦虑

新华社记者 张兆卿 陈斌杰

北约国防部长会议5日在比利时布鲁塞尔举行。尽管美国国防部长赫格塞思称北约成员国在防务开支5%占比一事上“接近达成共识”,但北约内部在提高防务开支的具体路径和执行方式及援助乌克兰等问题上存在不小分歧。

分析人士指出,此次会议是本月下旬北约海牙峰会前最后一次部长级会议,成员国却仍无法在关键问题上弥合分歧。美国在提高防务开支方面向欧洲盟友不断施压、将乌克兰议题边缘化,给跨大西洋关系增加了不确定性,也加剧了欧洲国家的战略焦虑。

5%折中建议依然有分歧

防务开支目标是这次北约防长会的焦点议题之一。美国特朗普政府多次要求北约成员国将防务开支占国内生产总值(GDP)比重提升至5%。会议期间,赫格塞思警告称,北约国家“要靠实力实现威慑与和平”,必须避免过度依赖美国。

北约秘书长吕特在会后新闻发布会上提出折中建议,即新的5%防务开支目标包括3.5%用于核心防务支出和1.5%用于基础设施等安全相关投资。他还提议将实现这一目标的时间定为2032年。

《政治报》欧洲版说,舆论普遍认为北约成员国试图安抚特朗普政府,以避免在即将举行的海牙峰会上发生冲突。

不过,据法新社报道,一些国家对承诺如此大规模的支出持不同意见。多国就此“讨价还价”。虽然爱沙尼亚等国希望5%的目标“五年内实现”,甚至早于吕特提议的2032年,但英国、意大利等国倾向于到2035年实现3.5%的目标,西班牙更是不同意设定“固定百分比”并坚称“2%就够了”。

北约各成员国2014年承诺在10年内把防务开支占本国GDP的比重提至2%,但截至日前,西班牙、意大利、加拿大等国仍未达到这一目标。分析人士认为,在此基础上进一步加码,势必加剧北约成员国兑现承诺与实际财政能力之间的矛盾。舆论普遍认为,为满足更高的防务支出要求,欧洲国家或将压缩医疗、养老等民生开支,恐将引发国内不满。

此次防长会上,北约成员国就大规模军力扩张计划达成一致。德国国防部长皮斯托里乌斯说,德国支持该计划,为此德国联邦国防军需增加6万名现役士兵。有分析认为,这看似是北约的共识,却暗含内部矛盾。特朗普政府减少对欧洲盟友的安全承诺,加重了欧洲国家的战略忧虑,它们因此需要增加军费预算。

乌克兰议题被美国搁置

此次北约防长会强推提高军费开支这一目标,几乎未就其他议题展开实质讨论。有分析指出,美国在北约框架内搁置乌克兰议题,展现出将从欧洲战略收缩的姿态,或将使美欧裂痕进一步扩大。

赫格塞思此前多次表示,美方不认为应过度卷入乌克兰北约这一方式来保障乌克兰安全,北约的欧洲成员国应承担更多财政责任,以确保自身安全。今年2月,他表示将负责为乌克兰协调军援的北约“乌克兰防务联络组织”领导权交给英国和德国,并称美方将不再在该联络机制会议上发挥作用。

此次北约防长会前一天,该联络组织开会,赫格塞思并未出席。这是美方牵头成立这一联络机制三年来美防长首次缺席。防长会后,赫格塞思再次强调美方将不断评估在欧驻军情况。

美国《政治报》网站刊文指出,赫格塞思缺席北约“乌克兰防务联络组织”会议表明美国正进一步弱化与欧洲及乌克兰的关系,逐步与援助乌克兰的协调机制拉开距离。

美国世界政治评论网站的文章说,以北约为代表性组织的美欧同盟受到严重削弱,且这种破坏可能是无法弥补的。

(新华社布鲁塞尔6月6日电)

如何守护孩子们的“睛”彩世界

(上接一版)

代中胜说:“2024年,全市共投入860余万元对1800余间中小学教室进行改造,学校教室光环境达标率达到79%。2025年,我们计划对全市2000余间教室进行光环境达标改造,确保年底全市中小学教室光环境达标率达到90%。”

通过光环境改造,师生们普遍反馈“视觉疲劳现象显著减少,学习专注度明显提升”。皖西中学八年级学生许宝心说:“学校在我们教室都安装了护眼灯,看东西更清楚也更明亮了,眼睛也不那么疲劳了。”

明眸基地——近视防控之“样”

作为全国儿童青少年近视防控试点县,金寨县正在积极探索建设儿童青少年近视防控“样板”——明眸基地。

记者从金寨县教育局了解到,明眸基地项目,全称智慧健康空间标准化近视综合防控基地,是金寨县与上海市眼病防治中心对口合作项目,项目依托上海的优质资源,在金寨县思源、莲花、产业园区及白塔畈四所九年一贯制学校开展建设。通过引入智能管理系统、前沿科技和严谨风控,为学校搭建一体化管理平台,实现用眼行为数据的云端建档与动态监测,并据此生成近视风险评估报告,实施分级分类管理,力争“早预防、早干预”。

据金寨县委教育工委委员卢万胜介绍,基地将通过打造“‘目’浴阳光”户外彩绘操场,建设护眼标准教室、建立“大眼仔”科普知识库以及搭建标准化运营平台,着力打通“家—校—社区”在近视防控领域的信息壁垒和技术盲区,帮助儿童青少年养成科学用眼习惯,提升儿童青少年近视防控成效。

目前,项目已完成实地勘测、图纸设计和评估审批等前期工作。据悉,现场施工将于6月中旬启动,预计7月底前全部完工。

喜报

恭喜杨涛博士毕业,从此开启人生新篇章。五年如一日的坚持绝非易事,而今轻舟已过万重山,更觉与有荣焉。祝愿我们自由幸福,祝愿父母平安健康,祝愿祖国繁荣昌盛。

彭月

六安振兴土石方工程有限公司关于停产扎账的通告

尊敬的各位客户、合作伙伴、供应商及全体员工:

为配合公司整体经营规划,确保财务数据的准确性与完整性,提升内部管理水平,并为后续发展奠定坚实基础,经公司管理层研究决定,我司将于近期进行全面停产并开展年度专项财务扎账工作。现将相关事宜通告如下:

一、停产及财务扎账日期: 2025年6月13日

二、停产扎账期间工作安排

1、成立合规管理清算专班,负责受理自本公司成立起至今所有已付及待付款项的清算对账事宜。对申请人提交各类结算凭证、资料及业务情况进行审

核。

专办工作地址: 六安市裕安区振兴

金融大厦27楼

联系电话: 0564-5151813

2、停产扎账期间,暂停日常对外结算支付(紧急事项除外),待清算结果审定后再安排兑付,请各位供应商及合作伙伴知悉。

3、停产期间,我司将无法提供土石方工程施工服务,敬请谅解。对于正在执行的项目,我司项目负责人将主动与您沟通具体暂停安排。

三、特别提醒

各位客户、合作伙伴、供应商,请于2025年6月13日17点前将所有合同、

对账单、发票、已付款、未付款等结算凭证提交至我司财务部进行对账、法务进行审核。

2025年6月13日17点后提供的所有应付款单据,我公司将一律不予接收,视为放弃。

此次停产扎账给各位客户、合作伙伴、供应商带来的不便,我们深表歉意。同时,衷心感谢全体员工的理解、支持与辛勤付出,感谢广大客户、合作伙伴及供应商长期以来对我司的信任与支持。

特此通告

六安振兴土石方工程有限公司

六安兴运机械租赁有限公司关于停产扎账的通告

尊敬的各位客户、合作伙伴、供应商及全体员工:

为配合公司整体经营规划,确保财务数据的准确性与完整性,提升内部管理水平,并为后续发展奠定坚实基础,经公司管理层研究决定,我司将于近期进行全面停产并开展年度专项财务扎账工作。现将相关事宜通告如下:

一、停产及财务扎账日期: 2025年6月13日

二、停产扎账期间工作安排

1、成立合规管理清算专班,负责受理自本公司成立起至今所有已付及待付款项的清算对账事宜。对申请人提交各类结算凭证、资料及业务情况进行审

核。

专办工作地址: 六安市裕安区振兴

金融大厦27楼

联系电话: 0564-5151813

2、停产扎账期间,暂停日常对外结算支付(紧急事项除外),待清算结果审定后再安排兑付,请各位供应商及合作伙伴知悉。

3、停产期间,我司将无法提供土石方工程施工服务,敬请谅解。对于正在执行的项目,我司项目负责人将主动与您沟通具体暂停安排。

三、特别提醒

各位客户、合作伙伴、供应商,请于2025年6月13日17点前将所有合同、

对账单、发票、已付款、未付款等结算凭证提交至我司财务部进行对账、法务进行审核。

2025年6月13日17点后提供的所有应付款单据,我公司将一律不予接收,视为放弃。

此次停产扎账给各位客户、合作伙伴、供应商带来的不便,我们深表歉意。同时,衷心感谢全体员工的理解、支持与辛勤付出,感谢广大客户、合作伙伴及供应商长期以来对我司的信任与支持。

特此通告

六安兴运机械租赁有限公司