



图源：江苏大学附属医院

32岁“健身达人”突发脑梗！

这些“隐形雷”年轻人根本想不到

本报通讯员 钱小蔷 孙卉
本报记者 杨冷

提到中风，很多人第一时间会联想到春晚经典小品里“得了脑血栓、见谁都哆嗦的吴老二”。现实中，中风患者中，除了吴老二这样的老人，还有不少“小范、小张”等青年人。

江苏大学附属医院神经内科副主任柯先金介绍，青年卒中（发病年龄18至45岁）发病率呈现上升趋势，近一个月以来，科室先后收治了8名青年卒中患者，最年轻的只有32岁。

健身、自律、无“三高” 这样的他却脑梗了

6月30日，当范磊（化名）突发脑梗的消息传回单位时，同事们都感到不可思议：“那么健康自律的一个小伙，怎么可能中风呢？”

32岁，身材匀称，日常坚持运动健身，不抽烟，不饮酒，饮食作息规律，无“三高”（高血糖、高血脂、高血压），范磊的年龄、身体状况、生活习惯，看上去无一能与脑梗挂钩，然而，命运却和他开了一个残酷的玩笑。

当天早晨8点钟，范磊起床时发现左臂完全使不上劲，于是赶紧前往江大附院就诊，完善检查后诊断为缺血性脑卒中，被神经内科收治入院。

“脑卒中，就是人们常说的中风，包括出血性脑卒中（脑出血，约占20%）和缺血性脑卒中（脑梗死，约占80%）。”柯先金介绍，动脉粥样硬化是老年卒中的主要原因，而青年人没有“三高”，动脉硬化的情况下发生卒中，医生首先会排查心源性疾病因素，其次为动脉夹层、动脉炎等。检查结果也印证了柯先金的推断，范磊发生脑卒中的根源是一种“心

病”——卵圆孔未闭。

卵圆孔未闭为何会导致脑梗？柯先金介绍说，在胚胎发育过程中，由于胎儿获取养分的需要，在左右心房中留出了一个孔道，称之为卵圆孔。卵圆孔是一种生理性的孔道，孔道由两层膜组成，一般在1周岁左右，这两层膜就会黏合在一起，如果没有黏合在一起就称为卵圆孔未闭。

卵圆孔未闭的发生率并不低，在20%至34%。当有咳嗽、大笑、打喷嚏、深呼吸等动作时，可使腹压增高，进而右心房压力增高，未闭的卵圆孔裂隙被自右向左打开，此时右心房血液中如果有血栓，可通过卵圆孔进入左心房，最后到达脑部引发脑梗。

卵圆孔未闭与脑卒中之间存在着密切关联，是青年卒中里比较常见的一个病因。需要说明的是，不是所有卵圆孔未闭都需要治疗，大多数卵圆孔未闭合通道在1毫米以下，通常不需要治疗，少数因卵圆孔未闭造成脑卒中的才需要接受封堵手术。

年轻不把高血压当回事 直到脑出血找上门

“降压药一吃就停不下来了，我又不头晕，就一直没当回事。”单位体检检查出高血压时，张莉（化名）选择了放任不管，没想到短短几年后，就为此付出了沉重的代价。

7月2日下午5点钟，正在工位上奋力敲击键盘的张莉突然感到一阵眩晕，随即出现呕吐、口角歪斜、右侧肢体无力等症状。被送至江大附院急诊科完善相关检查后，确诊为高血压脑出血、高血压病1级（极高危）、脑动脉粥样硬化、低钾血症。

“患者四十出头，觉得自己年轻，高

血压没有症状，就不管不顾了好几年，其实是给自己的健康埋下了‘定时炸弹’。”柯先金表示，绝大多数的脑出血，是大脑内硬化的小血管破裂所引起的，而其中主要原因就是高血压，受长期高血压的影响，血管壁会变得越来越薄，越来越脆，极易形成微小动脉瘤，一旦破裂就会引发脑出血。

接受治疗后，张莉虽然已经脱离生命危险，但仍存在一定程度的语言和行动障碍，需要接受进一步的康复治疗。

1个月8例青年卒中 这几类人群要重点防范

《中国脑卒中防治报告》及全球相关研究数据显示：青年卒中占卒中总发病人数的10%至15%，这就意味着，每10名脑卒中患者中就有1人年龄不足45岁。

近一个月来，江大附院神经内科先后收治了8例青年脑卒中患者，其中4例是传统因素“三高”导致血管硬化血栓形成的脑梗，2例为高血压引起的脑出血，2例为心源性疾病导致的脑梗。“卒中不是‘老年专属’，年轻也不是‘护身符’，青年卒中发病率攀升的趋势，应当得到足够的重视。”柯先金强调，青年卒中相较于老年卒中而言，具有更强的可预防性，他重点提醒以下几类高危人群，要更加注重危险因素的防控。

“三高”人群：高血压、糖尿病、高脂血症是卒中的主要原因之一，以糖尿病患者为例，当空腹血糖 ≥ 7 毫摩尔/升时，脑梗发生率会显著增加。

患有心源性疾病的人群：如心脏瓣膜病、卵圆孔未闭或房间隔缺损、心内膜炎、心房黏液瘤、心肌病等结构性问题和心房颤动等节律性问题。

有家族史的人群：有家族性卒中史者，尤其是父母或直系亲属中有卒中病

例的，需要定期体检预防。

长期生活方式不健康的人群：长期吸烟酗酒、久坐不动、熬夜、饮食结构不合理或不规律者，这些不健康的生活方式增加卒中风险。

压力大的人群：长期高强度工作、精神压力大、处于竞争性环境中的人更容易因压力诱发血压波动、血管痉挛和卒中的发生。

患有特定疾病的人群：患有红斑狼疮、烟雾病、梅毒等疾病的人群。需要提醒的是，长期梅毒感染会引起脑血管病变，从而诱发脑梗，临幊上因梅毒而导致卒中的病例不在少数。

服用避孕药的人群：女性在服用口服避孕药后，激素水平变化可能导致血液黏稠度增加，使卒中风险升高。

以上高危人群，应定期至专科门诊咨询，做好筛查工作，避免不良心脑血管事件发生。

科普医生



柯先金
神经内科副主任、副主任医师
专家门诊时间：周三上午