

# 导致方大同离世的气胸是啥病？

毓璜顶医院专家提醒，瘦高体型的年轻男生是高发群体

YMG全媒体记者 刘晋 通讯员 李成修 王婧

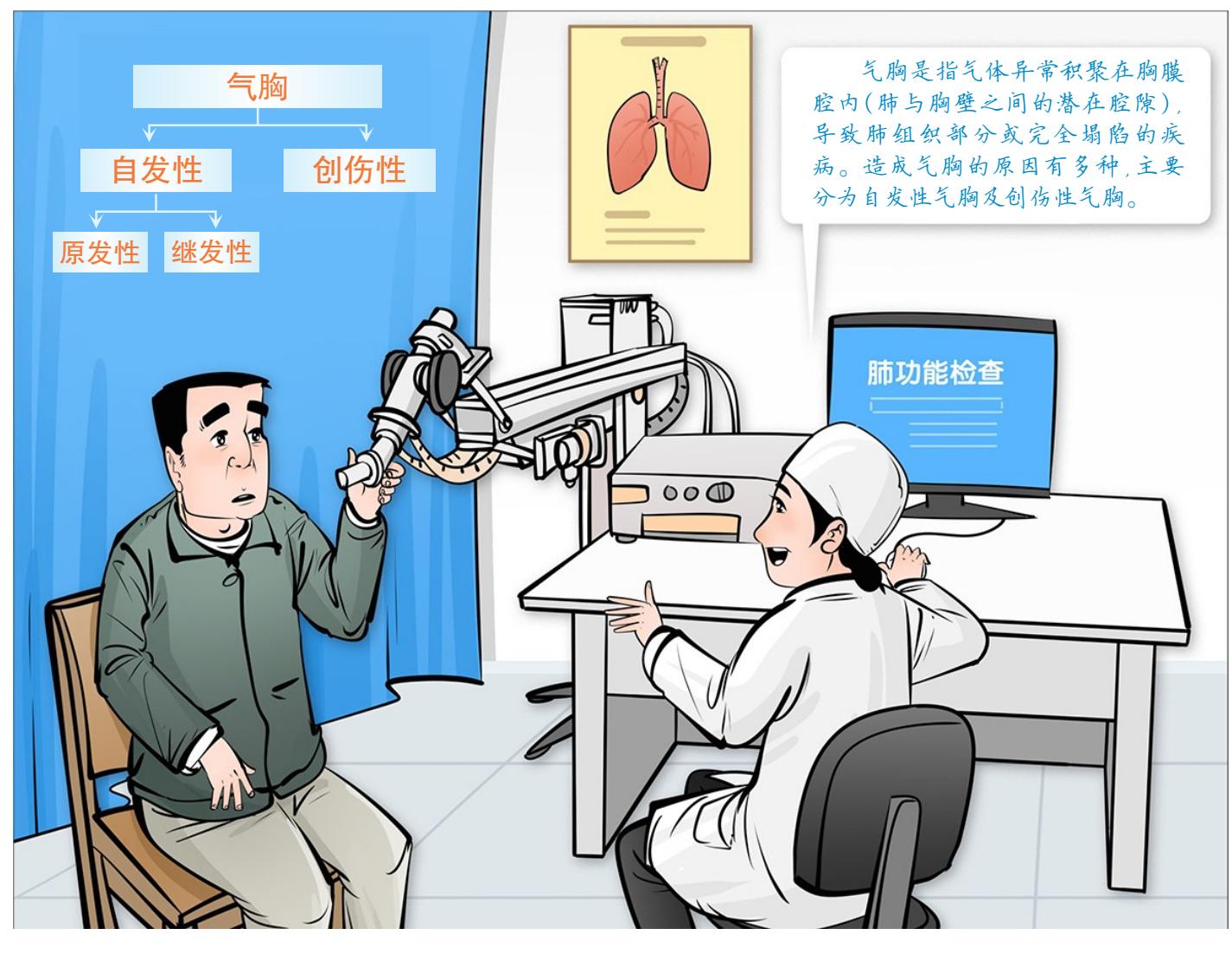
2月21日，41岁的音乐人方大同因长期对抗气胸及并发症去世。其健康问题最早可追溯至2010年，那年他因过度劳累首次出现气胸（俗称“爆肺”）并多次住院。2024年短暂复出时，他曾表示“身体状况已改善但未完全康复”，但最终因病情恶化离世。

“气胸”到底是一种什么病？主要发生在哪些群体身上？日常生活中应如何预防？对此，记者采访了烟台毓璜顶医院胸外科主任彭笑怒。彭笑怒介绍：“气胸是指气体异常积聚在胸膜腔内（肺与胸壁之间的潜在腔隙），导致肺组织部分或完全塌陷的疾病。造成气胸的原因有多种，主要分为自发性气胸及创伤性气胸。”其中，自发性气胸最为常见，简单地说，就是肺表面破了个小洞，空气从肺里漏到了胸膜腔，这些漏出来的空气会压迫肺部，让人感觉胸痛、呼吸困难，严重时甚至会危及生命。

彭笑怒告诉记者，自发性气胸有原发性、继发性两种。“原发性气胸多因某种自身原因导致胸膜破裂，好发于体型瘦高的中青年男性，其可能的发病原因为，发育过程中胸膜腔快速延长，胸腔内生物力学改变，形成了肺大疱，肺大疱破裂就会引起气胸；继发性气胸通常是因为肺部本身就有问题，比如慢性支管炎、肺气肿、肺结核等患者，其肺组织比较脆弱，稍一用力就可能导致肺部‘漏气’。”

一般来说，自发性气胸患者往往合并有肺大疱，在一定的压力之下，如剧烈咳嗽或者在进行快速奔跑、游泳等大肺活量运动时，肺大疱就有可能破裂，造成自发性气胸。

“瘦高体型的年轻男生是自发性气胸的高危群体。”彭笑怒说，在青春发育期，瘦高体型的人肺组织往往“跟不上”快速的生长发育，易出现先天性弹力纤维发育不良的情况。“此外，如哮喘、慢性阻塞性肺病、肺结核、间质性肺病等患者和长期抽烟人群都是自发性气胸的高发群体。”



彭笑怒提醒，此类人群如果在剧烈咳嗽或者运动后出现胸痛、呼吸困难、干咳等症状，不要硬扛，需立即前往医院就诊。他解释说：“胸痛是气胸最典型的症状，一般单侧发作，呈针刺样痛或撕扯痛，有时还会放射到肩背或手臂。大量气胸还可出现进行性

加重的呼吸困难症状，严重者紫绀甚至休克。突然出现以上症状时，如果怀疑是气胸，就要尽量保持安静，避免精神紧张和用力屏气，同时尽快就医，进行胸部X线或者胸部CT检查，有条件的话尽早吸氧。”

彭笑怒还提醒，在日常生活中，气胸的

预防比治疗更重要。戒烟、保持健康的生活习惯、避免过度劳累和剧烈运动，都是预防自发性气胸的关键。气胸虽有导致死亡的风险，但概率极小。他强调，如果在剧烈咳嗽或者运动后出现胸痛、胸闷、呼吸困难等症状，一定要及时就医，以免延误治疗。

## 惊蛰：顺应肝木升发之性

惊蛰，古称“启蛰”，是二十四节气中的第三个节气，标志着仲春时节的开始。经历了早春的懵懂，仲春时节，春雷始响，万物复苏，春意也渐渐浓了起来。此前，昆虫入冬藏伏土中，不饮不食，称为“蛰”；到了惊蛰时节，天上的春雷惊醒蛰居的动物，称为“惊”。

说起惊蛰节气的养生与食疗，烟台毓璜顶医院中医中西医结合科主任医师宫鑫表示，惊蛰时节，人体的肝阳之气渐升，养生要注重顺应肝木升发之性，使自己的精神、情志、气血也如春天一般舒展畅达，生机盎然。

规律起居防春困。惊蛰前后阴寒之气渐降，阳气升发，人体血管舒张，流入大脑的血供较冬季减少，中枢神经的兴奋性减弱，致使春困扰人。“可以适当晚睡早起、多伸懒腰，这样可以使血液循环加快，不但能减轻困意，还能激发肝脏机能。”宫鑫说。

春捂秋冻慎减衣。宫鑫提醒：“惊蛰时节，是由寒冬向暖春的过渡。此时虽然阳气渐生，但是余寒未尽，因此春捂就显得尤为重要。”万物在春天开始复苏，人体也同自然一样，毛孔张开，这时冷风来袭，便可长驱直入，引发

感冒、咳嗽等不适。所以，惊蛰时节虽然气温升高，但减衣服要适度，要根据个人体质和天气变化逐渐减少。

酸增甘养脾气。惊蛰时节，饮食亦应遵循春日“省酸增甘，以养脾气”的养生原则，多吃些性温味甘的食物以养脾，包括糯米、黑米、高粱、燕麦、南瓜、扁豆、红枣、桂圆、核桃、栗子等。此时余寒未消，还可适当进食一些辛味食物以助阳升抗余寒，包括韭菜、洋葱、香菜、生姜、葱等。另外，惊蛰过后，气温回升，细菌等微生物活力增强，容易侵犯人体而致病。可以多吃点清热解毒的“抗菌”食品，比如大蒜、大葱、蒲公英、蜂蜜、绿茶、香菇等。

适当活动助升阳。“天气渐暖，阳光和煦，人们应如蛰虫般充满活力，多参加一些有益身心的户外活动，如散步、慢跑、踏青、放风筝等，亦可选择太极拳、气功、五禽戏等传统养生保健方式。惊蛰前后，春暖花开，空气清新，最适宜进行空气浴、日光浴，以吐故纳新，调和呼吸，使气血冲和、心安神宁，阴阳协调、气机顺畅，达到养生的目的。”宫鑫说。

春捂秋冻慎减衣。宫鑫提醒：“惊蛰时节，是由寒冬向暖春的过渡。此时虽然阳气渐生，但是余寒未尽，因此春捂就显得尤为重要。”万物在春天开始复苏，人体也同自然一样，毛孔张开，这时冷风来袭，便可长驱直入，引发

YMG全媒体记者 刘晋  
通讯员 李成修



3月4日是世界肥胖日，为提高学生及家长对健康体重的重视，烟台毓璜顶医院公共卫生科携手西牟小学开展了一次专题科普讲座。

讲座中，专家结合动画、案例深入浅出地讲解了肥胖的危害、成因及防控方法，并指导学校和家庭为孩子制定健康食谱和科学合理的运动计划，携手为孩子打造科学的生活方式。

## 莱山区开展联合执法检查

### 筑牢医疗安全防线

本报讯（通讯员 孙木孩）近日，莱山区卫生健康局联合区市场监督管理局、区消防救援大队共同对辖区内的3家医疗机构进行了执法检查。

现场检查过程中，区卫健局执法人员通过现场查看、查阅资料、调取数据等形式对医疗机构依法执业、消毒供应管理、抗菌药物及麻精药品的管理、医疗废物处理、病历书写记录等工作进行了全面细致的检查。

下一步，莱山区将进一步营造良好的市场化、法治化、国际化营商环境，规范医疗机构的执业行为，把好医疗质量安全关，消除医疗质量安全隐患，提升医疗机构依法执业水平，建立和谐安全的就医环境，筑牢医疗安全防线。

## 福山区打造“有温度”的营商环境

### 提前介入 主动服务

本报讯（通讯员 李洁）为进一步护航企业健康有序发展，打造“有温度”的营商环境，福山区疾控中心积极探索提前介入、主动服务的工作机制，主动靠前服务，与项目建设单位提前对接，为企业提供零距离服务、全周期赋能。驻点服务人员将逐步与企业形成常态化沟通，提高服务的针对性和有效性，将潜在问题化解在萌芽期，真正实现服务零距离、问题不过夜。

下一步，福山区疾控中心将通过“一企一策”驻点服务这一创新举措，以点带面全方位督促用人单位做好职业卫生管理工作，将职业卫生普法宣传贯穿企业筹建及生产运营全周期，多管齐下为企业发展保驾护航，切实保障劳动者的职业健康，为持续服务企业营造良好的法治营商环境。

福山区疾控中心提供“一企一策”驻点服务，协助企业建立相关档案、制度及预案，积极引导和帮助企业从“被动合规”到“主动防控”，从源头规避职业健康风险。驻点服

## 市中心血站开展学雷锋志愿服务集中宣传活动 让更多人正确认识无偿献血

本报讯（YMG全媒体记者 赖皓阳 通讯员 李星 摄影报道）3月1日，由烟台市委社会工作部、共青团烟台市委联合主

办的全市“三·五”学雷锋志愿服务集中宣传活动中，在市文化中心广场拉开帷幕。活动以“学雷锋，做志愿，服务改革建新

功”为主题，市中心血站学雷锋志愿服务队积极参与，为市民提供了健康服务与科普宣传。

活动现场，志愿服务队成员有序分工，吸引了众多市民积极参与。健康服务小队为市民免费测量血压、检测血型，并配合检测结果互动讲解血型检测原理。科普宣传小队现场发放无偿献血宣传资料、解读无偿献血政策并进行健康科普宣传。志愿者通过向市民普及献血知识、解读《中华人民共和国献血法》《烟台市无偿献血管理办法》等法规政策，解答献血疑虑，展示电子献血证申领等，让更多市民了解无偿献血，加入无偿献血队伍。

本次活动，志愿者还向市民展示了心脏血管模型，通过血管立体模型与血液流速模拟装置，直观展示了高血脂状态下血管壁脂质沉积增厚、管腔狭窄程度加剧以及血液黏稠度显著升高病理变化，增强了市民对科学膳食、适度运动等健康生活方式的认同感。

此次市中心血站参与全市的学雷锋活动，既弘扬了新时代雷锋精神，又让更多人正确认识了无偿献血，通过专业服务提升了市民的健康素养，为构建文明和谐社会注入了更多正能量。



## 关注青少年脊柱侧弯，头部医院优质医疗资源下沉——

### 北京协和医院“牵手”烟台山医院共建“联盟”

本报讯（YMG全媒体记者 林媛 通讯员 马秀玲）青少年脊柱侧弯问题，已成为我国继近视眼、心理健康之后，危害青少年健康的第三大“隐形杀手”。每周日上午，在烟台山医院东院的脊柱侧弯专业门诊，都有孩子被筛查出患有脊柱侧弯，很多孩子因为早期侧弯没有得到重视和及早诊治，已经严重到必须手术的程度。为此，3月2日，北京协和医院“牵手”烟台山医院，将我国头部医院的优质医疗资源下沉，仉建国教授名医工作室正式落户烟台山医院。

活动现场，志愿者向市民发放急救宣传手册，详细讲解如何拨打120、发生心脑血管急症及意外伤害如何自救等知识。志愿者现场演示心肺复苏、AED使用、成人及婴儿海姆立克急救法等急救技能，吸引了许多市民驻足学习。志愿者一边演示一边讲解急救步骤和注意事项，“一对一”“手把手”给予指导，规范急救动作，确保市民掌握标准的急救技术。“心肺复苏这项急救技术真的很重要！我家中有老人，之前在手机上看过急救操作过程，但没有真正操作过，今天终于亲手实操学会了这项技能，这样的活动太有意义了。”一位参与培训的市民说。据统计，本次活动共发放急救宣传页150余张，100余名市民现场参与了急救技能学习。

携手北京协和医院仉建国教授团队组建成。仉建国教授主要从事脊柱畸形和脊柱退变性疾病的研究，尤其是早发严重脊柱畸形的临床治疗及研究，其治疗的患者构成了世界上最大的半椎体切除病例数据库，在全世界首次提出截骨联合生长棒技术治疗重度早发性脊柱侧凸。作为国内脊柱外科领域的顶尖专家，仉建国教授带领的团队在脊柱侧弯疾病的诊治方面积累了丰富经验，取得了卓越成就。

活动当日，北京协和医院教授王升儒与烟台山医院脊柱外科副主任王静杰共同为烟台山医院的患儿看诊，很多患者从招远、威海、乳山慕名而来，本来正常只开放10个号源，一度加到了25个，其中有5名孩子脊柱侧弯已严重到需要手术矫正的程度。王升儒教授表示，烟台山医院在青少年脊柱侧弯方面的工作开展得非常早，还跟国际知名的医院合作开展了很多次国际慈善救助活动。“去年，烟台山医院跟我们

医院骨科开始了合作，尤其是在儿童脊柱畸形方面的治疗。将来我们会到烟台来坐诊，也会做到一个双向转诊，希望能帮助到更多的脊柱侧弯儿童。”王升儒说。

据介绍，联盟成立后，将进一步推动头部医院的优质医疗资源下沉到烟台，通过邀请北京协和医院等顶级医院的专家开展技术培训以及坐诊、手术带教等方式，让烟台地区的脊柱医务工作者与国内头部医院诊疗能力逐步接轨。

同时，联盟还将整合区域内的医疗资源，建立标准化培训、筛查、诊疗流程，通过线上交流平台，让专家的智慧跨越山海，让优质医疗资源惠及更多需要帮助的家庭。

此外，作为山东省残联基金会、中华慈善总会定点医院，烟台山医院还将携手社会各界，为特殊家庭的孩子提供慈善基金支持，让更多患儿能够“不花钱”“少花钱”接受手术治疗，让爱的阳光温暖每一个渴望挺直脊梁的生命。

## 一对一 手把手 烟台120现场培训急救技能

本报讯（YMG全媒体记者 张莘 通讯员 吴明顺 张晴）3月1日，烟台市120急救指挥中心组织党员团员志愿者到市文化中心广场开展“关爱生命 救在身边”急救知识技能宣传培训活动。

活动现场，志愿者向市民发放急救宣传手册，详细讲解如何拨打120、发生心脑血管急症及意外伤害如何自救等知识。志愿者现场演示心肺复苏、AED使用、成人及婴儿海姆立克急救法等急救技能，吸引了许多市民驻足学习。志愿者一边演示一边讲解急救步骤和注意事项，“一对一”“手把手”给予指导，规范急救动作，确保市民掌握标准的急救技术。

“心肺复苏这项急救技术真的很重要！我家中有老人，之前在手机上看过急救操作过程，但没有真正操作过，今天终于亲手实操学会了这项技能，这样的活动太有意义了。”一位参与培训的市民说。据统计，本次活动共发放急救宣传页150余张，100余名市民现场参与了急救技能学习。