

跑一场步，肺怎么缩小了近一半

医生提醒：“瘦高个”男生警惕自发性气胸

潇湘晨报·晨视频记者刘畅
通讯员李沅芳 刘莉 报道

18岁男生小冯(化名)，身高180cm、体重仅53kg，属于典型瘦高型男生。一天晚自习后，他在操场慢跑和折返跑，就在运动结束瞬间，右侧胸口突然传来撕裂样剧痛，接着胸闷、喘不上气，稍微深呼吸、走动痛感就急剧加重，连说话都费力。小冯被紧急送医湖南省第二人民医院(省脑科医院)。

经检查，胸片显示小冯右侧自发性气胸，右肺组织压缩约40%，属于中度气胸！

医院微创外科中心胸外科舒升光主任医师接诊和评估后，立刻带领团队为患者实施规范急诊处理，放置胸腔闭式引流管排出胸腔积气，配合吸氧、呼吸康复训练、镇痛等对症治疗，指导小冯定时吹气球锻炼肺复张、平稳卧床休养，严格规避憋气、剧烈咳嗽、大幅度活动，全程精细化管理。

仅治疗3天，复查胸片显示，小冯肺部完全复张、无漏气，原有不适症状全部消失，顺利办理出院，未耽误学习。

舒升光介绍，每年科室都会接诊多名同类瘦高男生气胸患者，尤其是在中高考备考、期末考试等学习相对紧张时段，叠加剧烈运动，更容易导致青少年气胸集中爆发。

体型瘦高的男生是气胸多发人群

自发性气胸偏爱15至22岁青春期男性，瘦高体型发病率是普通人群数倍。其核心根源在于肺部先天发育特点：青春期的男生骨骼快速“蹿个子”，胸腔纵向拉长速度远超肺部发育，肺尖组织被持续拉伸变薄，极易长出薄壁肺大疱；身高越高，肺尖承受的负压牵拉越强，而瘦男孩胸壁脂肪、肌肉单薄，缺少缓冲保

护，肺大疱长期处于高应力状态；男性雄激素会降低肺部缔结组织弹性，而女性雌激素能保护肺泡，因此男生发病占比高达80%至90%。

除先天因素外，多项日常行为可能诱发肺大疱破裂：长时间熬夜刷题、过度焦虑，频繁用力深呼吸、大声背书；剧烈跑跳、篮球、冲刺、引体向上等高强度运动；用力排便、剧烈咳嗽、猛提重物、突然大幅度弯腰；久坐不动后突然剧烈活动放松身体。

出现这些信号立刻就医

很多考生怕耽误学习强忍胸痛，极易加重病情，甚至发展为张力性气胸。须牢记三大症状：突发单侧撕裂样胸痛，安静休息无法缓解；胸闷气短、呼吸困难，走路说话时喘憋加重；心慌、乏力、出冷汗，严重时嘴唇发紫、头晕。出现任一症状，应立即停止活动，半卧位休息，马上送医院拍胸片，切不可热敷或按摩胸口。

如何预防自发性气胸

舒升光建议，瘦高青少年在学习任务繁重阶段应取消百米冲刺、篮球对抗、引体向上、拔河等憋气发力项目，改为慢走、轻柔拉伸、匀速慢跑，全程均匀呼吸，禁止大口憋气；运动前充分热身10分钟，勿久坐后突然剧烈活动。日常作息上，杜绝熬夜，23点前入睡；每学习40分钟起身慢走2分钟，舒展胸廓；多喝水、多吃蔬果粗粮，预防便秘，避免排便用力。瘦高男生可注意补充鸡蛋、牛奶、瘦肉、鱼虾等优质蛋白，适度增加体重，以增厚胸壁缓冲层。曾发作气胸者禁止爆发性运动，康复后1至3个月内不参与高强度运动，定期复查胸片；换季注意保暖，预防感冒咳嗽，咳嗽时轻按胸口减轻压力。气胸可防可治，关键在及时识别信号，切莫因小失大。



19岁女孩一吃饭就发呆？

医生：当心“反射性癫痫”侵袭大脑

潇湘晨报·晨视频记者刘畅
通讯员邓畅 陈攀 报道

提到癫痫，很多人印象中是突发倒地、四肢抽搐、口吐白沫。但事实上，不少癫痫发作症状十分隐蔽，仅表现为短暂失神、发呆、意识中断，极易被忽略，却悄悄损伤大脑。

19岁女孩小雨有个困扰4年的怪病：每次吃饭会突然发呆，筷子悬空，眼神发直，约1分钟后恢复正常，对刚才发生的事毫无记忆。家人以为她是犯困，直到2025年底发作越来越频繁，才到湖南省第二人民医院(省脑科医院)癫痫中心就诊。

小雨入院后，卢军主任医师团队通过长程视频脑电图监测、多模态头颅影像融合等检查，确诊为反射性癫痫——咀嚼动作触发大脑异常放电引起发呆症状。然

而，规范服用3种抗癫痫药物仍无法控制病情，小雨每月仍有1至2次发作。

再次住院后，经多学科联合诊疗评估，判定药物保守治疗效果不佳，具备手术指征。因现有资料无法精准定位致痫灶，与家属协商后，医生决定行神经外科精准导航下脑深部电极植入术。该术式精准微创，术后通过体外程控刺激脑深部核团，该技术是药物难治性癫痫的核心治疗手段之一。

手术顺利，患者术后恢复良好，无并发症，出院后日常活动、作息、社交基本恢复正常，再未出现吃饭断片情况。

卢军提醒，癫痫发作不一定都倒地抽搐，短暂发呆也可能是另一种类型。若亲友出现反复、短暂的发呆愣神等症状，应尽早就医，早评估、早干预，减少癫痫对大脑的损害。

警惕家里“高危中毒”场所

63岁大爷居家做饭时突发重度中毒

潇湘晨报·晨视频记者刘畅
通讯员周璇 谭双莉 报道

近日，长沙63岁张大爷在家中密闭厨房做饭时突然晕倒，室内煤烟味浓重，家人发现时他已意识全无。湖南省第二人民医院120急救人员到场后，经过27分钟持续心肺复苏，患者恢复心跳，但仍深度昏迷。检查显示血液碳氧血红蛋白严重超标，血气分析提示重度酸中毒，合并呼吸衰竭、休克、高钾血症等，确诊重度一氧化碳中毒。患者转入呼吸重症监护室救治，目前仍未脱离危险。据悉，张大爷患有多年肺气肿，平日活动后气促但未规范治疗，肺部基础疾病使其对缺氧耐受度极差，普通做饭便诱发致命中毒。

一氧化碳是无色、无味、无刺激性气体，无法被人体感官察觉，被称为“沉默杀手”。

中毒症状分三级。轻度表现为头晕头痛、恶心乏力、视物模糊，脱离环境呼吸新鲜空气后可消退。中度症状加重，出现面色潮红、口唇樱桃红色、多汗、心率加快、意识模糊，及时抢救大多预后良好。重度则深度昏迷、反射消失，伴大小便失禁、血压骤降、呼吸困难，易诱发脑水肿和多器官衰竭，死亡率高，幸存者多

遗留永久后遗症。湖南省第二人民医院呼吸与危重症医学科主任医师曾祥伯提醒，肺气肿、慢阻肺、心脏病、贫血等基础病患者耐缺氧能力更低，中毒进展更快，是重点防护人群。

厨房是全年高危中毒场所，夏季尤为高发。空调房紧闭门窗，燃气灶或热水器燃烧不充分、设备老化、烟道堵塞，产生的一氧化碳会持续蓄积，张大爷即属此类。

预防需做好六项：做饭和使用燃气热水器时务必开窗通风，空调房不可完全密闭；用火不离人，出门睡前关阀门；安装一氧化碳报警器并定期检查；定期检修烟囱烟道防止堵塞；熟记早期中毒症状，多人同现不适需警惕；基础病患者加强防护，避免独自操作燃气设备。

急救时，施救者先以湿毛巾捂口鼻，勿开关电器或明火，勿室内打电话，立即开窗通风，将患者转移至空气新鲜处，解开衣领、清理口鼻，平卧头偏一侧防窒息。若心跳呼吸骤停，立即心肺复苏并拨打120。医生特别提醒，一氧化碳中毒存在“假愈期”，部分患者看似恢复，数日后可能突发迟发性脑病，因此无论轻重，中毒后均须就医检查，切勿侥幸。

潇湘晨报分类信息

遗失声明	拍卖公告	变更公告
长沙市规划设计院有限责任公司成部分公司遗失原公章(编号5101060248585)声明作废 ●宜章县一六镇汤湖里村经济联合社遗失开户许可证,核准号:J5636000685501,声明作废 ●四川丰幅建设工程有限公司湖南分公司遗失公章一枚,编号:43010210006026,声明作废 ●长沙兆鑫粉末冶金有限公司遗失财务专用章,声明作废 ●长沙市雨旺商贸有限公司遗失(李彬)法人章,声明作废 ●邵阳事成法律咨询有限公司遗失财务章43060310037052声明作废。 ●衡阳市杉聰商贸有限公司遗失公章43049510116839声明作废 ●沅江市司法局澧湖司法所遗失公章(编码为4309000022096),特此声明。 ●云溪宏亮口腔诊所遗失医疗机构许可证正副本,备案编号PDY00176143060317D2202,声明作废 ●长沙优集企业管理咨询有限公司遗失劳务派遣经营许可证正本,编号:湘A-784号,声明作废。 ●长沙天心区盛顺源器材租赁部遗失公章43010310174801作废 ●安仁县牌楼乡人民政府工会委员会遗失工会法人资格证书,统一社会信用代码81431028MC94009950,证书有效日期2025年10月21日-2028年08月01日,作废 ●湖南万宁地毯有限公司遗失公章(编号4301210270810)声明作废 ●蓝山县图书馆遗失开户许可证,核准号Z5658000122101,声明作废 ●郴州市北湖区华林货运部遗失公章,法人贺华林私章,声明作废 ●衡东县大浦镇托源村经济合作社遗失核准号J5544000696101开户许可证,声明作废。	受委托,我公司将于2026年8月27日10时起至2026年8月28日10时止(延时出价的除外)在淘宝网资产拍卖网络平台上(网址:http://zc.paimai.taobao.com)分别对以下标的按现状进行公开拍卖:1、长沙市雨花区韶山路123号华翼府2112、2116、2117、2118,起拍价168.28万元;2、浏阳市淮川办事处车站路鑫远名城小区二楼02037、02067等11套、02044、02045等14套,起拍价143.12万元;3、长沙市雨花区万家丽路长远华樟名府1-017等103套房屋,起拍价1331.63033万元。自公告之日起至拍卖前展示并接受咨询,联系人:胡女士17774575597。本公告未尽事宜,以淘宝网上公示的竞买公告和须知为准。 湖南湘军拍卖有限公司 常德市鼎城区2026年一批抵税资产变卖公告(第一次) 受托,本公司将于2026年8月11日15时30分在湖南省(常德市)国有资产资源交易平台(https://sz.cdggzy.cn/portal/index)依法对位于常德市鼎城区湘西北国际五金城A-01号楼114、115、121、131号,B-01号楼124、125号共6间商铺(总面积679.71㎡)抵税资产进行公开变卖,总参考价307.49万元,需缴纳保证金2万元/套,报名截止日期2026年8月11日15时30分止。即日起至2026年8月11日,在标的所在地展示。报名详询:刘先生18073168739 湖南物源拍卖有限公司	长沙开福慈铭铭亚门诊部(许可证号PDY70472X43010517D1102)申请增设预防保健科,现予以公告,异议请30日内向相关主管部门书面提出。 2026年7月14日 涟水湘乡市洙津段河岸治理工程环境影响报告书公众参与征求意见稿公示 根据《中华人民共和国环境影响评价法》《环境影响评价公众参与办法》公示内容如下:征求意见稿简本与公众意见表网络链接:https://pan.baidu.com/s/1R3xHJS_bM45lpYK6UbflHg?pwd=dj8j,提取码:dj8j自发布日起10个工作日内,公众可通过电话、传真、电子邮件、信函等方式提出意见。 联系单位:湘乡市水利局 联系方式:15080778128 ●衡山县店门镇小村勘采石场有限公司遗失公章,编号:43042309000341,声明作废。 ●刘祖华(430422196305104415)遗失坐落湖南省衡阳市衡南县茅市镇龙波村老屋组不动产产权证书,证号:湘(2023)衡南县不动产第0008932号,宗地面积:138.89㎡,房屋建筑面积:262.38㎡,声明作废。 ●衡山县店门镇小村勘采石场有限公司衡山分公司遗失公章,编号:43040810002661,声明作废 ●湖南省郴州市临武县南强镇官庄村村民委员会遗失开户许可证,核准号J5638000480501,声明作废 ●湖南森领智能科技有限公司遗失财务专用章一枚,声明作废 ●湘潭蜜小峰信息科技有限公司遗失财务章43030210004271,徐正私章43030210004273,声明作废