

盆腔疼痛的发病原因和治療措施

□季玉梅

盆腔疼痛是女性常见的妇科疾病之一。它不仅会影响女性的生活质量,甚至对生育能力造成威胁。

盆腔疼痛是指女性盆腔区域出现疼痛或不舒适,主要包括子宫、卵巢、输卵管、阴道、膀胱、直肠等部位。这种疼痛可能是急性的,也可能是慢性的,还有可能是周期性或持续性的。

发病原因

子宫内膜异位症 子宫内膜异位症是指子宫内膜组织在子宫以外的部位生长,常常伴随月经周期性疼痛。

子宫肌瘤 子宫肌瘤可导致盆腔疼痛、月经不规律等。

子宫腺肌病 子宫腺肌病是子宫内膜腺体和间质侵入子宫肌层的病症,也可能引起盆腔疼痛。

卵巢囊肿 卵巢囊肿破裂或扭转,可能导致剧烈疼痛。

卵巢感染 卵巢感染通常伴随盆腔疼痛。

输卵管感染 输卵管感染可能导致慢性盆腔疼痛和不孕。

输卵管积水 输卵管阻塞会引起积水,也会导致疼痛和不孕。

盆腔炎症 盆腔炎症可能引起盆腔疼痛。

阴道感染 阴道感染也会导致盆腔疼痛。

膀胱感染 膀胱感染可能导致盆腔疼痛。

直肠问题 直肠疾病或炎症也可能引起盆腔疼痛。

诊断方法

病史采集 医生可询问患者的病史,包括疼痛的性质、频率、持续时间,以及相关症状。

体格检查 医生可为患者进行盆腔检查,明确异常情况。

影像学检查 超声检查、CT(计算机层析成像)检查等影像学检查,有助于识别盆腔问题。

实验室检查 血液和尿液检查可排除感染和其他问题。

内窥镜检查 腹腔镜或宫腔镜检查可查看盆腔内的器官。

治療措施

药物治疗 非甾体抗炎药,如

布洛芬等,可缓解轻度盆腔疼痛、中度盆腔疼痛,以及盆腔的炎症。

避孕药对某些与月经周期相关的问题非常有效,尤其是子宫内膜异位症;还可以调节月经周期,减轻月经期间的症状,包括盆腔疼痛。如果患者的盆腔疼痛是由感染性盆腔炎引起的,医生会用抗生素治疗感染,杀灭感染源,减轻炎症和疼痛。

物理疗法 热敷是一种简单的物理疗法,可以缓解盆腔疼痛。此外,患者还可以进行盆底康复训练。

手术治疗 腹腔镜手术是一种微创手术,通过小切口和腹腔镜器械进行,适用于一些盆腔问

题(子宫肌瘤、卵巢囊肿、输卵管积水 and 子宫内膜异位症)的治疗。一些复杂的盆腔问题,可能需要传统的开放性手术。开放性手术需要较大的切口,可以更彻底地处理病变情况。开放性手术可能涉及移除子宫、卵巢或其他受影响的器官。

保守治疗 对于某些慢性盆腔疼痛患者,可采用保守治疗方法,如疼痛管理和情绪支持,以便改善生活质量。

不孕症治疗 如果盆腔疼痛与不孕症有关,可以选择辅助生殖技术,如体外受精或输卵管通水。

(作者供职于诸城市人民医院)

中西医结合在临床上的优势

□国龙溪

中西医结合是将中医药理论与现代医学理论相互融合的一种医学模式。它借鉴了中医药的整体观念、辨证施治原则和中药治疗方法,结合了现代医学的先进技术和治疗手段。中西医结合通过整合中西医疗资源,以个体化、综合性和系统性的方式,为患者提供更加精准、有效和安全的诊断和治疗方案。如今,中西医结合在临床上的应用越来越广泛。许多国家和地区纷纷推出了相关政策和措施,促进中西医结合发展。那么,中西医结合在临床上的优势有哪些呢?

综合诊断能力

中西医结合能够充分利用中医的辨证施治和西医的现代医学检查技术,从而增强对患者情况的全面了解和准确诊断的能力。中医强调观察患者的脉象、舌苔等体征,其中包含了丰富的信息,能够帮助医生判断患者的整体健康状况;西医借助先进的医学仪器和检验手段,可以对患者详细进行生理和病理评估。医生综合应用这两种方法,可以更准确地了解患者的病情,制定更有效的治疗方案。

综合治疗策略

中西医结合通过综合运用中药、针灸、推拿等中医疗法和西药治疗手段,能够提供个性化治疗方案。中医强调整体观念和平衡理论,通过调节人体内部的阴阳平衡,促进自身的康复能力;西医注重疾病的病因学和病理学,通过药物治疗、手术等方式进行干预。这两种方法相结合,可以充分发挥各自的优势,提高治疗效果,并减少不良反应。

疾病预防和健康管理

中西医结合在临床上不仅可以治疗疾病,还可用于疾病的预防和健康管理。中医具有比较完善的保健理论和方法,注重调整人体的内外环境,增强机体的抵抗力。中医养生方法,如饮食调理、运动锻炼等,可以有效预防许多慢性病。西医运用现代医学技术,如体检、筛查等,帮助医生尽早发现潜在的风险,制定干预方案,维护人体的健康状态。

疗效显著

中西医结合在临床上具有疗效显著的优势。中医药通过调节人体的自愈能力,增强机体免疫功能;西医通过先进的诊断技术和药物治疗,迅速缓解患者的症状,控制疾病发展。中西医结合能够提供有效的治疗方法,有助于提高患者的生存质量。

不良反应减少

中西医结合在临床上还具有不良反应少的优势。中医治疗注重调理人体自身的调节能力,通过草药等天然物质进行治疗,一般不会产生明显的不良反应;西药治疗往往伴随着一定的不良反应,如药物过敏、肝肾功能损害等。中西医结合可以发挥各自的优势,减少西药的用量和不良反应,提高患者的安全性和耐受性。

需要注意的是,中西医结合在临床上仍然需要严格遵循科学的诊治原则,需要专业医生进行指导和操作。

(作者供职于寿光市稻田中心卫生院)

重度肺炎不可忽视

□刘素霞

重度肺炎可能导致肺组织发炎和受损,不仅严重影响患者的呼吸功能,还会威胁患者的生命安全。

基本概念

重度肺炎是一种严重的呼吸系统疾病,常常由病毒或细菌感染引起。其中,最常见的病原体是病毒,例如流感病毒、呼吸道合胞病毒等。

这些病原体可通过空气飞沫进行传播。当感染者咳嗽或打喷嚏时,周围的人可能吸入携带病原体的飞沫,从而发生肺部感染,甚至引发重度肺炎。

典型症状

重度肺炎的典型症状包括高热、咳嗽、呼吸急促、胸痛、乏力等,有的患者还会经历嗅觉丧失、味觉丧失等特殊症状。

如果患者出现这些症状,就要及时到医院就诊。

诊断方法

重度肺炎可通过临床症状、体格检查、影像学检查等方法进行诊断。医生可能要求患者进行

胸部X线或CT(计算机层析成像)检查,了解患者肺部的炎症程度和损伤情况;还可能采集呼吸道样本进行实验室检测,以便确定病原体的种类。

如何预防

对于重度肺炎,有效预防非常关键。人们要保持良好的卫生习惯,包括勤洗手、使用洗手液或含酒精的洗手液,尽量避免触摸眼、鼻、口等面部区域;避免接触重度肺炎患者,如果不幸接触到重度肺炎患者,要及时清洁可能受到污染的物体表面;保持室内通风良好,不要在拥挤、密闭的场所停留过久;正确佩戴口罩,有效降低病原体的传播风险;定期接种疫苗,可有效预防某些重度肺炎的病原体感染。

治療方法

重度肺炎一般需要综合性治疗,包括对症治疗、抗感染治疗、支持性治疗等。

对症治疗包括控制发热、缓解咳嗽、保持水分平衡等。抗感染治疗根据病原体的类型和药物

的敏感性进行选择,可以使用抗病毒药物或抗真菌药物等。对于病毒性重度肺炎,目前已经开发了一些特定的抗病毒药物,例如利托那韦片、阿兹夫定等。

同时,重度肺炎还可以采取免疫疗法、血浆治疗、疫苗接种等,增强患者的免疫力。支持性治疗在重度肺炎的治疗过程中也起着重要作用。支持性治疗包括给予氧气治疗、呼吸机辅助通气、维持水电解质平衡和营养支持等。重度肺炎患者需要住进医院,在重症监护室接受密切监护和治疗。

综上所述,重度肺炎严重威胁着人们的身体健康。因此,人们要加强防护,及时就医,并进行科学治疗。同时,相关部门要开展健康教育,加强社会防控,有效防控重度肺炎传播;还要持续进行科学研究和技术创新,以便有效应对未来可能出现的新型病原体和疫情。

(作者供职于郑州市第一人民医院综合重症监护病房)

中风的风险和早期预警信号

□姜波

中风又名卒中,是一种危险的神经系统疾病,往往导致患者瘫痪、失语、认知障碍,甚至死亡。中风是指大脑的一部分由于缺血(缺乏血液供应)或出血而受损或死亡的情况。中风的主要类型包括缺血性中风和出血性中风。缺血性中风是由于脑部血管阻塞而导致的大脑内出血。中风是一个紧急情况,需要立即处理。许多中风病例可以通过早期预警信号识别和及时干预提高生活质量。

危险因素

了解中风的危险因素对于早期预警信号识别至关重要。

高血压病 高血压病是中风的主要危险因素。它可以损害脑部血管,增加中风的风险。

高脂血症 高胆固醇和甘油三酯水平与中风的风险增加相关。这些物质可以在血管内形成沉积物,阻塞血液流动。

糖尿病 糖尿病患者更容易中风,因为高血糖会损伤血管壁,增加血栓形成的风险。

吸烟 吸烟会损害血管内壁,增加中风的风险。戒烟可以降低中风的风险。

超重和肥胖 超重和肥胖与高血压病、高胆固醇、糖尿病等中风危险因素密切相关。

不健康的饮食 高盐、高脂肪和高糖饮食,可能导致高血压病、高胆固醇和肥胖,增加中风的风险。

缺乏锻炼 缺乏锻炼与中风的风险增加有关。加强锻炼有助于维持健康的体重和心血管健康。

过量饮酒 过量饮酒会增加中风的风险。

年龄和性别 中风的危险随着年龄的增加而增加,尤其是65岁以上人群。女性在更年期前发生中风的风险较低,但在更年期后中风的风险则会增加。

预警信号

中风的早期预警信号是指在中风发作之前出现的症状或体征。正确识别这些信号并迅速采取行动,可以挽救患者的生命,减少中风的损害。

一侧的面部麻木或下垂 一侧的面部麻木或下垂,导致微笑困难或嘴角歪斜。

手臂、腿等感觉无力 手臂、腿或一侧的半身有无力感,连举手臂或抬腿都会感到困难。

言语困难 患者突然出现言语含糊不清,或者无法言语。

突然头痛 患者突然发生剧烈头痛,还会伴随其他症状。

失明或视觉问题 突然失明或视觉问题可能是中风的早期信号。视野变化或双眼模糊都可能发生。

身体不平衡 患者在中风前可能出现身体不平衡,比如走路不稳或摔倒。

紧急措施

如果出现中风的早期预警信号,应立即采取措施。

保持冷静 患者及家属应立即拨打120急救电话,尽量保持冷静,以便提供有关症状和准确信息。

不要等待 中风需要紧急治疗,不要试图等待症状自行消失。

注意症状持续时间 患者及家属要记录症状的持续时间,这样有助于医生确定中风的类型和严重程度。

不要自行处理 患者不要自行治疗,比如服用药物。对于中风,只有专业的医务人员才能提供适当的治疗方案。

(作者供职于诸城市人民医院)

情绪及饮食对甲状腺的调节作用

□杨胜楠

甲状腺是人体重要的内分泌腺体,其功能对于新陈代谢、能量平衡和生长发育具有重要作用。然而,现代生活中常见的情绪紧张和不良的饮食习惯,会对甲状腺功能造成不良影响。

情绪因素

随着生活压力的增加和现代社会生活节奏的加快,越来越多的人面临情绪问题。这些问题可能与身体健康密切相关,特别是甲状腺功能紊乱患者,情绪调节扮演着重要角色。因此,深入了解情绪与甲状腺疾病之间的关系,对于预防和治疗这些疾病具有重要意义。

甲状腺功能紊乱与情绪调节的相互影响 甲状腺功能紊乱可以引起或加剧情绪问题。研究表明,甲状腺功能亢进症

患者常常会出现焦虑、易怒、不安等情绪问题,而甲状腺功能减退症患者则更容易出现抑郁、疲劳等情绪问题。

情绪调节策略对甲状腺疾病的积极影响 情绪调节策略包括认知重构、应对技能培训、心理治疗等方法。研究表明,它们在改善甲状腺疾病相关症状中起积极作用。患者学习认知重构技巧,可以改变对压力和负面情绪的认知方式,从而减少对甲状腺功能的负面影响。此外,心理治疗可以帮助患者释放压力,提高情绪调节能力,改善

甲状腺疾病的症状。

饮食因素

除了情绪因素以外,饮食因素在甲状腺功能的调节中扮演着重要角色。那么,饮食与甲状腺健康之间有什么关系呢?

碘 甲状腺是身体内主要的碘储存器官。它用碘来合成甲状腺激素,包括甲状腺素和三碘甲状腺原氨酸。这些激素对新陈代谢、生长发育、体温调节等非常重要。碘缺乏会导致甲状腺功能减退,引发甲状腺肿大和甲状腺功能亢进症。然而,过量摄入碘可能对甲状腺产生负面

影响,甚至影响甲状腺的治疗效果。另外,甲状腺结节患者不要过多食用含碘丰富的食物,在日常生活中应坚持适量摄入。

铁、硒、锌 这些微量元素对甲状腺功能的正常运转非常重要。铁参与甲状腺激素的合成过程,硒可以将甲状腺激素转化为活性形式,锌则是保持甲状腺健康必需的元素。患者要摄入足够的富含铁、硒、锌的食物,如豆类、坚果、肉类和全谷物。

大豆和十字花科蔬菜 大豆和十字花科蔬菜(如芥菜、卷心菜、花椰菜等)中含有一种被称

为异硫氰酸盐的化学物质,可能影响甲状腺的功能。尽管这些食物对大多数人来说是健康的,但是甲状腺功能异常患者应限制这些食物的摄入量。

情绪及饮食对甲状腺调节具有重要意义。因此,患者要保持良好的状态,合理饮食,确保甲状腺健康。此外,相关部门要加强科学研究,帮助人们更好地理解情绪及饮食对甲状腺功能的影响机制,并为预防和治疗甲状腺疾病提供指导。

(作者供职于山东潍坊滨海经济技术开发区人民医院)

正确认识支气管哮喘

□尹利剑

支气管哮喘(简称哮喘)是一种由多种细胞和细胞组分参与的慢性气道炎症性疾病,主要特征包括气道慢性炎症和气道高反应性。患者多在夜间及凌晨发作或加重,发作时伴有哮鸣音的呼气性呼吸困难。

发病原因

环境因素 引起哮喘的主要吸入性过敏原包括尘螨、动物皮毛、花粉、霉菌等。空气污染可引起不可逆转的肺功能损害,增加哮喘患者的急诊次数,增加气喘和急救药物的使用量。吸烟者患哮喘的危险性增加,出生前或出生后暴露于被动吸烟环境者,其新发哮喘的危险性显著增加。呼吸道合胞病毒和人鼻病毒是最常见的病原体,在病毒诱导哮喘及哮喘的急性发作中起重要作用。某些职业难免接触职业性过敏原,例如饲养业、化工业、印染业等。此外,精神紧张、过度兴奋等情绪波动,可能是哮喘发作的触发因素之一。

个体因素 哮喘具有家族聚集现象。儿童和成年肥胖患者,其哮喘的患病率均高于普通人群。大多

数过敏性鼻炎合并哮喘患者,其鼻炎发病先于哮喘。

早产儿(胎龄<35周)、出生体重<2.5千克的婴儿,其哮喘的发病率增加,出生后早期母乳喂养可能减少哮喘。

规范治疗

哮喘治疗的目的是控制症状,减少急性发作及肺功能不可逆转的损害。

慢性气道炎症是哮喘的罪魁祸首,因此需要长期应用吸入性药物进行治疗。药物治疗是控制哮喘的核心。患者应在医生的指导下规范用药,而非自行决定。

哮喘患者的病情随时都会出现变化,因此需要定期随访检查。同时,患者要坚持评估及自我管理,这样有助于医生更好地了解病情。其中,日常生活管理包括随身携带药物,定期复查,及时增减衣物,避免接触过敏原,利用峰速仪评分,进行自我监测及管理。

治疗误区

哮喘患者往往存在一些治疗误区,误认为平时不预防性用药,急性

发作时才就诊;长时间哮喘不发作,自行停药;哮喘是一种儿童与青少年疾病,随着年龄的增长,哮喘可以自行痊愈;哮喘是一种传染病;哮喘患者不应该运动等。

如何预防

为了预防哮喘,人们在日常生活中要提高警惕,不要接触过敏原,不要食用易引起过敏的食物;定期清洗家居用品等;预防上呼吸道感染,尽量避免感冒;注意防寒保暖,以免哮喘加重;适当进行有氧运动,提高自身免疫力;要保持乐观的心态,稳定情绪,积极配合医生治疗。

总之,哮喘是一种慢性病,需要医生与患者积极沟通。在治疗过程中,患者及照护者应重视哮喘规范治疗和全程管理,注意生活饮食的调整,适度运动,增强抵抗力。医生要为患者制定长期、规范、个体化治疗方案。此外,规范进行药物治疗可以使哮喘得到很好的控制,减少急性发作次数,提高患者的生活质量。

(作者供职于商丘市第三人民医院呼吸科)

牙齿不仅对咀嚼和口腔功能具有重要作用,还会对人的外貌和自信心产生影响。不少人存在牙齿不齐、错颌畸形等问题,影响口腔健康和美观。为了解决这些问题,现代医学提供了多种牙齿矫正方法。

传统矫正方法

固定矫正 固定矫正是一种传统的牙齿矫正方法,是指在牙齿表面粘附金属或陶瓷托槽,使用金属丝进行调整,实现对牙齿的力学移动和矫正。此种方法适用于不同类型的牙齿问题,如牙齿拥挤、错位等,并且对于调整力的控制更为精细,矫正效果较好。

可摘式矫正器 佩戴可摘式矫正器是另外一种应用广泛的牙齿矫正方法。可摘式矫正器由透明塑料制成,可以对牙齿施加稳定的轻压力,引导牙齿移动和调整。它比固定矫正更加舒适,并且可以从口腔中取出来,方便饮食和口腔卫生。但是,对于一些复杂的牙齿问题,可摘式矫正器的矫正效果可能比较差。

现代矫正方法

隐形矫正 隐形矫正是一种新

型的牙齿矫正方法。它使用透明的定制套托,与牙齿紧密贴合,几乎看不见。隐形矫正的套托会逐渐调整牙齿的位置,实现矫正效果。它既不需要使用金属托槽和丝线,也不会对口腔内的软组织造成损害,并且可拆卸性强,方便进食和口腔卫生。隐形矫正的治疗时间较长,对于某些复杂的牙齿问题效果不佳。

加速矫正 加速矫正是一种利用生物学机制促进牙齿矫正的方法。它应用微震动、低能量激光等技术,增加骨重塑和牙骨改建的速度,从而缩短牙齿矫正的治疗时间。将加速矫正与传统矫正方法结合使用,可以提高矫正效果。然而,加速矫正的使用范围有限,不适合所有的牙齿问题。

个体化矫正方法

3D技术引导 3D技术引导是一种基于计算机辅助设计和制造技术的个体化牙齿矫正方法。医生可对患者的口腔进行3D扫描,生成牙齿的数字模型,并进行矫正方案设计,然后根据设计方案,通过3D打印技术制造出个体化矫正辅助器

具,配合相关矫正器材进行矫正。

这种方法可以更加精确、细致地进行牙齿矫正,有助于提高矫正效果。

运动学矫正 运动学矫正是一种基于牙齿运动学原理的个体化矫正方法。医生可使用运动学分析系统,对患者的咬合和牙齿运动进行精确测量和分析,然后根据测量结果制定个体化矫正方案,利用定制的矫正器材进行矫正。相比传统的矫正方法,运动学矫正可以更加准确地预测和调整牙齿,帮助提高矫正效果。

综上所述,固定矫正、可摘式矫正器、隐形矫正、加速矫正等,都是常见的牙齿矫正方法,而每种方法都有其优缺点。个体化矫正技术(如3D技术引导)和运动学矫正,能够准确、精细地进行牙齿矫正。患者在选择牙齿矫正方法时,应综合考虑牙齿问题类型和严重程度、年龄和生长发育情况、生活方式、个人需求,并听从医生的建议,最终与医生共同确定合适的矫正方案。

(作者供职于睢县人民医院口腔科)