XIAMEN DAILY 厦门日报

关注世界卒中日

当心

别让脑卒中“卒”不及防

该病发病趋年轻化，预防从改变不良生活方式与习惯做起

本报记者 刘蓉
通讯员 林楠 倪晶莹

脑卒中俗称“中风”。今年10月29日是第17个“世界卒中日”，宣传主题是“识别卒中早一秒，挽救大脑恢复好”。以往，脑卒中的主要隐藏患者都是年龄超过50岁，伴随高血压、高血脂症、糖尿病、代谢综合征等的慢性病患者。但是，由于现代人的不良生活饮食习惯、缺乏运动及高强度工作，卒中的发病趋势正越来越年轻化。

厦门市中医院脑病科主任林安基提醒市民，脑卒中是可防可治的，只要足够重视，提高相应防病治病的意识，改变不良生活方式与习惯，完善健康保护体系，就可以显著降低脑卒中的发病率和死亡率。

A 青年卒中患者比例逐年升高

30岁的邓先生因工作性质，需要长时间坐在电脑前，经常熬夜加班。发病前1个月，他因为工作压力大经常失眠。发病时，他突发头晕、肢体麻木4小时，加重伴意识模糊2小时，情况危急。市中医院急诊部第一时间启动脑卒中绿色通道，明确脑梗死后，给予他静脉溶栓治疗。邓先生的症状略有改善，但仍意识模糊，被怀疑是大血管闭塞。卒中救治团队紧急进行脑血管造影，明确他是左椎动脉狭窄后闭塞。在实施急诊取栓及椎动脉支架植入术后，经中西医结合综合治疗，邓先生症状明显改善，最终恢复良好，能自行走路出院，但遗留了少许语音功能障碍。

市中医院卒中中心负责人李世勇介绍，脑卒中是一种急性脑血管疾病，是由于脑部血管突然破裂或血管阻塞导致脑组织损伤的一种疾病，具有发病率高、致残率高、死亡率高、复发率高和经济负担高的“五高”特点。

据报道，脑卒中发病率在逐年升高，患病群体逐渐年轻化，全球青年卒中的发病率增长超过40%，每年有超过200万青年卒中患者。数据表明，大约10%–20%的脑卒中事件发生在18–45岁之间，这个年龄段的缺血性脑血管病患者被称为青年脑卒中。据市中医院卒中中心数据显示，近五年来该院诊治的青年卒中患者逐年增加，占住院患者的10%—20%，患者年龄多为35岁至40岁之间，最年轻的为25岁。

B 睡眠质量差是致病危险因素

青年脑卒中患者在病因、危险因素、预后等方面与老年缺血性脑卒中有很大的不同——他们除了有吸烟、酗酒、肥胖、高血压、糖尿病、高血脂症、脑卒中家族史等中老年缺血性脑卒共同的危险因素外，还与睡眠质量差、不规范使用药物、自身免疫性疾病，以及脑血管畸形、动脉瘤等有关。

特别要强调的是，青年患者群体和老年患者群体最突出的差异是睡眠质量差。青年人由于夜间加班、沉溺网络、过度娱乐等原因，导致夜间失眠及睡眠质量下降。而睡眠差同时也是高血压、糖尿病及肥胖的危险因素。有资料表明，睡眠时间小于6小时者比睡眠时间大于6小时者的脑梗死风险增加3.78倍，并且白天嗜睡也可能导致青年脑卒中的发生。

上周，市中医院神经外科孟晗医师接诊了一位脑血管畸形导致的脑出血患者。28岁的王先生因为“头晕1天，加重伴呕吐、站立不稳1小时”而前往市中医院就诊。头部CT检查提示他的小脑出血、脑积水；急诊核磁共振提示小脑有巨大动静脉畸形。

神经外科团队立即为患者进行微创脑室引流和动静脉畸形介入栓塞手术，经过治疗，王先生的症状逐渐改善，3周后出院。不过，因为他是巨大的动静脉畸形，日后还需要再入院，进行第二期的微创介入栓塞治疗。

提醒

脑卒中起病急 要重视身体“警告”

脑卒中多是急性起病，有患者睡前还一切正常，睡醒后就发现一边的手脚没力气，或者面瘫了；有患者白天还在与人侃侃而谈，晚上吃饭时突然说话不利索，喝水吃饭也容易呛到；有患者加班到深夜，上厕所时突然头晕恶心、呕吐、站不稳；还有人甚至走着路突然就晕厥了。

表面上看，脑卒中发病急，好像无征兆；实际上，大多数人发病前身体会发出一些小警告。例如，头晕、头痛反复发作；睡觉时不自觉地留口水；一侧手脚没力气、发麻或者感觉减退；头晕恶心、站不稳；喝水、吃饭容易呛等。一旦出现这些症状，尤其是有高血压、糖尿病、高脂血症、肥胖、颈动脉斑块以及生活作息不规律的市民，应该第一时间就诊，警惕脑卒中的发生。

李世勇强调，缺血性卒中溶栓时间窗是4.5小时，大血管闭塞血管内治疗时间窗是24小时。脑组织出现缺血后，每分钟有190万个神经元细胞凋亡，可利用药物溶解血栓或急诊介入取栓等，促进神经功能康复。在出现脑卒中症状后，应第一时间到具备溶栓、取栓医院就诊，牢记“时间就是大脑”。

对于脑卒中，最重要的是一级预防。其次，及时发现卒中的早期症状极其重要，越早发现，越早治疗，恢复效果就越好。牢记“中风120”口诀，“1”代表“看到1张不对称的脸”；“2”代表“查两只手臂是否有单侧无力”；“0”代表“聆(零)听讲话是否清晰"。

多条公交线路明起调整

本报讯（记者 林钦圣 通讯员 林承毅）明日起，厦门公交集团调整981路、397路、912路、M10路、638路、737路，新增739路，涉及集美区、翔安区、同安区。

981路：调整至孚中央公交场站始发，方便孚中央片区乘客出行。调整后，增停孚中央公交场站、新阳保障房二期（往孚中央）、阳光照明（往孚中央）、新阳人力资源市场（往嘉庚）、孚中央（往嘉庚）、新阳保障房（往嘉庚），减停新顺路口（往孚中央）、后祥路（往孚中央）。

397路：单向调整晚高峰时间，方便滨水片区乘客出行。调整后，大学城方向始发，晚高峰运行时间为16:15（原16:30）–20:30。

912路：调整末班时间，方便软件园三期和东安片区乘客出行。调整后，软件园三期方向始发，末班时间为20:10（原20:00）；东安方向始发，末班时间为20:20（原20:00）。

M10路：改经金泉路运行，并由科技中学翔安校区站改至洋塘南公交场站始发，方便乘客接驳地铁鼓锣站。调整后，增停鼓锣（金泉路的新设站点）、科技中学翔安校区站（往洋塘南，西侧站点）、洋塘（往新店）、洋塘南公交场站；减停石厝、洋塘（往洋塘南）、科技中学翔安校区站（往新店）。

638路：增停“酱文化园”站，方便古龙酱文化园周边乘客出行。

737路：双向增停“内厝镇”站，方便内厝镇片区乘客出行。

739路：微循环公交线路，由蔡厝北始发，经424县道、翔安东路、424县道至蔡厝北，单向停靠蔡厝北、蔡厝南、地铁蔡厝、蔡厝北。高峰20分钟一班，平峰40分钟一班。739路的开通，方便蔡厝村片区乘客出行，进一步提升蔡厝片区公交配套水平。

石鼓山立交往海沧隧道掉头匝道开放通行

本报讯（记者 柯恺筠 通讯员 娇轩）10月27日起，湖里区石鼓山立交往海沧隧道掉头匝道开放通行，现场已有车辆在此通行。

值得注意的是，本次开通道路仅允许通往海沧隧道出岛车辆通行，同时限高3.4米，无法满足车辆掉头前往兴湖路、长浩路的通行需求。交警部门提醒，请广大司机朋友合理规划行驶路径，按现场道路交通信号指示通行，服从现场民警和管理人员的指挥和疏导，违者将依据相关法律、法规予以处罚。

今天有男性健康公益咨询

本报讯（记者 楚燕 通讯员 张舒姗 黄定平）今天是“男性健康日”，15:30–17:00，厦门大学附属中山医院将在该院门诊一楼（4号楼）取药大厅旁举办男性健康日公益咨询活动。除该院泌尿外科专家外，医院还邀请了厦门大学附属第一医院、厦门市中医院、厦门市第三医院等厦门多家医院知名专家共同参与，为广大男性朋友开展科普宣教，答疑解惑。有既往病史的患者建议携带相关病历资料前往参加。

男科疾病是继心脑血管疾病、癌症之外，威胁男性健康的第三大杀手。厦门大学附属中山医院作为厦门市医学会男科学分会主委单位，多年来持续开展男性健康公益活动。

做好常态化疫情防控

厦门疾控发布健康提醒：

7天内有福州市旅居史的入（返）人员须三天三检

本报讯（记者 陈莼）10月26日全国新增报告193例本土确诊病例、924例本土无症状感染者，涉及27个省份。

天津滨海新区，山西大同市，黑龙江绥化市，上海普陀区、金山区，安徽合肥市，江苏徐州市、南京市、苏州市、南通市，福建福州市等地新增划定高、中、低风险区。其中，福州市划定24个中风险区，请近7天内有福州市旅居史的入(返)厦人员，严格落实三天三检（含落地检）。此间，非必要不参加聚集性活动、不进入人员密集的公共场所。对拒不配合核酸检测、隐瞒病情、瞒报行程信息（尤其是重点地区旅居史）、隐瞒与确诊病例或疑似病例有密切接触史的，将承担相应法律责任。

扫码了解详情

10月26日0时–24时

我市新增15例境外输入确诊病例

本报讯（记者 陈莼）据福建省卫健委、厦门市卫健委官网消息，10月26日0时–24时，福建省报告新增境外输入确诊病例16例（福州市1例，为无症状感染者转确诊；厦门市15例）。当日报告新增境外输入无症状感染者1例（福州市1例）；解除隔离1例。

今日我市开放17个疫苗接种点

本报讯（记者 陈莼）今日，我市有17个疫苗接种点提供新冠疫苗接种服务，同步提供3岁至11岁儿童新冠疫苗接种服务。

接种新冠疫苗（含加强免疫）需通过“美丽厦门智慧健康”微信公众号预约或由单位、村居统一组织。市民还可到提供重组新冠病毒疫苗（CHO细胞）的接种点预约接种。

扫码了解详情

明年

医保财政补助每人770元/年

2023年度我市城乡居民基本医疗保险筹资标准出台

本报记者 刘蓉 **通讯员** 夏一保

2023年，我市居民医保的筹资标准将由每人每年1140元调整为每人每年1200元，其中：财政补助标准由每人每年740元调整为770元，个人缴纳基本医疗保险费标准由每人每年400元调整为430元。昨日，厦门市医疗保障局副局长蒋更生在接听厦门市12345政务热线时透露，2023年度将调整城乡居民基本医疗保险筹资标准，明年开始，我市医保年度将调整为按自然年度执行。

居民医保筹资标准将调整为每人每年1200元

据介绍，此次调整是贯彻落实国家、福建省关于做好城乡居民基本医疗保障工作的统一部署，市医保局、财政局、税务局近日联合印发了《关于调整城乡居民基本医疗保险筹资标准的通知》，对我市2023年城乡居民基本医疗保险（以下简称“居民医保”）筹资标准进行调整。按照国家、福建省继续提高居民医保筹资标准，人均财政补助标准新增不低于30元，同步提高居民医保个人缴费标准不低于30元的要求，2023年，我市居民医保的筹资标准由每人每年1140元调整为每人每年1200元，其中：财政补助标准由每人每年740元调整为770元，个人缴纳基本医疗保险费标准由每人每年400元调整为430元。

医保年度将调整为按自然年度执行

自2023年1月1日起，我市医保年度调整为按自然年度执行。2023年我市居民医保集中参保登记和集中缴费时间为2022年11月1日至12月31日，日常参保登记时间为每月4日至月底，日常缴费时间为参保当月4日至当月底。详情可关注国家税务总局厦门市税务局官网或厦门税务微信公众号了解。

居民医保实行个人缴费和财政补助相结合的方式，财政补助占居民筹资的大部分，是基金收入的主要筹资来源。合理提高居民医保筹资标准，是适应医药技术进步，巩固完善参保人待遇水平的客观需要。参加我市居民医保的人员，同步享受居民大病保险待遇，无需另外缴交费用，保障大病患者经基本医保报销后的高额医疗费用负担，防止因病返贫致贫。目前，我市参保居民一个年度内基本医保叠加大病保险后综合保障水平达到50万元，2023年大病保险保障水平还将进一步提升。

同时，我市高度重视困难群众的参保工作，对特定的医疗救助对象，在提供人均财政补助770元的基础上，再通过医疗救助对其个人参保缴费给予资助。

台风“尼格”将送来大风

今起三天气温攀升，明起风力逐渐增强

本报讯（记者 朱道衡）昨日，厦门继续保持回暖节奏，午间暖意融融。同时，上千公里外今年第22号台风“尼格”生成。气象部门预测，由于冷空气较弱，台风距离较远，今起三天，我市仍是可人的“小阳春”天气，气温继续攀升。

眼下已进入农历十月。在古人看来，农历十月天气渐冷，因此该月又有孟冬、初冬的别称。不过期间常有一段“回暖期”。今起三天，由于冷空气疲软，我市以多云天气为主，气温将继续回升，城区最高气温达到27℃~28℃左右，夜晨最低气温也略升至21℃~22℃上下，厦门人可以继续体验到“十月小阳春”的美好。

台风方面，今年第22号台风“尼格”于昨日上午8时在菲律宾以东洋面上生成，中心附近最大风力8级。预计，其将向西偏北方向移动，强度逐渐增强，但后期路径尚有不确定性。

明天开始，受“尼格”和冷空气共同影响，我市风力将逐步增大，预计10月31日至11月1日风力达到最大。

海洋预报

- 高潮时：01时11分和14时02分
- 低潮时：07时40分和20时02分
- 表层水温：21.5℃至24.5℃
- 厦门岛南部海域浪高：1.0米 至1.8米 轻到中浪

厦门海洋环境预报台发布

厦门天气

今日最高温 27℃

今天 多云到晴 21℃~27℃

明天 多云 22℃~28℃

后天 多云 21℃~28℃

（数据来源：厦门气象微信公众号）

2023高考直通车

职教高考下月10日起报名

本报讯（记者 余峥）2023年职教高考报名11月10日开始，主要依据学考成绩录取。

省教育厅昨日对外发布《关于做好2023年高职院校分类考试招生报名工作的通知》，“高职院校分类考试”就是俗称的“职教高考”，或是“春季高考”。

职教高考考生类别分为中职学校类、普通高中类和特殊群体类等3类。报考中职学校类的考生为中职学校的应届毕业生、往届毕业生或同等学力人员。报考普通高中类的考生为普通高中学校的应届毕业生、往届毕业生或同等学力人员。报考特殊群体类的考生为在我省安置的退役士兵以及下岗失业人员、农民工和高素质农民等群体人员。

此外，台商子女高中毕业后，在大陆获得普通高中、中职学校毕业证书可以在大陆参加相关高职院校分类招考。

在报名时间上，职教高考报名分网上报名和现场确认。其中，网上报名时间为：2022年11月10日至11月15日，网站为福建省教育考试院网站（www.eeafj.cn）；现场确认时间为2022年11月16日至21日，在各地招办设立报名点，考生必须本人前往。

中职学校毕业的报考人员参加职教高考有30类，普通高中类和特殊群体类的考生不分报考科类。不过，高职分类招考安排的本科招生计划仅面向中职学校类考生。

和夏季高考不同的是，职教高考录取主要依据是高二年的学考（即会考）成绩，中职学生还要考职业技能测试。

用银联信用卡享返现2%月月可领奖

支付先看云闪付 专题报道

本报讯（记者 陈敏）近日，记者从厦门银联获悉，即日起至2023年3月31日，用户使用已在“云闪付”App绑定的“62”开头银联信用卡消费，可享2%返现，每月消费达标还可免费兑换礼品。

●**返现2%：**活动期间每天10:00–22:00，使用绑定了“云闪付”App的“62”开头银联信用卡，在活动商户线下门店以刷卡、插卡、挥卡、手机闪付（仅限线下NFC）方式完成支付，可享返现2%，单笔最高返现80元，单用户每个自然月最高返现200元。每日名额有限，所有商户名额共享，先到先得。

●**月月领奖：**活动期间，用户在“云闪付”App首页–“权益·银行”–“笔笔返现 月月领奖”活动页面，点击“月月领奖”，选择“立即参与”即可报名“月月领奖”活动。用户持报名卡片在活动商户线下门店以刷卡、插卡、挥卡、手机闪付（仅限线下NFC）方式支付发生合格消费（每个自然月累计实付金额不少于3000元，通过银联系统转接清算的消费交易，不含银联二维码交易），可在“京东E卡”“话费卡”“爱奇艺VIP黄金会员”“腾讯视频VIP会员”“喜马拉雅巅峰会员”中任选一个礼品进行兑换。单用户单月限获得一次兑换机会，单月各礼品数量有限，先到先得。

温馨提醒：活动商户以及更多活动详情可在“云闪付”App查看。