

# 牙体牙髓科的检查 and 诊疗流程

□姜新亚

牙体牙髓科是口腔医学中的一个重要科室,主要负责诊断和治疗牙齿和牙髓疾病。本文将带大家了解牙体牙髓科检查和诊疗流程。

## 初诊

初诊是牙体牙髓科接诊患者的第一步,也是关键的一步。初诊时,患者需要向医生详细描述牙齿及周围组织的不适症状,比如疼痛、肿胀、出血等,以及相关的病史和家族史。医生会为患者进行初步的口腔检查,观察牙齿的颜色、质地、形态以及牙龈和黏膜的情况,并对患者的牙齿疾病做出初步判断。

## 口腔影像检查

在初诊的基础上,医生可能

会建议患者进行口腔影像检查。口腔影像检查包括X线和CT(计算机层析成像)检查等。X线可以快速、简便地发现患者牙齿内部的病变,比如龋齿、牙髓炎、根尖周炎等。CT检查能清晰地展示口腔内部的三维结构,帮助医生更准确地判断患者病情,并为后续治疗提供参考依据。

## 特殊检查

除了口腔影像检查外,医生还可能为患者进行一些特殊检查,以便更准确地诊断牙齿疾病。特殊检查包括温度测试、电活力测试、染色检查等。温度测试可以了解牙齿的敏感程度和牙髓状态,帮助医生判断患者是否需要根管治疗;电活力

测试可以了解牙髓的活力状态;染色检查可以将牙齿表面的微小裂纹等不易察觉的病变显现出来,帮助医生发现潜在的病变。

## 实验室检查

必要时,医生会让患者进行实验室检查,比如血液检查、细菌培养等。血液检查可以了解患者的全身状况和感染程度,帮助医生制定更准确的治疗方案;细菌培养可以了解导致牙齿疾病的细菌种类和数量,为选用合适的药物治疗提供依据。

## 综合分析和诊断

在完成上述检查后,医生会根据患者的病史、临床表现、检查结果等进行综合分析。根据分析

结果,医生可以初步判断患者的牙齿疾病类型和程度,并制定相应的治疗计划。治疗计划可能包括药物治疗、根管治疗、手术治疗等,具体治疗方案将根据患者的具体情况而定。

## 治疗过程

在制定好相应的治疗计划后,患者将开始接受治疗。治疗过程包括药物治疗、根管治疗、手术治疗等。药物治疗是指针对不同的牙齿疾病,采用不同的药物进行治疗,一般来说,药物治疗的效果比较缓慢,需要患者坚持治疗;根管治疗是指将病变的牙髓组织清除干净,再用填充材料将牙齿空腔填满,以达到治疗的目的,根管治疗是一种比较彻底

的治疗方法,可以有效缓解患者的疼痛症状,但需要患者多次前往医院接受治疗;手术治疗是指在根管治疗等其他治疗方法效果不佳的情况下,采用的一种治疗方法,手术治疗包括拔牙、牙周刮治等,对于一些严重的牙齿疾病,比如牙周炎等,可能需要进行手术治疗。

## 复查和随访

在治疗完成后,患者需要定期到医院进行复查和随访。一般来说,复查的时间间隔为1个月、3个月、6个月等,以便医生及时了解患者的恢复情况,并根据情况做出相应的处理。

(作者供职于郑州大学第一附属医院牙体牙髓科)

# 什么是血液透析的窗口期

□郭瑞

肾脏功能不全是指肾脏不能正常清除体内的废物和多余的水分,导致体内毒素积累,从而引发多种并发症。血液透析是一种常用的治疗肾脏病的方法,很多人不了解什么是血液透析,本文将为大家介绍血液透析及其窗口期。

## 什么是血液透析

血液透析又称人工肾,是通过半透膜分离技术,利用高分子聚合物膜制成的透析器,将患者血液中的代谢废物、过量水分和电解质从血液中移除的治疗方法。血液透析主要用于治疗急性肾功能衰竭、慢性肾功能衰竭、尿毒症等疾病。

## 血液透析的原理

血液透析的基本原理是利用半透膜的特性,将患者血液中的废物、多余水分、电解质等,与透析液分离。透析液通常为无菌的生理盐水,通过静脉输入患者的体内。在透析过程中,半透膜两侧的浓度逐渐发生变化,使得血液内的废物、多余水分、电解质等,向透析液一侧移动,从而达到清除毒素的目的。

## 血液透析的窗口期

血液透析的窗口期又称黄金治疗期,是指在肾脏病发展到需要血液透析治疗前的一个阶段。这个阶段的患者肾功能尚未严重受损,可以通过药物治疗、饮食调整等方法改善病情。

因此,了解血液透析的窗口期对于预防和延缓肾脏病的发展具有重要意义。通过以下几点可以判断肾脏病是否进入窗口期。

**监测血压** 高血压是导致肾脏病的主要原因之一。如果在没有使用降压药物的情况下,血压能够保持在正常范围内,即收缩压小于140毫米汞柱,舒张压小于90毫米汞柱,说明肾脏损害尚未严重。

**尿量** 正常情况下,人体每天的排尿量应在1500毫升~2000毫升。如果尿量明显减少,可能是肾功能受损的表现。

**血肌酐** 是衡量肾脏功能的重要指标。血肌酐的正常范围是男性53微摩尔/升~106微摩尔/升,女性44微摩尔/升~97微摩尔/升。如果血肌酐水平升高,可能提示肾功能受损。

**尿液检查** 如果尿液中出现蛋白、红细胞等异常成分,可能是肾脏病的表现。

**既往病史** 有高血压病、糖尿病等慢性病史的患者,应定期进行肾功能检查,以便及时发现肾脏病的迹象。

## 如何预防及延缓肾脏病的发展

**控制基础疾病** 高血压病、糖尿病等慢性病是导致肾脏病的主要原因之一。患者应积极治疗和控制这些疾病,以降低肾脏病的发生风险。

**健康饮食** 保持低盐、低脂、低糖的饮食结构,多吃蔬菜、水果和全谷类食物,少吃油炸、烧烤等高脂肪食物,有助于预防肾脏病的发生。

**适量运动** 适量的运动可以帮助患者控制体重、改善血糖和血脂水平,从而降低肾脏病的发生风险。建议每周进行至少150分钟的中等强度运动,比如快走、慢跑、游泳等。

**戒烟限酒** 吸烟和过量饮酒会对肾脏造成损害。戒烟限酒有助于保护肾功能。

**定期检查** 定期进行肾功能检查,及时发现肾脏病的迹象,及早治疗有助于延缓肾脏病的发展。

(作者供职于西峡县人民医院肾内科)

腺素增高,使毛细血管痉挛性收缩,脆性增大,当血管无法适应这种改变时,会引起血压上升,诱发脑血管疾病。脑血管疾病患者中,以中老年人居多,严重情况下可能会对患者的生命造成威胁。

## 发病原因

**外界因素** 脑出血的发病受天气变化的影响。研究显示,气候变换时容易引发脑血管疾病,比如春夏以及秋冬交替的时节。外界气温的改变会影响神经内分泌的正常代谢,血液的黏稠度等,血浆纤维蛋白与肾上

腺素增高,使毛细血管痉挛性收缩,脆性增大,当血管无法适应这种改变时,会引起血压上升,诱发脑血管疾病。脑血管疾病患者中,以中老年人居多,严重情况下可能会对患者的生命造成威胁。

**情绪变化** 情绪波动会引发脑血管疾病,比如情绪过度悲伤、兴奋、愤怒、紧张等。很多脑血管病患者都发生过情绪波动的情况。患者自身情绪波动过大,导致短时间内心跳加快、血压升高,最后引发血管破裂。

**不良生活习惯** 吸烟对人体造成的危害是大家都熟知的。烟草中的尼古丁进入人体后会促使肾上腺释放大量的茶酚胺,使人体心跳加快、血管痉挛、血压升

高,从而诱发脑出血。同时,长期饮酒也会造成血管收缩功能阻碍、血管内皮损伤、血管内脂质沉积等,进而引发脑出血。

## 症状表现

呕吐 一般情况下,脑出血患者会出现呕吐症状,尤其是在饭后会有明显的恶心感。脑出血患者发生呕吐可能与脑出血时颅内压增高、脑膜受到刺激有关。

**头痛** 是脑出血的首发症状,疼痛常常位于出血一侧的头部。当颅内压增高时,疼痛可发展到整个头部。部分患者还伴随头晕症状,特别是在小脑和脑干出血时。

**运动障碍和言语障碍** 运动障碍以偏瘫较为多见,言语障碍主要表现为失语和言语含糊不清。

**意识障碍** 患者表现为嗜睡或昏迷,程度与出血的部位、出血量和速度有关。脑部较短时间内大量出血的患者大多会出现意识障碍。

## 脑出血的前兆

脑出血发病前,患者会有明显的征兆:很多人在脑出血前会感到身体一侧麻木、身体无力、活动不便等,比如手里拿着东西没有意识地掉落、嘴歪眼斜、流口水、走路不稳等;部分脑出血患者在和别人谈话时突然失语,主要表现在吐字

不清楚,听不懂别人说的话,但是一段时间后又恢复正常,之后可能会出现失语和言语含糊不清。患者会突然感到头疼、头晕、站不稳,甚至会出现晕倒的情况,这都是脑出血的前兆。

脑出血的预防仅依靠医务人员的科普宣教是远远不够的,脑出血发病前一般都会有征兆,比如人体出现头晕、头痛、肢体无力、言语表达不清等,大家出现这些症状要早就医检查。早发现、早治疗是很有必要的,这样才能预防意外的发生。

(作者供职于平顶山市第一人民医院神经内科一病区)

# 如何早期发现膀胱癌

□贾洪亮

膀胱癌是一种常见的泌尿系统恶性肿瘤,早期发现和诊断对于膀胱癌的治疗和预后至关重要。

## 早期症状

膀胱癌的早期症状通常比较隐匿,常被人们忽视,如果不及时发现和治疗,其危害不可小觑。膀胱癌会导致尿血、尿频、尿急、尿痛、腰痛、腰酸等症状,严重情况下还可能导

## 筛查方法

**尿液细胞学检查** 是一种简单而常用的筛查方法,通过检测尿液中的异常细胞来判断是否存在膀胱癌的可能。尿液细胞学检查适用于膀胱癌高危人群或怀疑患有膀胱癌的患者。

**尿液NMP22(尿核基质蛋白22)检测** 是一种检测尿液中膀胱癌相关标志物NMP22的方法。尿液NMP22检测具有较高的敏感性和特异性,可以帮助早期发现膀胱癌。

**膀胱镜检查** 是一种直接观察膀胱内部情况的方法,可以及时发

现膀胱癌的存在和病变情况,是诊断膀胱癌的金标准。

**膀胱造影** 是一种通过注入造影剂来观察膀胱内部情况的方法,可以直观地显示膀胱肿瘤形态和位置,膀胱造影在早期膀胱癌的诊断方面具有一定的优势。

**膀胱刮片细胞学检查** 是通过采集膀胱内的细胞进行检查的方法,可以发现早期的膀胱癌细胞,对于表浅膀胱癌的早期发现具有一定的价值。

## 筛查范围

无痛性肉眼血尿是膀胱肿瘤的常见症状之一。肉眼血尿是指尿液呈现出明显的红色、褐色或粉色,但患者并没有感到疼痛或不适。因此,对于出现无痛性肉眼血尿的人群,应高度怀疑可能存在膀胱肿瘤,需要进行进一步的筛查。

反复镜下血尿也是膀胱肿瘤的一种表现。镜下血尿是指在显微镜下检查尿液时发现红细胞的存在,而患者本人并没有发现尿液呈现异常。如果患者出现多次镜下血尿,并且没有其他泌尿系统疾病,应考

虑膀胱肿瘤的可能性。

有膀胱肿瘤家族史的人群也是筛查的重点对象。膀胱肿瘤有一定的遗传倾向,如果家族中存在膀胱肿瘤病例,那么家族其他成员患上该病的风险也会增加。因此,对于有膀胱肿瘤家族史的人群,应定期进行相关的筛查,以尽早发现潜在的肿瘤。

膀胱癌的早期发现有助于提高患者治疗的成功率。目前,通过尿液细胞学检查、尿液标志物检测、膀胱镜检查和各种影像学检查等多种方法和手段的综合应用,可以相对准确地早期发现膀胱癌。

然而,膀胱癌的诊断过程也存在一些挑战和问题,比如早期症状隐匿、检测方法的敏感性和特异性等方面的限制。未来,可以考虑开发更加准确和高效的早期诊断方法,提高膀胱癌的早期发现率。同时,加强对高危人群的筛查和关注,提高大家对膀胱癌早期症状的认知度,也有利于早期发现膀胱癌。

(作者供职于博尔塔拉蒙古自治州人民医院泌尿肾病中心)

# 过敏性鼻炎的症状及防治方法

□焦红杰

每到换季之时,一些人就会出现打喷嚏、流鼻涕的症状,这时需要警惕过敏性鼻炎。过敏性鼻炎如果不能得到及时有效的治疗,有可能发展为过敏性哮喘。

## 什么是过敏性鼻炎

过敏性鼻炎又称变应性鼻炎,过敏体质人群容易发生过敏性鼻炎。过敏体质人群在进食过敏源或接触过敏源后,会出现鼻痒、打喷嚏、流鼻涕、鼻塞等过敏症状,尤其是在早晨起床后症状严重,午后症状有所减轻,空气质量较好、天气晴朗时症状较轻。此外,过敏性鼻炎患者往往还会伴随皮肤瘙痒、眼睛干痒、干咳等其他症状。

## 典型症状

过敏性鼻炎患者会有鼻塞、鼻痒、流鼻涕、打喷嚏等症状;部分患者合并有眼部症状,比如眼睛发热、发痒、红肿、流泪等;还有部分患者会出现干咳、胸闷、喘息等呼吸症状。同时,过敏性鼻炎还可能引起慢性鼻窦炎、支气管炎、变异性结膜炎、分泌性中耳炎、儿童阻塞性低

通气综合征等。

## 怎样防治

过敏性鼻炎是因为过敏体质人群接触过敏源导致的,因此无法根治,只能采取相应措施控制病情发展,预防并发症。

**环境控制** 首先,过敏性鼻炎患者应及时到医院检查,明确自身过敏源,在工作和生活中避免接触过敏源。建议患者外出时,通过佩戴口罩、防护眼镜、口罩的方式,减少自身与过敏源的接触。

其次,温度变化也会导致过敏性鼻炎发作。因此,在寒冷季节外出时一定要做好保暖工作。

再次,要确保室内环境的清洁卫生,经常清洗地毯、沙发、窗帘等,避免螨虫引起的过敏。过敏性鼻炎患者应避免养宠物和花草,花粉、气味、皮毛、寄生虫等可能会导致病情发作。

**对症治疗** 过敏性鼻炎患者应结合自身实际情况选择药物对症治疗。目前,治疗这一疾病的药物主要有口服抗组胺药物、鼻用激素等。这

些药物具有缓解流鼻涕、减轻打喷嚏的作用。一些患者鼻塞情况比较严重,可以使用鼻用激素进行缓解,但要避免长期使用这些药物。

**脱敏治疗** 是现阶段过敏性鼻炎唯一的对症治疗方式,一般分为两种治疗方式,一是舌下含服,二是皮下注射。脱敏治疗时间较长,一般需要3年左右的时间。

**鼻腔冲洗** 鼻腔冲洗能使过敏性鼻炎炎症得以减轻。

**手术治疗** 一些过敏性鼻炎患者鼻腔通气不畅,或是伴发鼻息肉样变,这时应考虑到正规医院接受手术治疗,切除鼻腔内的息肉组织,使鼻塞症状得到改善。

过敏性鼻炎会给患者生活、工作带来较大的影响,如果大家在生活中出现鼻塞、流清水样鼻涕、反复打喷嚏等症状,要及时去医院就诊。如果被确诊为过敏性鼻炎也不用过于担心,放松心情,积极配合治疗,并做好生活护理即可。

(作者供职于河南省人民医院过敏反应科)

# 伤害关节的五大因素,你了解吗

□黄永青

关节炎是指发生在人体关节及其周围组织,由炎症、感染、退化、创伤或其他因素引起的炎性疾病。关节炎的致残率较高,患者要及早发现、及早治疗,尽量降低对关节的不可逆损伤,将疾病的危害降到最低。

关节炎的临床表现为关节的红、肿、热、痛、功能障碍及关节畸形,严重者可导致关节残疾,影响患者生活质量。关节炎的分类有很多,一般分为类风湿性关节炎、骨性关节炎、痛风性关节炎、强直性脊柱炎、反应性关节炎、感染性关节炎等。

## 症状表现

**疼痛** 疼痛是所有关节炎患者共同的最主要的临床表现。

**关节肿胀** 关节肿胀可以表现在关节周围的软组织部位,比如关节囊、肌肉、韧带等,也可以表现在关节内部,比如关节内积液等。

**功能障碍** 关节炎导致的疼痛、关节内部破坏、关节周围挛缩等,都可以导致关节功能障碍,有些情况还会造成关节功能永久性丧失。

**其他表现** 针对某些具体的关节炎,比如痛风性关节炎,部分患者除了撕裂性疼痛外,还同时伴有发热、寒战、心悸、恶心等症状,此类症状一般在夜间发作,这也是其独立的临床特点。

## 伤害关节的五大因素

**超重** 超重人群在行走、站立、运动时,关节承受的压力增大,容易加重对关节的磨损,关节软骨的负重也会明显增加;超重会引起关节腔内压力增高,影响关节内的微血管供血,损害关节面和关节软骨,导致膝关节提前退化;超重人群在体位和步态等方面也会受到一定影响;超重还会影响人体的新陈代谢,这也是高脂血症能够导致股骨头缺血性坏死的原因。

**寒冷刺激** 关节受到寒冷刺激容易引起疼痛,使得关节僵硬。冬季气温下降,大家要做好防寒保暖工作,保护关节不受伤害。

**意外伤害** 日常生活中,由于各种活动造成的急性外伤要及时到医院就诊,避免发生后遗症,比如关节炎等。需要注意的是,平时不起眼的小伤也有可能造成关节损伤,进而导致关节炎。

**年龄增长** 很多关节炎患者都是老年人,这是因为老年人体内缺少软骨所需要的营养,骨骼内的无机盐增加会导致骨骼、韧带的弹性降低,所以老年人容易得关节炎。

**剧烈运动** 长期剧烈运动容易对关节造成损伤,常见的损伤包括半月板损伤、交叉韧带损伤、软骨损伤等。半月板损伤是由于剧烈运动时,半月板承受巨大压力,导致撕裂或断裂,一般表现为关节疼痛、肿胀、关节弹响等;长期剧烈运动可能会造成膝关节内部软骨磨损,从而引起软骨剥脱、软骨增生等损伤现象。软骨损伤后患者可出现关节疼痛,关节活动时疼痛加重。如果软骨损伤较为严重,还可能引起关节畸形。

(作者供职于平煤神马医疗集团总医院)

# 腰椎间盘突出症的缓解方法

□姜大卫

当身体腰部或背部某一特定部位疼痛时,切勿掉以轻心,这可能是腰椎间盘突出症。许多疾病最初的表现就是疼痛,如果大家及早发现并及时治疗,能有效控制疾病发展。

## 腰椎正常活动范围

腰椎是人体容易产生问题的部位,腰椎活动范围通常比较大。但如果腰椎活动范围超过腰椎的正常生理范围,就容易导致相关疾病出现。腰椎活动可分为屈伸、旋转和侧屈等。其中,屈伸包括前后方向的前屈和后伸;侧屈是指身体向一侧弯曲的运动;旋转是指水平方向的侧向弯曲,并在水平面上进行旋转运动。

脊柱是人的主要负重部位,相较于胸椎,腰椎的运动范围更为广泛。腰椎有一个从伸展向屈曲过渡的过程,即腰背肌收缩期和腰背肌伸张期。实现这些运动的顺利进行,取决于椎间盘、椎体、小关节、韧带和肌肉的健康状况,以及任何可能影响腰椎正常活动功能的组织病变,这些因素都可能限制腰椎在某一方向上的运动范围。

腰椎向前弯曲的动作被称为俯身,对于腰椎能够自如活动的人而言,当他们伸膝时,弯腰可以用手触及脚腕。由于后纵韧带、黄韧带、棘间韧带等限制,腰椎通常只能前屈45度,相当于整个弯腰活动的三分之一至四分之一。当屈颈或侧卧时,由于椎弓根与骶骨之间有间隙,所以不能完全伸直。

## 如何缓解

**仰卧蹬车法** 躺在床上,双手置于身体两侧,双腿向

上翘起,仿佛踩着自行车的踏板。每次持续10分钟~15分钟。仰蹬车动作可以有效缓解肌肉紧张,使腰部得到充分放松和休息。在整个过程中,要确保背部与地面紧密贴合,切勿借助背部的力量。

**平板支撑法** 双肘弯曲俯撑于地面,脚尖轻踩于地,躯干伸直,确保头、肩、髋、踝处于同一条直线上,保持腰腹收缩,并逐渐延长支撑时间,使身体达到平衡状态。在进行此项动作时,务必保持腰背挺直,使核心部位保持紧绷状态。

**飞燕点水法** 身体趴在硬床板上,将双腿并拢,腹部紧贴于床面,头部和脚部缓缓翘起,呈现出优美的燕舞姿态。这样可以锻炼腿部的力量并增强肌肉耐力,同时也有利于睡眠。每次保持3秒~5秒,然后缓慢地回归至初始状态。每次练习时将手放在胸部两侧并尽量向后拉伸,连续进行5次~7次。如果是初学者,可以用此法来练习坐姿跳高、俯卧撑等运动项目。建议大家每天早上和下午各锻炼1次,能有效增强腰背和腹部肌肉的力量。

养成良好的生活习惯,避免从事高强度体力劳动和不良的姿势,可以有效预防腰椎间盘突出症复发。此外,加强腰背肌和腹肌的力量,可以维持腰椎的稳定性,在遭受外源性损伤时,能有效保护腰椎,提高腰椎对外界损伤的抵抗能力,还可以减轻疼痛,改善睡眠质量。

(作者供职于烟台市福山区回里镇中心卫生院外科)

# 千万别忽视脑出血前的发病信号

□冀桂苗

近年来,随着人们生活水平地不断提高,脑血管病的发病率呈逐年上升趋势。脑出血是一种发病急、病情重、死亡率高的严重脑血管疾病。脑出血的患者中,以中老年人居多,严重情况下可能会对患者的生命造成威胁。

**情绪变化** 情绪波动会引发脑血管疾病,比如情绪过度悲伤、兴奋、愤怒、紧张等。很多脑血管病患者都发生过情绪波动的情况。患者自身情绪波动过大,导致短时间内心跳加快、血压升高,最后引发血管破裂。

**不良生活习惯** 吸烟对人体造成的危害是大家都熟知的。烟草中的尼古丁进入人体后会促使肾上腺释放大量的茶酚胺,使人体心跳加快、血管痉挛、血压升高,从而诱发脑出血。同时,长期饮酒也会造成血管收缩功能阻碍、血管内皮损伤、血管内脂质沉积等,进而引发脑出血。

**运动障碍和言语障碍** 运动障碍以偏瘫较为多见,言语障碍主要表现为失语和言语含糊不清。

**意识障碍** 患者表现为嗜睡或昏迷,程度与出血的部位、出血量和速度有关。脑部较短时间内大量出血的患者大多会出现意识障碍。

**脑出血的前兆** 脑出血发病前,患者会有明显的征兆:很多人在脑出血前会感到身体一侧麻木、身体无力、活动不便等,比如手里拿着东西没有意识地掉落、嘴歪眼斜、流口水、走路不稳等;部分脑出血患者在和别人谈话时突然失语,主要表现在吐字

不清楚,听不懂别人说的话,但是一段时间后又恢复正常,之后可能会出现失语和言语含糊不清。患者会突然感到头疼、头晕、站不稳,甚至会出现晕倒的情况,这都是脑出血的前兆。

脑出血的预防仅依靠医务人员的科普宣教是远远不够的,脑出血发病前一般都会有征兆,比如人体出现头晕、头痛、肢体无力、言语表达不清等,大家出现这些症状要早就医检查。早发现、早治疗是很有必要的,这样才能预防意外的发生。

(作者供职于平顶山市第一人民医院神经内科一病区)