



关注睡眠障碍系列报道 ③

双腿“不安征”致难入睡

今年48岁的孙女士每天晚上都入睡困难，一躺在床上就开始辗转反侧，觉得双腿不舒服，还总得下床绕着屋子溜达几圈，走累了才能躺回床上睡觉。一开始，孙女士以为自己只是普通的失眠，到医院检查后才得知，其实自己得了一种睡眠疾病。

本报记者 李连成 文/图

1 睡觉前必须下床走走

最近，省第六人民医院睡眠医学科收治了一位失眠患者，就是孙女士。据孙女士介绍，自己晚上睡觉前躺在床上，总是难以入睡，双腿像爬满蚂蚁一样难受，必须下床走走才能缓解，特别影响睡眠质量。

一些安神补脑辅助睡眠的药，但是并没有什么效果，而睡前双腿的不适感越来越重，为此孙女士赶紧到医院进行检查。经多导睡眠监测后医生发现，孙女士存在重度周期性腿动，为此医生判断：孙女士患上了“不安腿综合征”。

2 可以通过治疗治愈

“不安腿综合征”是指小腿深部于休息时出现难以忍受的不适，运动、按摩可暂时缓解的一种综合征。该病多发群体为中老年人，其临床表现通常为夜间睡眠时，双下肢出现撕裂、蚁走、刺痛、瘙痒、腿发麻等不适感，迫使患者不停地移动下肢或下地行走，导致患者严重的睡眠障碍。目前认为“不安腿综合征”属于中枢神经系统疾病，具体病因尚未完全阐明。”省第六人民医院睡眠医学科副主任孙建华解释说。

脏疾病后期、风湿性疾病、糖尿病、帕金森病等。孙建华介绍，“不安腿综合征”可以通过治疗治愈。“治疗首选多巴胺能药物如复方多巴制剂或多巴受体激动剂，70%~90%的患者用多巴受体激动剂疗效良好，因此这常常是首选用药。另外，抗癫痫药物，尤其是在多巴胺能药物疗效不佳、无效或者副作用不能耐受时可以选用或合用。其他药物，安定类、唑吡坦对部分患者有一定疗效。对继发性‘不安腿综合征’患者，首先是要治疗原发疾病。随着病因的消除，患者症状可能也会随之消失。如尿毒症患者的肾移植、缺铁性贫血病人的铁剂治疗，叶酸缺乏病人的叶酸补充等。”孙建华说。

3 解读多导睡眠监测

在本次系列报道中，受访医生曾多次提到多导睡眠监测。据省第六人民医院睡眠医学科副主任孙建华介绍，多导睡眠监测是一种无创检查方法，可以在患者整夜睡眠过程中，根据需要连续并同步地监测与记录多项生理指标的检查方法。它由仪器进行自动分析，再由人工逐项核实，以便对睡眠的结构与进程、

监测睡眠期的脑电、呼吸功能和心血管功能做出分析，结合临床对于检查结果进行综合分析，可以为睡眠障碍的诊断、分类和鉴别诊断提供客观依据，也可以为选择治疗方法及评价治疗效果提供重要参考信息，是睡眠医学临床和科研的基本工具。



医护人员为患者进行多导睡眠监测前的准备工作

4 多导睡眠监测的适应症有哪些？

孙建华介绍，多导睡眠监测可监测如下内容：

1. 睡眠呼吸障碍疾病：经常大声打鼾，旁人观察到睡眠中出现呼吸停止，睡眠中憋醒，夜尿增多，晨起口干等。
2. 日间过度思睡疾病：原因不明的白天过度嗜睡，不分时间、地点、场合进入睡眠，入睡或起床时出现幻觉，睡眠瘫痪，长时间睡眠无法恢复精力等。
3. 异态睡眠、睡眠期癫痫及其他夜间发作性疾病：睡眠中出现异常的动作或行为，如磨牙、梦游、梦魇、肢体抽搐、暴力行为等。明确夜间发作性事件的疾病类型。特别对于临床症状不典型、常规治疗效果不明确或对自身及他人造成伤害等患者，需进行多导睡眠监测。
4. 睡眠相关运动障碍：周期性肢体运动障碍患者的诊断评估，以及与不安腿综合征、快速

眼球运动睡眠期行为紊乱等疾病的鉴别。

5. 失眠：主要用于临床症状不典型或治疗效果不佳的失眠患者的临床评估。以明确是否存在主观性失眠，鉴别是否合并睡眠呼吸障碍、周期性肢体运动障碍、异态睡眠等影响睡眠的其他睡眠疾病。
6. 精神疾病相关睡眠障碍：精神疾病相关睡眠障碍治疗效果评估；排除睡眠呼吸障碍、不安腿综合征等其他睡眠障碍，以及药物因素导致的睡眠障碍。

“睡眠与人的健康息息相关，而睡眠障碍可由多种因素引起。”为此孙建华提醒，如果生活中遇到不明原因的睡眠障碍，可以到医院进行多导睡眠监测，以便早日确诊进行相关治疗。

14岁少年被卡深坑两小时 90后消防员半跪拽手20分钟

3月17日下午，献县14岁少年孙小强(化名)在野外玩耍时，掉入直径近50厘米、2米多深的土坑，卡在里面2个多小时不能动。家人发现无法救出孩子，只得选择报警求助。献县消防大队接警后及时赶到，为了稳定孩子急躁的情绪，27岁的消防员康少华把一只手指伸给被困孩子，他半跪半跪在地上坚持了近20分钟，终于把孩子救出。

通讯员 黄金屋 本报驻沧州记者 韩泽祥

14岁少年落入土坑被困两小时

献县十五级乡尹店村的孙先生是小强的父亲。据他介绍，当日17时许，他打工回家，没有见到孩子，四处寻找，发现经常和小强一起玩要的四五岁的小侄女，站在离家200多米的田野里。

日17时36分，他们接到报警后，迅速出动一辆抢险救援消防车、一辆水罐消防车和12名消防队员，赶赴现场进行处置。

到达现场后，侦查组发现孩子被困在一个近两米深、直径约50厘米的土坑中，已经长达两个小时之久。孩子的腿部已经麻木，情绪十分激动。

郭彬迅速下令警戒疏散周围围观人员，其余所有人员轮流用铁锹扩大土坑西侧。

随着救援行动开始，孩子情绪变得异常焦躁，并不时抬头向上看，尘土随时会伤害孩子眼睛，郭彬立即给孩子带上消防员的头盔，保护孩子安全。

90后队员半跪半跪坚持20分钟

同时，郭彬专门安排班长康少华跟孩子聊天，转移孩子的注意力，稳定他的情绪。

土坑很深，康少华就跪在地上，探着身子，把左手伸给了土坑里的孩子。孩子在土坑里憋了太长时间，他紧紧攥住康少华

的手，再不敢松开。

康少华跪在地上，一个姿势久了，再加上孩子身体很重，累得他汗水顺着脖子、额头向下流，眼睛模糊了，他也不敢松手擦一擦。

就这样，康少华跪在地上，伸手拽着孩子，坚持了近20分钟，终于跟同事一起把孩子救了出来。

小伙子是个阳光、勇敢的队员

考虑到孩子长时间在土坑内被困，腿部血液不畅通，郭彬和康少华跟同事们一起将孩子放平，对孩子的腿部进行揉搓，帮助孩子腿部血液流通。

当消防员把孩子抬上家长准备好的三轮车时，孙先生等人对消防员连声道谢。

回到单位，康少华才感觉左手累得有点麻木，同事问起，他使劲儿甩甩手说“没事儿了”。

据献县消防大队长郭靖山介绍，1993年出生的康少华是个标准90后，小伙子平时吃苦耐劳，是个阳光、积极、勇敢的队员。

子牙河落水事件中 4人被刑拘

河间发布警示公告

严禁在河道坑塘内游船

本报沧州电(记者韩泽祥)3月19日，记者从河间市委宣传部获悉，当地公安部门已对涉事船只的杨某某等4人采取刑事拘留措施。

3月17日14时10分许，河间市曹祖庄乡杨张各村子牙河内，发生一起群众落水事件，6人游玩时落水死亡。事件发生后，河间市成立了由市长任组长的处置小组，认真做好善后和事件调查处理工作。河间市沙河桥、景和镇等多个乡镇接连发布《关于河道和坑塘安全警示的公告》，严禁群众在河道、坑塘内游船、玩耍等，特别要教育学生和孩子远离河道、坑塘危险区域。

警示公告要求各村要立即行动起来，利用广播、微信等各种渠道加大宣传力度，乡村两级河长要严格按照河长制要求切实负起河长责任，村两委要加大日常河道巡查力度，发现在河道和坑塘周围作业的人员要及时制止，对不听劝阻的公安部门将依法依规严肃处理。

<h3>声明公告</h3> <p>电话：0311-85886555 85815912</p>		<p>声明：由于郭群波保管不善不慎将鼎和财险保单号 263010020191101010220，流水号 102217000051617 保单丢失，特此声明。</p>	<p>声明：安卫昌车牌号冀 AR4331 营运证丢失，证号 130130006106，声明作废。</p>	<p>声明：河北化工技术装备有限公司晋州市锅炉水暖供应站不慎丢失营业执照正、副本，注册号 1301831200028 核准日期 2001 年 5 月 8 日以及公章一枚，声明作废。</p>	<p>声明：石家庄盛星装饰材料有限公司丢失营业执照正、副本，注册号 13018300008666 核准日期 2006 年 8 月 3 日及公章一枚，声明作废。</p>
<p>声明：藁城区冰峰食品批发部营业执照正本丢失，注册号：130182600299035，发证日期：2015 年 5 月 20 日，声明作废。</p>	<p>声明：郭月(身份证号 130183198804192530)特种设备作业证丢失，类别：电梯操作证；T1档案号 HISEAD33241，声明作废。</p>	<p>声明：辛集市侧宏保健品经销处，营业执照正本丢失，统一社会信用代码 92130181MA09CCKK6M，经营者刘丽红，特此声明。</p>	<p>声明：卢春莉不慎将执业药师注册证丢失，注册证编号：131216011030，执业单位：行唐县回春大药坊，有效期至：2019 年 07 月 24 日，特此声明。</p>	<p>声明：晋州市信用投资理财服务有限公司不慎丢失营业执照正、副本，注册号 130183000025050 核准日期 2011 年 7 月 29 日以及公章一枚，声明作废。</p>	<p>声明：石家庄创美生物科技有限公司丢失营业执照正、副本，注册号 130183000015824 核准日期 2009 年 3 月 26 日及公章一枚，声明作废。</p>
<p>声明：桥西区蔡先生麻辣烫业执照副本丢失，注册号 130106494052393，发证日期 2015 年 03 月 13 日，声明作废。</p>	<p>声明：赵县世和小吃部营业执照正本、副本均丢失，注册号 130133600177179，声明作废。</p>	<p>声明：赵县嘉润果品店因不慎丢失机构信用代码证，代码证号 G7013013302735640F，声明作废。</p>	<p>注销公告：石家庄卡丘贸易有限公司，统一社会信用代码 91130102MA08FR1302，因公司股东决定解散公司，现已成立清算组；易绪红、申凌辉，请各债权人自公告之日起 45 日内，向本公司清算组申报债权及办理债权登记手续。清算组负责人：易绪红 联系电话 18332115588，地址：河北省石家庄市长安区平安北大街 18 号乐康大厦 1-1-2102 室。</p>	<p>声明：晋州市信用投资理财服务有限公司不慎丢失营业执照正、副本，注册号 130183000025050 核准日期 2011 年 7 月 29 日以及公章一枚，声明作废。</p>	<p>声明：无极县会欣粮油门市部营业执照正本丢失，注册号：130130600047822，发证日期：2008 年 10 月 20 日，声明作废。</p>
<p>减资公告：石家庄市三益饮品有限公司统一社会信用代码 91130183728823982K 经股东决定拟向公司登记机关申请减少注册资本，注册资金由原来的 500 万元人民币减少至 50 万元人民币，请各债权人自公告之日起 45 日内向本公司清算组申报债权，特此公告。</p>	<p>声明：河北博昇投资管理有限公司(营业执照正本注册号：130100000535195，税务登记证副本 130106308243535，组织机构代码证正本)丢失，特此声明!</p>	<p>声明：个体工商户刘丽红，营业执照正本丢失，注册号 130181600227086，国税税务登记证正本丢失，税号 211203197711232521，特此声明。</p>	<p>减资公告：石家庄市三益饮品有限公司统一社会信用代码 91130104784071658U 经股东决定拟向登记机关申请减少注册资本，注册资金由 1200 万元人民币减少至 50 万元人民币，请各债权人自公告之日起 45 日内向本公司清算组申报债权，特此公告。</p>	<p>减资公告：石家庄市三益饮品有限公司统一社会信用代码 91130104784071658U 经股东决定拟向登记机关申请减少注册资本，注册资金由 1200 万元人民币减少至 50 万元人民币，请各债权人自公告之日起 45 日内向本公司清算组申报债权，特此公告。</p>	<p>减资公告：石家庄市三益饮品有限公司统一社会信用代码 91130104784071658U 经股东决定拟向登记机关申请减少注册资本，注册资金由 1200 万元人民币减少至 50 万元人民币，请各债权人自公告之日起 45 日内向本公司清算组申报债权，特此公告。</p>