

食管炎是怎么引起的

□曹长芹

食管炎指的是食管黏膜受到刺激或者损伤,导致黏膜充血及水肿所引起的炎症,比较常见的有反流性食管炎,还有放射性食管炎、感染性食管炎、腐蚀性食管炎、药物性食管炎及嗜酸性粒细胞性食管炎等。食管炎需要引起重视,积极治疗。那么,食管炎的表现有哪些,是由什么原因引起的,如何治疗呢?

食管炎的表现

泛酸 这是食管炎患者的主要症状之一,一般容易出现在饭后1个小时左右,患者在弯腰或者是腹内压增高的情况下,泛酸症状可能加重。

烧心 患者的胸骨后或者

剑突下会有烧灼感,且容易由胸骨下段向上延伸。

吞咽疼痛 感染性、放射性及药物性食管炎患者,在吞咽食物时会有疼痛感出现。严重的患者,在吞咽唾液的时候也会有痛感。

胸痛 这种情况在反流性食管炎中较为多见,主要是因为反流物刺激食管。如果出现心绞痛症状,还需要排除是否有心源性胸痛。

吞咽困难 患者出现这种症状主要是因为食管功能紊乱,或者是食管痉挛,还有一些患者是因为食管狭窄。

并发症 比如食管出血、食管狭窄、食管梗阻等,甚至引发

食管癌。

食管炎是怎么引起的

化学刺激 比如胆汁反流、胃酸刺激,还有强酸、烈酒、药物刺激腐蚀食管等,都可能引起食管炎。

物理刺激 如长期吃过烫的食物,或者食管内存在异物,以及长期放置鼻导管等。

放射性因素 进行放射治疗、化学治疗等,容易导致食管局部受损,引发食管炎。

感染 患者免疫力或者抵抗力低下,容易感染真菌及病毒,从而引发食管炎。

危险因素 长期卧床、高龄及饮食不当、暴饮暴食,过于肥胖,习惯吃过热或者过冷的

食物,以及喜欢吃油腻的食物等,都是引发食管炎的危险因素。

食管炎如何治疗

急性期治疗 卧床休息,且不能接触任何腐蚀剂,不要洗胃及催吐等。如果喉头水肿的情况影响呼吸,需要马上将气管切开,同时补充水电解质,且应用抗生素预防感染。

药物治疗 对于反流性食管炎,一般采用泮托拉唑、雷贝拉唑、硫糖铝、铝碳酸镁、伊托必利、莫沙必利、阿莫西林、甲硝唑等药物进行治疗。如果是其他类型的食管炎,可以采用丙酸氟替卡松、氟康唑、酮康唑、阿昔洛韦等药物治疗。

手术治疗 对于反流性食管炎,可以采用腹腔镜下胃底折叠术进行治疗。食管狭窄患者,可以采用食管扩张术治疗。如果是部分腐蚀性食管炎,视受损的食管病变严重程度,必要的话采用外科手术切除。

食管炎患者要注意积极配合医生进行治疗,在用药方面一定要严格遵医嘱,不能擅自用药、过量用药。在用药之后需要观察是否有过敏反应,如果出现不适症状,需要马上就医。患者还需要保持良好的心态,不要有太大的心理压力,早睡早起。
(作者供职于微山县中医院)

慢性腰痛的锻炼和治疗方法

□张照亭

慢性腰痛是由多种原因引起的,比如长时间保持一种姿势,腰部肌肉长期紧绷,容易造成劳损,从而引起慢性腰痛。另外,随着年龄逐渐增大,脊柱变形,出现骨质增生,也可能引发慢性腰痛。腰椎间盘突出症、肾结石及关节炎、妇科疾病等,也可能出现慢性腰痛症状。慢性腰痛患者需要找到具体病因,积极治疗,同时做好日常锻炼。那么,慢性腰痛的锻炼和治疗方法有哪些?平时有什么注意事项呢?

慢性腰痛的锻炼和治疗方法

俯卧支撑 采取俯卧位,用

双脚及双臂作为支撑点,将身体撑起,呈“一”字形,整个过程需要维持15秒。也可以根据自己的实际情况,调整时间,但是时间不宜过长,避免引起不良反应。

侧卧支撑 患者先侧卧,用肘部支撑身体、足踝部位,身体向上抬起,呈一条直线,这个动作保持10秒,也可以根据实际情况,适当延长或者减少时间。

对角支撑 这个锻炼方法需要跪着,用双膝及双手支撑身体,然后将双上肢伸直,双膝及双腕屈曲,左侧上肢向前伸直,右侧下肢向后伸直,用左膝及右手支撑身体,维持10秒左右。

双腿搭桥 这个锻炼方法需要采用仰卧位,屈腿屈膝,用腰背部发力。抬起臀部及腰部,让膝关节伸直,保持这个姿势15秒左右。

其他 如躯干肌力训练、水中运动训练还有瑜伽等。患者可以根据自己的身体情况,选择适合自己的锻炼方式,量力而行,不宜过度锻炼,避免加重病情。

慢性腰痛注意事项

劳逸结合 患者平时要特别注意劳逸结合,不要过度劳累,特别是体力劳动者,要根据实际情况,尽量减少劳动量。同时要避免久坐、久站,避免强

力抬重物等。

做好保暖措施 很多慢性腰痛患者是因为平时没有做好腰部保暖措施,导致腰部受凉,引起腰痛。因此,患者在平时要特别注意避免冷风直吹腰部,出汗后要及及时擦干并更换衣物,同时避免在潮湿或者冰冷的地面上睡觉。天气寒冷的季节,可以使用腰部保暖带。

做好防护措施 慢性腰痛的患者在日常劳作的时候,注意佩戴腰围,这样能起到保护腰部的作用。

其他 注意保持良好的坐姿,避免长时间坐沙发或者小

板凳等,选择高矮适合的椅子。久坐30分钟~40分钟就需要适当活动,放松紧张的肌肉,可以伸伸懒腰,或者做一些弯腰的动作。

对于慢性腰痛,患者一定要重视,且积极治疗原发性疾病。患者在饮食方面需要补充足够的营养,补充蛋白质及维生素,同时注意不要吃刺激性过大、过冷、过热的食物,不要喝浓茶、咖啡等,且注意定期到医院进行腰部检查,了解身体恢复情况。

(作者供职于山东省日照市东港区河山镇卫生院)

哪些因素会诱发癫痫

□郭秀花

癫痫属于常见的神经系统疾病,任何年龄段的人群都可能发病。癫痫发作后,患者会出现突然倒地、双眼上视、四肢抽搐及口吐白沫等症状。癫痫需要引起重视,根据病因积极治疗。那么,癫痫的病因及诱发因素有哪些?怎么治疗呢?

癫痫的病因有哪些

皮质发育障碍 主要指的是大脑的皮质部位出现了异常病变,跟发育障碍有很大的关系,容易导致癫痫反复性发作。

头部外伤 车祸或者其他原因,导致头部受到猛烈的撞击,从而引起头部受伤,引发癫痫。

另外,手术损伤也有可能诱发癫痫的情况。

中枢神经系统感染 比如病毒性脑膜炎、神经梅毒、结核性脑膜炎等,这些疾病患者也容易出现癫痫。

其他 如脑血管疾病、寄生虫感染、遗传代谢性疾病、神经变性疾病、系统性红斑狼疮、脑部肿瘤等,也可能引发癫痫。另外,一些药物或者疫苗接种等,也可能引发癫痫症状。

癫痫的诱发因素有哪些

内分泌因素 很多时候,女性癫痫患者发作跟内分泌因素有关系,比如月经期间或者是怀

孕期间,雌激素升高可能诱发癫痫。

睡眠因素 很多癫痫患者容易在睡眠中发作,特别是长期睡眠不足的人群,容易诱发癫痫。

遗传因素 癫痫存在家族聚集性,如果父母中有一方患有癫痫,子女出现癫痫的概率相对也是比较大的。

年龄因素 有一些类型的癫痫容易在儿童中发作,但是成年之后,癫痫的症状可以得到缓解。

癫痫怎么治疗

药物治疗 对于癫痫,主要采用药物的方式进行治疗,常用

药物有卡马西平、丙戊酸、拉莫三嗪、奥卡西平、左乙拉西坦、乙琥胺以及托吡酯等,根据实际情况,严格遵医嘱用药,不能过量用药,更不能擅自停药。

手术治疗 采用开颅手术将病灶之间的神经纤维联系切除,或者损毁。正规药物治疗之后,患者的症状不能得到控制的情况下,可以进行手术治疗。

饮食疗法 采用的是生酮饮食疗法,就是将饮食中的脂肪含量比例提高,蛋白质及碳水化合物比例降低,这样可以在患者的体内形成酮体。这种方式适合药物没有办法控制症状的癫

痫患者,但是一定注意在医生的指导下严格进行治疗。

癫痫患者注意积极配合医生进行相应的检查及治疗,合理用药,且半年需要到医院复查一次,了解身体恢复情况。饮食方面注意不要吃辛辣刺激食物,比如咖啡、浓茶、辣椒及酒类等。患者的压力比较大,容易出现焦虑情绪,所以家属需要多跟患者沟通交流,缓解患者的压力。在身体恢复后,患者可以适当进行轻微有氧运动,比如散步、练习瑜伽等,但是注意不宜进行剧烈运动。
(作者供职于曹县人民医院)

带你了解肌腱损伤

□杨敬

肌腱损伤是一种很常见的运动系统损伤,一般为开放性的,切割伤较为多见。很多患者可能合并神经血管伤、骨关节损伤等,还有可能发生闭合性撕裂伤。肌腱损伤一般分为急性损伤及慢性损伤两种,具体原因会有一些差别。患者需要根据实际症状及病因,积极配合医生进行相应的治疗。那么,肌腱损伤是什么原因导致的,有哪些表现,该如何治疗呢?

肌腱损伤的病因

肌腱损伤容易出现在剧烈运动人群中,比如从事体育锻炼的人,或者是因为工作原因,需要长期进行体力劳动的人。

不良生活习惯 肌腱损伤的出现跟患者长期不良的生活习惯有一定的关系,比如长期熬夜,不注意休息,以及长期抽烟酗酒,不注意饮食健康等,都可能导致肌腱纤维退变,或者出现组织器官慢性炎症等,引发肌腱损伤。

慢性劳损 长时间运动且没有做好保护措施的情况下,肌腱部位会有慢性磨损,久而久之引发炎症,导致肌腱受损。长期运动或者剧烈运动的人,如果出现局部乏力、酸胀等症状,需要引起重视,有可能是肌腱损伤。

直接暴力 在受到暴力、撞击及刮伤、划伤的情况下,容易导致肌腱断裂,从而出现肌腱损伤的情况。

间接暴力 肌腱反复出现

轻微外伤,或者患者肌腱本身就存在慢性磨损,骨骼肌过多及过强,这些情况容易导致肌组织相对循环血量不足,出现缺血性改变,引起肌腱损伤。另外,骨骼肌及血管或者周围纤维结缔组织过度牵拉,也容易引起肌腱损伤。如果肌腱及周围组织被动牵拉,容易导致小血管损伤,或者肌腱内弥散性供血作用不充分,出现肌腱缺血性的情况,这也是导致肌腱损伤的原因之一。

诱发因素 平时走路或者跑步的时候姿势不对,或者在跑步之前没有做好热身运动等,都可能引起肌腱损伤。另外,急性治疗的时候如果方式不正确,或者没有及时治疗,容易出现肌肉肌腱平衡失调,从而引发肌腱损伤。因为疾病的因素,需要长期使用糖皮质激素的人群,出现肌腱自发性断裂的风险也是比较大的,容易引发肌腱损伤,需要引起重视。

肌腱损伤有哪些表现

疼痛 这是肌腱损伤患者的主要表现之一,也是常见的症状。肌腱损伤之后,局部容易产生无菌性炎症,这个时候可能分泌一些致炎因子,从而引起局部疼痛症状。不管是急性肌腱损伤,还是慢性肌腱损伤,都会出现疼痛症状。一般在休息之后,可以适当缓解。有部分肌腱损伤患者,只有在按压受损肌腱部位的时候,才会出现疼痛感,这种属于压痛

感。如果不触碰受损肌腱部位,一般不会有疼痛感。

肿胀 这也是肌腱损伤患者的典型症状,大多数患者都能出现。拉伤之后,容易出现局部出血情况,从而出现水肿,引起局部肿胀。每个患者肌腱损伤的严重程度不同,所以肿胀的程度也会有一些差异。如果是在剧烈运动下出现的急性肌腱损伤,患者可能会出现血肿症状。患者是因为慢性肌腱炎导致的肌腱损伤,患者除了会有肿胀症状以外,触摸肌腱部位还会有粗糙的颗粒感。

活动受限 这种属于肌腱损伤患者的首发症状,也是直接症状。肌腱损伤的部位不同,活动受限的程度及具体的情况也会不同。比如屈肌腱损伤,患者会出现关节弯曲困难的情况;伸肌腱损伤的情况下,患者关节会受到影响,可能没有办法完全伸直。很多肌腱损伤患者都是因为突发活动受限才重视疾病,进而就医检查的。

畸形 如果肌腱损伤不能引起重视,且没有积极治疗,或者治疗不彻底,病情反复出现,以及治疗方法不正确等,肌腱没有办法正常恢复,从而造成外观畸形。特别是伸肌腱损伤,以及屈肌腱损伤,患者因为没有办法拉伸,所以容易向损伤的一侧弯曲,不能及时纠正的话,长此以往容易导致畸形。

活动障碍 如果肌腱损伤严重,比如肌腱完全断裂,这个

时候是没有办法正常活动的,容易引起活动障碍。

伴随症状 肌腱损伤患者除了可能会出现以上症状,还可能存在一些伴随症状,比如皮肤温度升高、局部出现麻木酸胀感等。如果肌腱损伤特别严重,还可能出现关节不稳或肌肉撕裂等症状。

肌腱损伤的治疗方法

药物治疗 如果肌腱损伤比较严重,且患者出现了明显的症状,需要口服药物进行治疗。比如疼痛剧烈的情况下,且可以服用双氯芬酸钠缓释片、吲哚美辛片等药物。这些属于非甾体抗炎药物,有止痛及消炎的作用。如果是三角肌损伤或者是肩袖损伤,可以适当服用一些活血化瘀的药物,比如大活络丸、活血止痛散胶囊等。

保守治疗 如果肌腱损伤的程度比较轻,且患者没有出现明显严重的症状,可以进行保守治疗,但是要先进行核磁共振检查,且避免患处活动。可以采用固定的方式进行改善,比如用支具或者石膏固定,需要将患者的患肢抬高。一般来说,固定4周~6周就可以恢复。在这期间还可以遵医嘱服用活血化瘀汤,能起到改善循环的作用。身体恢复后,需要加强踝关节足部的功能康复锻炼。另外,也可以配合使用一些理疗的方式来进行辅助治疗,比如电刺激、针灸等。这些方法能对肌腱产生一定的刺激

性,促进肌腱生长,利于患者身体恢复。

手术治疗 如果是严重的肌腱损伤,比如严重的交叉韧带撕裂,在保守治疗无效的情况下,需要采用手术的方式进行治疗,比如行膝关节镜手术、膝关节镜下交叉韧带重建术等。在手术之后,还需要使用支具保护,适当锻炼。

其他 在肌腱损伤之后,需要适当升温及降温,一般手术24小时内冷敷,这样可以抑制组织液积累,避免肿胀过大,且可以很好地减少毛细血管出血。在24小时后,需要进行升温,可以采用物理方式升温,促进血液循环。在发生肌腱损伤后,需要马上卧床休息,停止任何运动。

肌腱损伤患者要特别注意积极配合医生进行相应的检查及治疗,在恢复锻炼的时候,要注意掌握力度,不宜过度用力,也不能过度运动,每天的运动时间保持在一个小时左右,避免加重损伤。同时,注意保持正确的动作及姿势。如果在锻炼的时候,出现身体不适,或者其他异常的情况,需要停止运动,马上就医检查。患者需要多休息,饮食清淡,多吃新鲜的蔬菜水果,补充足够的营养,但是注意不要吃辛辣油炸食物,也不要抽烟喝酒,还要保持良好的心态,否则不利于身体恢复。
(作者供职于应急总医院)

西药是怎么分类的

□刘江峰

西药主要指的是现代医学所常用的药物,采用化学合成的方法制作而成,或者在天然植物中提炼而成。因此,西药是有机化学药物、生物制品,还有无机化学药品等。相对于中药来说,西药的说明书上有详细的化学名、结构式,且在用药的剂量方面,要比中药更为精确。那么,西药是怎么分类的,用药的时候有哪些注意事项呢?

西药是怎么分类的

抗感染药物 如阿莫西林、青霉素、头孢噻吩钠、舒巴坦、庆大霉素、阿米卡星、四环素、金霉素、氯霉素、麦迪霉素、罗红霉素等。

合成的抗菌药 如磺胺嘧啶、呋喃妥因、诺氟沙星、甲硝唑、替硝唑等。

抗结核药物 如异烟肼、利福平等。

抗麻风病药物 如氨苯砜。

抗病毒药物 如阿昔洛韦、利巴韦林等。

抗真菌药物 如咪康唑。

抗疟疾药物 如青蒿素。

麻醉药 全身麻醉药有硫喷妥钠,局部麻醉药有利多卡因、苯佐卡因等。

神经类药物 如甲氯芬酯、茴拉西坦、哌替啶、曲马朵等。

镇静催眠药 如戊巴比妥、氯硝西泮等。

抗精神病药 如氯丙嗪、氟哌啶醇、氟哌噻吨、氯氮平、硝西泮、艾司唑仑等。

抗肿瘤类药物 如环磷酰胺、甲氨蝶呤、丝裂霉素、紫杉醇等。

抗心绞痛药物 如硝酸甘油、维拉帕米、硝苯地平、普尼拉明等。

抗心律失常药 如奎尼丁、盐酸艾司洛尔、胺碘酮、普罗帕酮等。

抗高血压药物 如可乐定、乌拉地尔、硝普钠、马来酸依那普利等。

消化类药物 如雷尼替丁、溴丙胺太林等。

泌尿系统类药物 如呋塞米、氢氯噻嗪、消石丸、盐酸黄酮哌酯等。

性激素及促性激素 如苯丙酸诺龙、雌二醇、甲羟孕酮、促甲状腺素等。

降血糖类药物 如甲苯磺丁脲、格列吡嗪、基因重组胰岛素生长因子-1等。

服用西药有哪些注意事项

不能吸烟饮酒 在服用西药的时候如果吸烟饮酒,烟酒会跟药物产生化学反应,不但影响药效,还可能引起不良后果。

不能喝浓茶 茶叶中含有茶多酚、鞣酸物质等,如果吃西药的时候喝浓茶,容易降低药效。

不能吃辛辣油腻食物 患者在服用西药期间是不能吃辛辣油腻食物的,比如辣椒、花椒,还有肥肉、炸鸡等,还要注意不能吃生冷的食物,避免刺激胃肠道,引发不适感。

患者要特别注意严格遵医嘱或者按照说明书服用西药,不能擅自用药,避免引起不良反应。在用药之后,需要多观察身体情况,如果发现异常症状,需要马上就医,确定原因后及时处理。在用药期间注意休息,早睡早起,不要熬夜,可以适当运动,但是不宜进行剧烈运动。
(作者供职于东营市河口区河口社区卫生服务中心)

如何治疗三叉神经痛

□陈栋

三叉神经痛指的是面部三叉神经分布区域出现了短暂、阵发性的疼痛,且反复发作,这种情况也称之为痛性抽搐,一般在40岁之后的人群中容易出现,女性患者居多。对于三叉神经痛,需要大家重视,根据实际情况积极治疗。那么,三叉神经痛的病因及症状有哪些,如何治疗呢?

三叉神经痛的病因

三叉神经痛包括原发性三叉神经痛和继发性三叉神经痛,原发性三叉神经痛属于常见的类型,很多时候是因为血管动脉或血管静脉压迫了三叉神经,引起功能障碍,导致三叉神经痛症状出现。

继发性三叉神经痛是颅内外的各种实质性病变,比如炎症、外伤还有肿瘤等,都可能损害三叉神经,从而出现继发性三叉神经痛。

三叉神经痛的临床症状

原发性三叉神经痛 患者的三叉神经区域会出现反复性疼痛,呈现刀割样、电击样,还有撕裂样剧痛。这种症状可能突然出现,也可能突然停止,每次疼痛的时间会持续几秒到十几秒。严重的情况下,患者还可能出现面部潮红、面部肌肉抽搐,以及流泪等症。

继发性三叉神经痛 患者疼痛时间比较长,可能持续15分钟左右,甚至更长的时间。

伴随症状 原发性三叉神经痛患者还可能伴随皮肤温度增高、流感及鼻黏膜充

血等症状。继发性三叉神经痛患者则可能伴随咬合无力、患侧咀嚼肌瘫痪,以及角膜反射迟钝等症状。

三叉神经痛的药物治疗

药物治疗 对于原发性三叉神经痛患者,一般采用苯妥英钠、加巴喷丁、普瑞巴林等药物进行治疗。根据患者的症状,在医生的指导下选择适合的药物。继发性三叉神经痛患者,可以服用苯妥英钠或者卡西平,能起到缓解疼痛的作用。

手术治疗 如果三叉神经痛症状严重,且反复出现,使用药物治疗效果不佳的情况下,可以采用手术的方式进行治疗,比如三叉神经显微血管减压术,能起到止痛的作用,且不会产生运动及感觉障碍。

其他治疗方式 如封闭治疗、经皮半月神经节射频电凝疗法、伽马刀治疗等。还有中医治疗方式,如针刺、放血疗法、针灸、推拿等。

三叉神经痛患者要特别注意严格遵医嘱服用药物,避免引起不良反应。在用药期间如果出现不适症状,需要及时就医检查处理。同时,要注意保持良好的生活方式,早睡早起,不要过度运动,也不要过于劳累,保持良好的心态,不要有太大的心理压力。平时可以适当进行有氧运动,比如快走、散步等,且注意做好相应保暖措施。
(作者供职于邹平市人民医院)