

# 消化道黏膜基本病变有哪些

□陆剑萍

消化道黏膜基本病变类型众多,包括黏膜充血、水肿、糜烂、出血、溃疡、息肉、癌变、淋巴瘤、血管畸形等。出现消化道黏膜病变的患者可能没有任何症状,也可能出现上腹部疼痛、不适、恶心、呕吐、饱胀、食欲不振、便秘、腹泻等症状,当患者出现这些症状后,一般需要进行胃镜、肠镜检查,才能进一步明确诊断。

## 充血

充血是常见的消化道黏膜基本病变之一。导致消化道黏膜充血的因素很多,物理因素,例如进食具有刺激性、过冷、过热、过硬的食物会刺激消化道黏膜导致充血;进食过于粗糙的食物和部分药物(尤其是非甾体消炎药)会破坏黏膜屏障导致充血。化学因素主要与药物有关,例如阿司匹林等药物会干扰消化道黏膜上皮细胞合成糖蛋白,从而削弱原本的保护作用,导致消化道血管通透性增加,最终造成消化道黏膜充血、水肿、糜烂、出血等。此外,还包括生物因素、精神因素、胃内异物等

其他刺激性因素。

## 水肿

消化道黏膜水肿一般是急性胃炎、功能性消化不良等因素导致的。急性胃炎通常与感染、饮食不卫生有关,炎症因子对消化道黏膜的反复刺激,造成炎性渗出增多,最终形成黏膜水肿,患者会伴随胃痛、腹胀、恶心等症状;功能性消化不良则与饮食不当、遗传因素有一定关系,出现消化不良症状后,患者胃酸堆积对消化道造成刺激会逐渐导致消化道水肿,同时伴随食欲减退、泛酸、腹胀、气胀等症状。

## 糜烂

消化道黏膜糜烂有时会成为胃炎的一种表现症状出现,炎症会导致消化道浅表层细胞损伤。一般来说,糜烂的严重性和病变程度较浅,仅局限在胃黏膜表层,会造成不穿透黏膜肌层的浅层受损,愈合后一般不会留下瘢痕。

临床上如果出现消化道黏膜糜烂的情况,患者可能会表现出上腹部疼痛、饱胀、恶心、嗝气等症状。检查过程中若发现患

者糜烂范围较小且未出现幽门螺杆菌感染,可以通过口服抑制胃酸、保护胃黏膜的药物进行治疗;但如果患者合并幽门螺杆菌感染,则需要应用四联药物进行杀菌治疗。

## 出血

消化道黏膜出血是由于黏膜血管破损导致的,分为上消化道出血、下消化道出血两种类型。上消化道出血主要是因为消化性溃疡、胃癌、食道胃底静脉曲张破裂、急性糜烂出血性胃炎等疾病导致的,患者需要进行胃镜检查,明确诊断;下消化道出血是由于感染性肠炎、非感染性肠炎、缺血性肠病、血管畸形等原因所导致的,患者需要通过肠镜进一步检查后才能明确诊断。

## 溃疡

消化道黏膜溃疡一般是黏膜被胃酸、胃蛋白酶消化所导致的,可能发生在食管、胃和十二指肠中,也可能发生在空肠吻合口附近,或胃憩室内。消化道黏膜溃疡与出血或糜烂不同,溃疡的黏膜坏死程度超过胃壁黏膜肌层,主要原因包括遗传因素、

饮酒、消化道蠕虫异常、心理因素、应激反应、饮食不规律、生活压力过大等。临床治疗中发现,部分消化道黏膜溃疡患者发病与病毒感染有一定的关系,如单纯疱疹病毒感染也可导致消化道黏膜溃疡。

## 息肉

消化道息肉患者一般无明显不适症状,仅在体检时的胃镜、肠镜检查中发现。部分患者也可能有腹胀、腹泻、嗝气等不适症状。消化道息肉可为单发,也可多发,遗传因素可能为主要原因,其余病因可能与运动不足、高脂饮食、高胆固醇饮食有关。目前,临床中的消化道息肉主要分为肿瘤性与非肿瘤性两种,腺瘤性息肉存在一定的癌变概率,发现后应积极处理,一般可通过内镜下切除。所有切除的息肉都会送病理切片分析,以确定息肉表现及状态,为后续治疗提供依据。

## 癌变

癌变是消化道黏膜基本病变中最可怕的一种,一般会同时表现出上述病变中的好几种类

型,比如不同程度的糜烂、浅溃疡、息肉、出血等。当上述病变中的两种及两种以上情况同时出现时,就要怀疑是否存在消化道癌变的可能。消化道癌变患者多表现为无规律的腹痛、消瘦、贫血等。下消化道肿瘤的患者可有习惯性改变、排便习惯改变等。当患者肿块较大,有坏死、溃疡形成,损伤血管的情况下,需要通过胃肠镜检查及钳夹组织送病理检查。对于早期癌症患者,及时发现后可进行内镜下治疗,治愈率可达90%。

## 血管畸形

消化道黏膜血管畸形的发病机制当前尚不明确,在具体的类型上表现为动静脉畸形、血管瘤、血管瘤及血管发育不良等,是临床上导致急性、慢性下消化道出血的主要原因之一。这种病变可能是因为血管本身异常,也可能是某一系统疾病或综合症的临床表现。目前,药物治疗是部分消化道黏膜血管畸形患者的首选治疗方式。

(作者供职于崇左市人民医院)

## 支气管哮喘的治疗与护理

□农艳英

支气管哮喘也叫哮喘,是一种慢性气道疾病。如今,随着大环境的改变,支气管哮喘的发病率逐年上升。不少人由于缺少对支气管哮喘的正确了解和认识,从而导致病情加重。本文为大家介绍支气管哮喘的相关知识,带你了解支气管哮喘的治疗与护理。

### 什么是支气管哮喘

支气管哮喘是一种常见的、发作性的肺部过敏性疾病,发病时,支气管平滑肌出现痉挛,并伴随不同程度的黏膜水肿,常见临床症状表现为反复发作的喘息、气急、胸闷或咳嗽等症状。支气管哮喘多在清晨或夜间发作或加重,大多数患者在经过一段时间后,症状可自行缓解。随着病情的加重,也有可能改变患者的气道结构。

支气管哮喘可在任何年龄段发病,但相比之下,儿童的发病率高于成年人;长期处于灰尘、粉尘或煤尘等环境中的工作人员,其支气管哮喘发病率也明显增高;生态环境的变化,室内外空气污染等,也是诱发支气管哮喘的主要因素之一。除此之外,遗传因素、肥胖因素、吸烟、运动等也容易引发支气管哮喘。

### 治疗原则

糖皮质激素 糖皮质激素和β<sub>2</sub>受体激动剂可用于支气管哮喘急性发作期的治疗,用药方式一般分为吸入、口服、静脉给药。其中,吸入剂的使用方法如下:摇动气雾剂,将患者头部向后仰,告知患者用力深呼吸,让患者牙齿咬住气雾剂,并用双层含住,调整气

雾剂从上颚和舌吸入;在患者吸入气体后,立即按压气雾剂,保持缓慢且深入的速度;告知患者屏气10秒钟,完成吸入后,引导患者漱口,预防感染。

在对患者进行吸入治疗期间,医生需要把控吸入间隔时间,如果患者在治疗后,症状仍然无法得到缓解,应立即为患者注射或雾化吸入支气管扩张剂,也可以考虑口服或静脉滴注激素,以此帮助患者缓解症状。

氧疗 对于重症支气管哮喘患者来说,如果现出低氧血症,医生可以适当为患者进行吸氧治疗,以此维持氧合水平。通常情况下,氧气的吸入浓度须控制在25%~40%之间,如果单纯的吸氧无法改善症状,应立即寻找其他诱因,比如肺水肿、肺炎等,避免延误最佳治疗时机。

抗生素 若患者有明显发热症状,痰检后结果为阳性,需要根据检验结果选择使用抗生素治疗。比如,大环内酯类抗生素,不仅有抗炎效果,而且能提升氨茶碱的血浓度,刺激肾上腺皮质增生。

脱敏疗法 脱敏疗法能够有效帮助患者缓解症状,减少支气管哮喘发作次数和药物使用量。

### 如何护理

饮食护理 对于支气管哮喘患者而言,最关键的就是从饮食方面对患者进行护理,确保饮食的清淡,尽可能地选择易消化的流食。特别是在患者哮喘发作期间,更要注意饮食护理,同时增加患者每日饮水量,及时为患者补充水分,避免患者出现体内

缺水等不良情况。患者体内一旦缺水,很容易加重痰液的粘稠度,阻碍患者正常呼吸,加重患者病情。

此外,支气管哮喘患者应尽可能减少食用不好消化、胀气类食物,比如山芋、豆芽等,防止病情加重,造成呼吸困难。

环境护理 在居住环境方面,医生应告知患者保持室内通风,每日定时开窗换气,确保室内的空气流通,使患者每日都能呼吸到新鲜的空气。因为室内灰尘中经常含有大量螨虫,而这些螨虫很容易引发患者支气管哮喘发作,一旦室内空气潮湿,会造成螨虫快速繁殖和生长。

同时,支气管哮喘患者家中不便清洗的被褥、沙发、窗帘等,要及时置于阳光下暴晒,达到消灭螨虫的目的;患者还需要注意,尽可能地减少家里陈设的摆件,比如毛绒玩具等,及时清洗和更换床单、衣物等,家中尽量不养宠物,不使用地毯等。

心理护理 对于支气管哮喘患者来说,为其进行心理护理干预也是十分重要的。支气管哮喘有反复发作的特点,再加上咳嗽、胸闷等症状的影响,很多患者会表现出巨大的心理压力,当患者情绪起伏波动较大时,容易加重患者病情。医生和患者家属要对患者做好心理护理干预,加强患者对支气管哮喘的了解与认识,帮助患者树立健康、良好的心态,避免不良心理情绪加重病情。

(作者供职于德保县人民医院)

## 高脂血症并非胖人专属

□苏兰芳

高脂血症,一个听起来和瘦人完全不相干的疾病,但是它真的只是胖人的专属疾病吗?高脂血症在医学领域也称为血脂异常,指的是患者的血浆内含有的甘油三酯和总胆固醇高出了正常范围,而低密度脂蛋白胆固醇升高和高密度脂蛋白胆固醇降低,也被认为是出现了高脂血症。

高脂血症会出现在所有年龄段及性别的人群中,随着年龄增长,患病率会逐渐提高,50岁~69岁人群是高脂血症的高危人群,部分高脂血症还具有家族性,甚至会出现婴幼儿群体中。

### 高脂血症的分类

目前,根据脂蛋白的种类差异,将高脂血症分为了高胆固醇血症、高甘油三酯血症、混合型高脂血症和低密度脂蛋白胆固醇血症。

若患上高胆固醇血症,患者血浆中的总胆固醇会明显高出正常范围,但其甘油三酯和高密度脂蛋白胆固醇的含量处在正常范围中;高甘油三酯血症则恰恰相反,其血浆中的总胆固醇和高密度脂蛋白胆固醇含量处在正常范围,而甘油三酯含量高出正常范围;混合型高脂血症则是两个指标都明显高于正常范围,但其高密度脂蛋白胆固醇含量处在正常范围内;低密度脂蛋白胆固醇血症则是前两个指标都处在正常范围内,但高密度脂蛋白胆固醇含量则明显低于正常范围。

### 病因

根据发病原因,将高脂血症分为了原发性高脂血症和继发性高脂血症。多数的高脂血症都是由于患者饮食中摄入了过多的脂肪,导致脂蛋白合成和代谢过程出现异常,从而引发血脂异常。

原发性高脂血症 研究显示,原发性高脂血症的出现与基因有关,有明显的家族遗传性。但目前原发性高脂血症的具体发病因素尚未明确,医学专家们普遍认为,原发性高脂血症,是由于患者基因突变与环境因素共同作用的结果。例如,部分人基因发生了突变,而这部分人在日常生活中又存在饮食结构不合理、生活作息不规律等情况,就会引发原发性高脂血症。

继发性高脂血症 一般是由其他全身性疾病,或是药物使用引起的。例如部分患者患有糖尿病、肾病综合征、肝脏疾病、系统性红斑狼疮、库欣综合征等疾病,这些疾病会逐渐侵蚀患者的身体,导致其代谢功能出现异常,从而引发高脂血症。

根据医学研究得知,长期使用糖皮质激素、β受体阻滞剂、噻嗪类利尿剂等药物,也可能导致患者患上高脂血症;长期缺乏雌激素,也有可能诱发高脂血症。

### 症状

高脂血症在早期一般不会出现明显的症状,多数的高脂血症都是在体检或是检查其他疾病时发现的。

典型症状 随着高脂血症的发展,部分患者可能会出现早发性角膜环、眼底改变、黄色瘤等症状,这种症状多发于家族性高胆固醇血症患者群体中,并且一般发于40岁以下人群。当出现黄色瘤症状时,患者的眼睑周围会出现脂质的局部沉积,形成黄色、棕红色,质地柔软的小型瘤体;当出现早发性角膜环时,患者的角膜边缘会变为灰白色或白色。

伴随症状 高脂血症是一种难以治愈的疾病,随着病情的不断发展,患者会出现一系列的伴随症状。例如,当患者由于血脂过高,引发动脉粥样硬化后,会出现胸闷、胸痛、头晕等症状;在引发糖尿病后,会出现糖尿病的典型症状,并且进一步危害患者的身体。同时,高脂血症还会对患者的肝脏、脾脏进行侵害,大量的脂肪堆积在脏器中,会导致脏器逐渐增大并变得脆弱。

### 易发人群

部分人认为,高脂血症是胖人的专属疾病,自己是个瘦子,怎么可能得高脂血症,但其实不然。家族中有直系亲属患有高脂血症的人群,是高脂血症的高危群体;冠心病、脑血管疾病、动脉粥样硬化的患者,也有可能患上高脂血症;体型过于肥胖、饮食结构不合理、且长期缺乏运动的人群,也是患高脂血症的高危人群;糖尿病患者也有着非常高的概率会继发高脂血症;长期处在精神紧张状态、情绪易激动的人群,也较容易患上高脂血症;长期吸烟、酗酒的人群,也是高脂血症的患病高危群体。

日常生活中,人们要在饮食上控制总热量摄入,尽量不吃或少吃动物内脏,避免高脂肪饮食;调整生活方式,积极参加体育运动,避免久坐不动;注意戒烟、限酒,保持良好的心态;高脂血症高危人群应养成定期监测血脂的习惯。

(作者供职于广西壮族自治区民族医院)

## 保护膝关节 做好这几点很重要

□黄碧秋 莫理璐

### 什么是膝关节病

膝关节病变又称膝关节骨性关节炎,是一种较为常见的骨科疾病,同时也是老年群体的高发病。膝关节骨性关节炎临床表现为关节软骨变形,软骨下、关节边缘形成骨赘,早期症状多表现为间断性关节疼痛。随着病情的发展,患者会表现出关节僵硬、关节肿胀、关节功能障碍、关节疼痛等症状,当病情发展至后期,可能会引起关节变形,严重影响患者的生活质量。

膝关节骨性关节炎在老年群体中发病率较高主要是因为患者年纪较大,关节功能逐渐减弱,导致患者膝关节比较脆弱,增加了膝关节病变的发病率,影响患者的日常生活,加重患者经济压力和心理负担。

### 易发病的不良行为

跷二郎腿或盘腿坐 当人们在跷二郎腿或盘腿坐时,膝盖长期处于扭曲状态,内外侧受力不均匀,导致膝关节处于绷紧状态,容易造成膝关节磨损。

长时间久坐、站立 人们在工作、学习、驾驶、打游戏,甚至休息时,都可能处于久坐状态。长时间的久坐或站立容易损伤膝关节,比如久坐会影响膝关节血液的正常循环,减少营养供给,无法为软骨提供充足营养,对膝关节造成损害。日常生活中,大家应在长时间站立或久坐后,进行短时间活动,避免损伤膝关节。

错误的跑步姿势 错误的跑步姿势同样会对膝关节造成损伤。因此,建议大家在跑步前先做热身运动,跑步时,使肌肉、筋骨全部舒展,用脚掌着地,将膝关节和脚掌保持在同一方向内,防止膝关节损伤。

不良的运动方式 不正确的运动方式也会损伤膝关节,首先是爬山,虽然爬山有锻炼身体的作用,但比较容易对膝关节造成损伤,主要是因为人们在爬山时,膝关节不仅要承受身体负重,还要承担下冲的力量,一旦冲击力过大,势必会损伤膝关节。所以,膝关节病变患者,应尽可能地避免爬山,上山时可使用手杖作为辅助,下山可以选择坐缆车。

其次,爬楼梯也会损伤膝关节,爬楼梯时膝关节需要承担人体3倍~4倍的体重,不仅如此,爬楼梯还会加大膝关节弯曲,加大股骨和髌骨压力,造成膝关节疼痛。因此,膝关节病变患者应尽可能地少爬楼梯。打太极拳也是很多老年人比较热衷的一项运动,但打太极拳容易加重膝关节负重,造成关节软骨磨损。

### 如何保护膝关节

防寒保暖 在冬季气温较低时,人们应该注意防寒保暖,保护腿部,避免因寒冷空气刺激引发坐骨神经疼痛、腰腿疼痛、膝关节疼痛等。在日常生活中,患者需要根据天气的变化增加衣物,必要的情况下,可以佩戴护膝,达到保护膝关节的目的。

减少负荷 尽可能避免长时间蹲、跑、跳、负重行走、爬楼梯等动作,适当锻炼,保持正常体重,避免膝关节压力过大,如果体重过重,应当减肥。当膝关节疼痛加剧时,可以适当使用助行器、拐杖等,减少膝关节负荷,女性患者应尽量少穿高跟鞋,多选择平底、舒适的运动鞋。

运动锻炼 膝关节病变患者在疾病急性发作期,应减少行走、站立的时间,以缓解疼痛;当患者疾病处于稳定期,疼痛感不明显时,可以适当进行体育锻炼,比如游泳、骑自行车、跳舞等负重较小的有氧运动,促进膝关节血液循环,预防肌肉萎缩,加强关节稳定性。同时,适当加强股四头肌锻炼,从而达到保护膝关节的目的。

适当补钙 适当补钙可以保护膝关节,除了适当服用钙片以外,人们应尽可能地通过饮食,日常生活中可以多吃豆制品、奶制品、海带、紫菜、虾、鱼类等食物,同时也要多晒太阳促进钙的吸收。

膝关节热敷 通过对膝关节的热敷,不仅能达到促进关节血液循环的目的,还能改善和缓解肌肉痉挛,改善筋膜和肌腱柔韧性。除了热敷以外,当膝关节出现明显的疼痛、不适等表现时,可以通过按摩中穴、足三里穴、阳陵泉穴等,达到舒筋通络、活血止痛的目的,帮助患者缓解膝关节疼痛症状。

穿合脚鞋子 为了有效保护膝关节,在日常生活中,大家务必要选择合脚的鞋子,尽可能不穿高跟鞋、厚底鞋、人字拖鞋或不合脚的鞋子,避免因足部受力不均、腿部肌肉过度紧张而导致膝关节承受压力增加,造成膝关节损伤。

(作者供职于广西国际壮医院)

## 心力衰竭的症状 你了解多少

□覃水桃

在人们的身体中,心脏是最为重要的器官,同时还是最勤劳的器官之一。在医学上,心脏跳动被称为收缩和舒张,心脏通过跳动将血液送到全身各个组织和器官中。

血液中含有氧气和营养物质,当心脏收缩时,血液会被送到动脉中,然后在动脉的帮助下,将血液平均分配到全身各个组织和器官当中。当心脏舒张的时候,血液会通过静脉再次流回到心脏,同时为下一次收缩做好准备,这一系列的运输工作,才能够满足人体活动的需要。

在日常生活中,很多不良因素都会给心脏带来损伤,例如酗酒、贫血、暴饮暴食等,容易引起心力衰竭。那么,心力衰竭都有哪些症状呢?

### 什么是心力衰竭

心力衰竭从字面意思理解,可见这一名词肯定与心脏有关,大家都知衰竭是枯萎的意思,而“力”字表示力量、力度,这样大家便能够知道心力衰竭是指心脏

跳动的力度不够导致衰竭。

在医学中,心力衰竭也被称为“心衰”,当心脏的收缩和舒张功能出现障碍的时候,就会导致心脏泵血能力下降,泵出的血量少于正常值,不能维持身体各个组织和器官的正常运转,同时器官和组织中的血液也不能正常流回到心脏,从而引发一系列复杂的疾病,例如肺淤血、腔静脉淤血等,这种状态叫作心力衰竭。

### 左心衰竭的症状

呼吸困难 这是左心衰竭最早出现的症状,同时也是最典型的症状。引起呼吸困难的原因主要是急性或慢性肺淤血和肺活量减低引起的。

部分症状较轻的患者,会在重体力劳动后,出现呼吸困难,但经过片刻的休息,呼吸困难相关症状缓解。在这医学中被称为劳力性呼吸困难。在劳动过程中,而“力”字表示力量、力度,这样大家便能够知道心力衰竭是指心脏

症状加重。随着病情的进展,较为严重的患者在经过休息后,仍然感觉呼吸困难,因此,不得不坐在沙发上、椅子上或床上休息。在医学中被称为端坐呼吸。这是因为当人们处于端坐位的时候,血液会受到重力的影响,积聚在低垂部位,比如下肢和腹部,回心的血量与卧位相比,血量减少,从而使得肺淤血减轻;同时,人们处于端坐位时横膈下降,能够增加肺活量,从而起到缓解呼吸困难的作用。

此外,患者还会出现阵发性夜间呼吸困难,这也是左心衰竭的一种表现,是指患者在熟睡的过程中被憋醒,感到窒息,从而被迫坐起,咳嗽次数较为频繁,出现严重的呼吸困难。症状较轻的患者坐起几分钟后,症状消失,严重的患者发作后,可能会出现发绀、冷汗、肺部能听到哮鸣音等症状;严重时可能会发展成肺水肿,咯大量粉色泡沫痰,两肺都能够听到湿啰音,还会导致血压下降,甚

至出现休克等。

咳嗽和咯血 是左心衰竭最常见的症状,是由于肺泡和支气管黏膜淤血引起的,通常这一症状与呼吸困难共同存在,患者咯血血色泡沫样痰或血样痰。

其它 患者还可能疲惫、失眠、心悸等症状。严重脑缺血时会出现嗜睡、眩晕、意识丧失、抽搐等。

体征 观察患者体征,听诊时发现患者心尖区有舒张期奔马律,心脏跳动的声音像马奔跑的声音。此外,患者还会出现交替脉、脉搏跳动一会儿强,一会儿弱。

### 右心衰竭的症状

上腹部胀满 该症状是右心衰竭早期的症状之一。患者还会出现食欲不振、恶心、呕吐及上腹部胀痛,肝脏肿大,按压时感到疼痛,需要提高警惕,最好能够立即前往医院进行相关检查,做到早

诊断,早治疗。

时,颈静脉怒张症状更加明显,这也被称为颈静脉回流征阳性。

水肿 该症状也是右心衰竭早期症状之一,水肿多发生在下肢。

发绀 右心衰竭的患者通常会

会出现不同程度的发绀,最早可以看到患者指端、口唇和耳廓的地方出现发绀,这一症状比左心衰竭患者更加明显。

神经系统症状 部分患者会出现神经超敏、失眠、嗜睡等症状。较为严重的患者可发生精神错乱。

心力衰竭的临床相关症状有很多,大家需要注意的是,当躺下或睡觉时发生呼吸困难,需要坐在床边、椅子上休息后症状缓解;胸部出现疼痛感,肢体出现水肿;食欲不振、心动过速等的时候,需要提高警惕,最好能够立即前往医院进行相关检查,做到早

(作者供职于柳州市柳铁中心医院)