

急性心梗有哪些症状

□郝杰

急性心肌梗死是一种可能危及生命的急性病症，主要是因为冠状动脉出现了急性阻塞，心脏缺乏血液供应，出现坏死情况，从而导致心脏功能受损。高血压病、糖尿病、高血脂症及患有心脏病患者都属于高危人群。

对于急性心肌梗死，需要根据实际情况，积极治疗。那么，急性心肌梗死的病因是什么，会有什么症状呢，治疗措施有哪些呢？下面就了解一下。

急性心肌梗死的病因

心脏内血液灌注量减少；冠状动脉粥样硬化、冠状动脉痉挛及冠状动脉微循环功能障碍等，

都有可能引起心脏内的血液灌注量减少，引起急性心肌梗死。

心脏供血不足；呼吸衰竭、严重的贫血，还有慢性心律失常及休克、低血压等，都可能引起心脏供血不足，这也是导致急性心肌梗死的原因之一。

心肌耗氧量增加；比如严重的高血压病，还有持续且快速心律失常等，容易导致心肌耗氧量增加，心肌可能因此过劳而受损，引发急性心肌梗死。

诱发因素：比如过量进食脂肪含量高的食物，导致血液黏稠度增高。情绪过于激动，长期做重体力活，血压急剧增高，还有药物因素等，都可能诱发急性心

肌梗死。

急性心肌梗死的症状

疼痛：疼痛是急性心肌梗死的典型症状，也是最先出现的症状。部分患者会出现上腹部疼痛症状，很容易被误认为是胃穿孔或者急性胰腺炎。

全身症状：比如发热、心跳加快、白细胞计数增高等，一般在疼痛出现后24~48小时内出现。体温大多在38摄氏度左右，一般不会超过39摄氏度，发热时间可能持续一周左右。

胃肠道症状：比如上腹部胀痛、呕吐、恶心等。

心律失常：这种情况在发病1~2周内容易出现，患者还可能

伴有头晕、乏力及晕厥等症状。

其他：呼吸困难、咳嗽、发绀、烦躁、面色苍白、皮肤湿冷等。

急性心肌梗死的治疗措施

药物治疗：首先需要缓解疼痛症状，常用药物有杜冷丁、硝酸甘油、美托洛尔、比索洛尔等等。抗血小板治疗，首选阿司匹林，还可以使用氯吡格雷等药物。抗凝治疗的药物有普通肝素、低分子肝素等等。溶栓治疗主要选择尿激酶、链激酶、阿替普酶等药物。调脂治疗的药物有辛伐他汀、普伐他汀、氟伐他汀等等。另外，还需要进行抗心律失常治疗，可以选用普鲁卡因

胺、维拉帕米等药物。抗心力衰竭治疗选用吗啡、呋塞米等药物。

手术治疗：常用的手术方式有经皮冠状动脉介入治疗、冠状动脉旁路移植术等。

急性心肌梗死患者在用药方面一定要严格遵医嘱，不能擅自或者过量用药，避免引起不良后果。同时注意饮食清淡，不要吃辛辣油炸食物，且保持良好的心态。定期到医院复查，了解身体恢复情况。如果出现身体不适，或者其他异常情况，需要马上就医。

(作者供职于淄博市中西医结合医院)

是什么导致血糖升高

□刘秋利

血糖高是由于胰岛素分泌不足或细胞对胰岛素的敏感性下降导致的一种代谢性疾病，也是糖尿病的主要表现之一，常见于中老年人。以下是一些可能导致血糖高的原因，以及血糖高的应对措施。

生理性血糖升高：生理性血糖升高常见于餐后1~2小时。此外，高糖饮食、短期剧烈运动、情绪激动、胃倾倒综合征等均可造成血糖的暂时升高。

遗传因素：遗传因素是引起血糖高的一个重要因素。直系亲属(父亲、母亲、兄弟姐妹)血糖升高，则发生血糖高的风险较高。许多遗传性疾病也常伴有高血糖状态，如1型糖尿病原沉着症、急性间歇性血卟啉病、脂肪萎缩综合征、早老综合征、唐氏综合征、先天性卵巢发育不全症等。

胰岛素抵抗：胰岛素是调节血糖水平的重要激素，但在某些情况下，机体对胰岛素的反应减弱，称为胰岛素抵抗。这会导致机体需要更多的胰岛素才能将血糖转运到细胞中，从而使血糖升高。

胰岛素分泌异常：胰岛素分泌不足也会导致血糖升高。胰岛素分泌异常可能与胰腺疾病、药物使用、囊肿或肿瘤等因素相关。

药物引起的高血糖：某些药物，特别是长期使用的类固醇药物，如甲泼尼龙、泼尼松等，长期使用含有类固醇的药物，致使体内胰岛素分泌受到抑制，导致血糖升高。抗精神病药物，如利培酮、氯丙嗪、奥氮平等，是治疗精神分裂症和其他精神疾病的药物，但会抑制胰岛素的分泌，引起血糖升高。某些抗逆转录病毒药物，如利巴韦林、阿扎那韦等，可能干扰胰岛素的合成和分泌，导致血糖水平异常升高。

日常生活中，血糖高的患者通常需要注意以下几个方面。

饮食管理：采用健康的饮食对于控制血糖至关重要。建议遵循营养均衡、低脂低糖、高纤维的饮食，选择低糖水果、蔬菜和全谷类食物，并控制碳水化合物及高糖、高脂肪食物的摄入。

运动：规律的体育锻炼可以帮助降低血糖水平，提高胰岛素敏感性，有

氧运动如快走、慢跑、游泳和骑自行车等对控制血糖非常有效。最好每周进行至少150分钟的中等强度运动。

控制体重：如果您超重或肥胖，减轻体重可以显著改善血糖。合理的饮食结合适量的运动，可以实现逐渐减重的目标。

药物治疗：对于一些无法通过饮食和运动控制的高血糖病例，医生可能会考虑开具口服药物或注射胰岛素来帮助降低血糖水平，如二甲双胍、阿卡波糖、达格列净等。具体的药物治疗方案应该根据医生的指导进行选择和使用。

注意管理伴随疾病：一些人可能同时患有高血压病、高血脂症等其他慢性疾病，需要有针对性地进行治疗和管理，以降低心血管风险，维持身体健康。

需要注意的是，这些治疗方法只是一般性建议，患者需要咨询医生，进行相关检查和诊断，由医生根据个体情况制定具体的治疗方案。

(作者供职于济宁医学院附属医院)

治疗肺癌的免疫疗法

□张雷

肺癌是一种恶性肿瘤，起源于肺组织中的异常细胞，是最常见的癌症之一，通常由长期吸烟、二手烟暴露和其他环境因素引起。

免疫疗法是一种新型的肿瘤治疗方法，通过调整和加强患者自身免疫系统的功能来对抗癌症。免疫疗法可以增强机体的免疫应答，使免疫系统能够更好地识别和攻击癌细胞。

对于肺癌患者，免疫疗法被广泛应用，并取得了一定的成效。目前，在肺癌治疗中使用的主要免疫疗法包括以下几点。

肿瘤相关抗原疫苗：肿瘤相关抗原疫苗的原理是，通过将特定的肿瘤抗原引入体内，激活免疫细胞，使其能够识别和攻击具有相同抗原表达的肿瘤细胞。疫苗通过刺激免疫系统产生记忆细胞，使其保持对肿瘤抗原的记忆，并能够在之后的接触中更快、更有效地产生免疫应答。疫苗经常与其他治疗方法(如放疗、化疗)联合使用，以增强治疗效果，并提高患者的生存率。

PD-1/PD-L1(程序性细胞死亡蛋白-1及其配体)抑制剂：这些药物(如纳武利尤单抗、帕博利珠单抗、阿替利珠单抗等)通过抑制肿瘤细胞表面上的PD-L1蛋白与免疫细胞上的PD-1受体结合，激活免疫细胞，增强它们对癌细胞的攻击能力。

CTLA-4(细胞毒性T淋巴细胞相关蛋白4)抑制剂：这类药物(如纳武单抗、派姆单抗等)通过抑制免疫细胞上的CTLA-4抑制性受体，可以增加免疫细胞对癌细胞的攻击能力。

CAR-T(嵌合抗原受体T细胞免疫)疗法：CAR-T疗法是一种个体化的免疫疗法，通过提取患者自身的T细胞，改造其表面受体，使其能够更好地识别和攻击癌细胞。已经有一些用于治疗血液肿瘤的CAR-T疗法获得了批准。

NK细胞疗法：NK细胞疗法是一种免疫疗法，利用自然杀伤NK细胞来治疗某些类型的癌症和其他疾病。NK细胞是一类特殊的淋巴细胞，具有

识别和攻击异常细胞的能力，并且可以在免疫系统的早期阶段对它们进行杀伤。NK细胞疗法通过增强或激活这些自然杀伤细胞的功能，帮助身体对抗疾病。

T细胞转移疗法：T细胞转移疗法是一种免疫疗法，旨在利用改造的T细胞来治疗某些类型的癌症。该疗法涉及提取患者自身的T细胞，并经过实验室内的基因工程处理后，再将其重新注入患者体内。这些改造的T细胞可以识别并攻击具有特定抗原表达的癌细胞，从而消灭肿瘤细胞。

免疫疗法的优势在于相对较低的副作用和持久的治疗效果。然而，不同肺癌患者对免疫疗法的反应可能存在差异，有些肺癌患者可能会出现免疫系统过度激活导致的不良反应。

免疫疗法并非适用于所有肺癌患者，治疗方案应根据患者的病情、分期和医生的建议来确定。

(作者供职于南方医科大学第五附属医院)

胃溃疡的致病因素

□孙强

近年来，胃病的发病率逐年升高，其中以胃溃疡最为常见。研究表明，胃溃疡的发生可能与工作压力、生活习惯、饮食习惯、精神心理等问题因素有关。下面我们就来了解一下胃溃疡的相关知识，提升自我保护能力。

什么是胃溃疡

食物从口腔进入胃部，胃酸帮助消化食物，也可防止微生物的伤害。当胃黏膜表层缺损，胃酸就会对胃造成损害，这种损害是导致溃疡的原因。

胃溃疡的症状

胃溃疡的症状为胃部疼痛、食欲不振、泛酸、烧心、出血、恶心、呕吐等，轻重程度取决于胃溃疡的严重程度，有的患者病情较轻可能没有任何症状。

胃溃疡慢性反复发作，发病周期可达数周或数月，发作有季节性，多发生在季节变换时。一般在餐后半小时至一小时出现腹部疼痛、泛酸、烧心、上腹部胀气、恶心、呕吐等症状，服药后疼痛症状可得到缓解。胃溃疡患者还会出现呕血现象，这是因为胃溃疡穿透了人体内血管，且在出血患者多会出现腹部疼痛的症状。

胃溃疡的致病因素

幽门螺杆菌感染 幽门螺杆菌是一种主要生存在人体胃部的细菌，感染后会破坏胃黏膜屏障，引起胃黏膜炎症和胃溃疡。如果没有及时有效控制幽门螺杆菌感染，严重后可能导致胃穿孔、胃出血，并且增加癌变风险。

药物因素 长期服用某些药物，如消炎痛、阿司匹林等药物中含有会引发胃溃疡的物质。如果患者长期服用上述药物，患胃溃疡的概率会增加。

心理及精神因素 如今，社会经济不断发展，人们的生活、工作、学习压力不断增加，一些人长期处于精神高度紧张的状态，导致胃溃疡的发生。

饮食因素 长期食用辛辣刺激的食物，如辣椒、咖啡等，还有部分人喜欢喝酒、吸烟，这些不良的生活习惯会增加患胃溃疡的风险。

胃溃疡的护理方法

胃溃疡患者要改善不良的生活、饮食习惯，这是日常护理的关键。患者要及时纠正不良饮食、作息习惯，做到合理饮食，健康生活。

饮食方面，患者需要注意多食用营养且容易消化的食物，如瘦肉、稀饭、细面条、鸡茸、新鲜蔬菜、水果、牛奶等。每餐不宜吃得过多，更不可食用生冷刺激性的食物，如生葱、生蒜、辣椒、冷饮、冰激凌等。

患者要注意休息，尽量不要熬夜，养成早睡早起的好习惯。当季节变换时，患者要注意保暖，避免着凉。如果患者有吸烟、喝酒等不良习惯，需要戒烟戒酒，避免刺激溃疡面，导致疾病加重。在日常生活中，患者要积极主动进行体育锻炼，提高机体免疫力，增强体质，促进身体快速康复。

(作者供职于临沂市河东区郑旺镇卫生院)

如何检测幽门螺杆菌感染

□张广林

在日常生活中，幽门螺杆菌的感染率比较高。虽然幽门螺杆菌感染一般没有明显症状，但如果感染容易诱发相关胃肠道疾病，出现腹痛、饱胀、泛酸、暖气、恶心、呕吐、食欲下降等症状，应该引起重视。在临床上，经常通过尿素呼气试验、血液抗体检查、粪便幽门螺杆菌抗原检查、内镜检查等判断是否存在幽门螺杆菌感染的情况。

尿素呼气试验：尿素呼气试验是一种常用的非侵入性检测方法，用于检测幽门螺杆菌。该试验基于幽门螺杆菌产生的尿素酶分解尿素产生二氧化碳，患者通过呼气将二氧化碳排出体外，然后通过呼气样本中的二氧化碳含量来

判断是否感染。尿素呼气试验作为一种无创、可靠的方法，被广泛应用于幽门螺杆菌感染的筛查和治疗效果的评估。然而，具体的操作步骤和结果解读可能会因不同的实验室和设备而有所不同。因此，在进行该项检测之前，最好咨询医生或专业人士，以获取准确的信息和指导。

血液抗体检查：主要是抽血后进行检查，可帮助判断是否存在幽门螺杆菌抗体。若有幽门螺杆菌抗体，通常表示感染过幽门螺杆菌，但并非此时一定处于感染阶段。对于感染过幽门螺杆菌但目前已成功根除的患者，幽门螺杆菌抗体仍可能是阳性。若不存在幽门螺杆菌抗体，通常提示身体没有

感染过幽门螺杆菌。

粪便幽门螺杆菌抗原检查：粪便幽门螺杆菌抗原检查可帮助检测是否处于活动性感染阶段，主要用于人群筛查，具有快速、简单、方便等优点。

内镜检查：内镜检查是幽门螺杆菌感染的侵入性检查，主要是在内镜下取胃黏膜组织进行检查，可以帮助判断是否存在幽门螺杆菌感染。

若进行上述检查后，明确存在幽门螺杆菌感染的情况，应该及时就诊，遵医嘱进行治疗，避免对胃肠道造成更为严重的损伤，同时避免传染他人。幽门螺杆菌感染常用的治疗方法是四联疗法，即一种质子泵抑制剂+两种抗菌药物+一种铋剂。

一种质子泵抑制剂：质子泵抑制剂是抑制胃酸分泌的药物，是目前抑制胃酸分泌作用较强的一类药物，抑制胃酸的作用强而持久，同时可以减少胃蛋白酶的分泌。常用药物包括奥美拉唑、艾普拉唑、兰索拉唑、泮托拉唑、雷贝拉唑、艾司奥美拉唑等，治疗幽门螺杆菌感染时选择其中一种即可。

两种抗菌药物：主要包括甲硝唑、克拉霉素、呋喃唑酮、四环素、阿莫西林、左氧氟沙星等，具有杀灭幽门螺杆菌的作用。在无过敏的情况下，抗菌药物通常优先选择阿莫西林，儿童使用何种抗菌药物应该谨慎。临床上比较常用的用药方案为阿莫西林+克拉霉素、阿莫西林+左氧氟沙星、阿莫西林+

呋喃唑酮、四环素+甲硝唑或呋喃唑酮。遇到难治性幽门螺杆菌，有时需要联合药敏结果指定治疗方案。

铋剂：铋剂在胃酸作用下，可以形成铋盐和黏性凝结核，涂在胃表面，帮助保护胃黏膜，常用药物包括枸橼酸铋钾、胶体果胶铋胶囊，选择一种即可。

一般情况下，遵医嘱进行检查，能够明确是否存在幽门螺杆菌感染，遵医嘱进行治疗能够痊愈，不需要过于担心。但需要注意，幽门螺杆菌可以通过消化道传播，在幽门螺杆菌感染的治疗期间，建议不与他人共用碗筷，与他人吃饭时使用公筷，以免感染他人。

(作者供职于寿光市人民医院)

急性呼吸窘迫综合征的危害

□鲍丰开

近年来，越来越多的人开始关注急性呼吸窘迫综合征。这是一种严重的呼吸系统疾病，可导致患者呼吸困难、氧合不足等症状，甚至可能危及生命。随着各种因素的增加，急性呼吸窘迫综合征已成为临床上一种常见的高危合并症。因此，了解急性呼吸窘迫综合征的基本知识和预防措施，对我们的健康至关重要。

什么是急性呼吸窘迫综合征

急性呼吸窘迫综合征指的是一组严重的呼吸系统疾病，主要表现为肺泡及毛细血管间质充血、水肿和炎性细胞浸润，导致肺功能不全，引起呼吸困难和氧合不足等症状。急性呼吸窘迫综合征有多种原因，包括感染、创伤、吸入有毒气体、血液灌注、胰腺炎等。急性呼吸窘迫综合征的发生机制尚不完全清楚，但是可以通过机械通气、液体管理及治疗原发病来减轻症状。然而，在重症急性呼吸窘迫综合征患者中，病死率仍然非常高。因此，早期诊断和积极治疗至关重要。

急性呼吸窘迫综合征有什么症状

急性呼吸窘迫综合征的症状通常与肺功能不全相关。以下是可供参考的一些常见症状。

呼吸困难：患者可能感到呼吸困难、气短和呼吸急促。

低氧血症：由于肺部功能不全，患者可能会缺氧(低氧血症)。严重的低氧血症会导致气促、面色苍白、皮肤发绀等症状。

肺部震颤：患者可能会发生肺部震颤，表现为肺部弥漫性磨玻璃影。

疲乏：由于呼吸困难和低氧血症，患者可能会感到持续性的疲劳和虚弱。

眩晕和失去意识：在重症急性呼吸窘迫综合征患者中，由于严重缺氧和肺部功能衰竭，患者可能会出现眩晕和失去意识的症状。

脉搏和呼吸速度增加：在急性呼吸窘迫综合征患者中，由于呼吸困难和低氧血症，患者的脉搏和呼吸速度通常会显著增加。

如果出现这些症状，建议及时就医，并和医生积极沟通，尽早诊断和治疗。

急性呼吸窘迫综合征有什么危害

急性呼吸窘迫综合征会导致肺泡和毛细血管间质的充血、水肿和炎性细胞浸润，产生以下危害。

氧合不足：急性呼吸窘迫综合征会造成肺功能不全，氧合不足，身体其他器官和组织缺氧，最终导致多个器官的衰竭和死亡。

肺挫伤：急性呼吸窘迫时肺萎缩和张力过大，会导致肺挫伤。

感染风险：由于急性呼吸窘迫综合征患者常常需要机械通气和呼吸支持设备等，免疫系统会受到影响，增加感染风险。

死亡：重症急性呼吸窘迫综合征患者病死率非常高，为35%~46%。

因此，当怀疑患了急性呼吸窘迫综合征时，应尽早就医，以便尽早诊断和积极治疗，降低潜在危害。

急性呼吸窘迫综合征是一种需要高度警惕的严重呼吸系统疾病，会对患者健康产生重大影响。虽然急性呼吸窘迫综合征的发病原因多种多样，但采取一些相应的预防措施可以降低患病风险。例如，避免烟草和其他有害物质的吸入，加强体育锻炼，提高免疫力，避免感染等。如果出现了急性呼吸窘迫综合征症状，一定要及时就医，进行早期诊断和积极治疗。

(作者供职于定陶区人民医院)

高血压病的注意事项

□滕丽丽

高血压病是一种临床综合征，收缩压 ≥ 140 毫米汞柱和/或舒张压 ≥ 90 毫米汞柱，称之为高血压病。患者可能会出现失眠、头痛、眼花、头晕及耳鸣、乏力等症状。如果长期血压高，且不能及时控制血压的情况，可能引起多种心血管疾病，心脏、脑部及肾脏的功能还有结构都可能发生改变，甚至引起肾衰竭、卒中等。那么，高血压病是怎么引起的，有哪些饮食禁忌呢？下面就来详细了解一下。

高血压病有哪些饮食禁忌

避免辛辣食物：辛辣食物容易激活患者交感神经，导致交感神经兴奋，这个时候血管收缩，血压升高。

控制盐分摄入：高血压病患者一定要注意不能吃盐分过重的食物，不要吃腌制食物，多吃富含钾元素及钙元素的食物。

其他：不能吃高油脂的食物，避免血液黏稠度增高，导致血压升高。另外，不要抽烟喝酒，不要暴饮暴食，长期暴饮暴食容易导致血压不稳定，加重病情。

高血压病患者要注意放松心情，不要有太大的心理压力，可以适当进行体育运动，比如快走、散步或者练习瑜伽等。

同时要定期到医院进行检查，如果发现身体异常或者血压突然升高，需要引起重视，马上就医检查。另外，还要多跟家人朋友沟通交流，早睡早起，不要熬夜。

(作者供职于山东省邹平市好生街道社区卫生服务中心)

怎么控制血压

药物控制：常用的药物包

括氢氯噻嗪、呋塞米、卡托普利、贝那普利及比索洛尔、氯沙坦等。

手术治疗：如果是继发性高血压，且是因为器质性疾病引起的，需要通过手术的方式进行治疗，控制血压。

疾病因素：比如肾小球肾炎、皮质醇增多症、主动脉瓣关闭不全、脑肿瘤、脑外伤、睡眠呼吸暂停综合征等。

其他因素：比如过于肥胖的人群，特别是腹型肥胖的人群，容易引发高血压病。长期服用避孕药，还有非甾体类抗炎药、肾上腺皮质激素等，也可能导致血压增高。