

肝癌与肝炎的关系及预防方法

□谢武

肝癌的早期症状

身体乏力 肝癌早期,患者的身体会出现虚弱、全身乏力等症,病情逐渐加重。由于患者体内的癌细胞对肝脏的存储功能造成破坏,致使身体的能量供应减少;加上患者患有肝纤维化、肝硬化等疾病,肝细胞长时间受到破坏,导致身体的消化功能、吸收功能、代谢功能下降,患者出现全身乏力症状。

莫名消瘦 该症状与全身乏力一样,是肝癌早期较为典型的症状之一。在我们没有刻意减肥的情况下,一个月体重下降10公斤左右。此时,人们需要提高警惕;这可能是癌细胞在制造“麻烦”。因为癌细胞在生长的过程中,需要吸收能量和营养物质,并且癌细胞吸收的能量和营养物质超过正常组织吸收的能量,从而导致身体缺乏营养,久而久之,患者就会出现日渐消瘦的症状。

消化道症状 多数患者在肝癌

早期会出现消化道疾病症状,比如食欲下降、饭后上腹部出现饱胀感,以及进食后出现消化不良、恶心、呕吐等症状。这时,一些患者误认为自己患了胃病或者其他疾病,被误诊的概率比较高。

发热 癌症患者可能会出现长期不规律发热症状,因为患者的抵抗力较低,容易出现并发症。肝癌早期患者会出现低热症状,体温在37.5摄氏度~38摄氏度,症状通常会持续3天~5天,一般在午后时常出现发热症状。引起发热的原因是肿瘤组织坏死释放的致热源进入人体的血液循环系统,从而引发患者出现发热症状。

出血 很多肝癌患者会出现肝硬化症状,由于患者体内的凝血因子合成出现功能障碍,使患者在肝癌早期会有出血倾向。一般情况下,患者会出现牙龈出血;皮下瘀斑的症状;还有一些患者会出现消化道出血症状,比如黑

便、柏油便,病情严重的患者会出现呕血症状。

胸闷咳嗽 因为肝脏与膈肌、胸膜相邻,在肝癌早期可能会侵犯胸部,导致患者出现咳嗽、胸闷症状,且反复发作,久治不愈。

黄疸 当肝脏受到损伤的时候,胆汁无法顺利进行排泄,会影响胆红素的分泌量,使胆红素在血液中不断沉积,导致皮肤出现黄染现象。

肝区疼痛 一般情况下,肝区疼痛属于比较明显的症状。由于肝的位置在上腹部,一些患者会误认为自己胃疼或者胆囊疼痛,容易被忽视。肝癌患者一般会出现间歇性疼痛症状,时好时坏,反反复复,到肝癌晚期疼痛感。如果肝癌发生破裂、出血时,会引起剧烈的腹痛及腹膜刺激征,患者难以忍受这种疼痛;若出血量过多,患者容易出现休克症状,需要立即抢救。

肝癌与肝炎的关系

临床将肝癌分为3个阶段:肝炎→肝硬化→肝癌。相关研究数据显示,我国肝癌患者中有80%~90%的患者与肝炎病毒感染有关。病毒性肝炎有多种类型,比如甲肝、乙肝、丙肝、丁肝、戊肝。其中,乙肝、丙肝容易发展成肝癌。相关调查数据显示,有80%的肝癌患者是由乙肝病毒感染引起的,7%~8%的肝癌患者是由丙肝病毒感染引起的。但是,不能说了乙肝的患者一定会发展成肝癌,只能说肝癌的病因而与肝炎有着密切关系。

如何预防肝癌

避免熬夜 临床认为23时是肝脏自我修复的最佳时期,熬夜会给肝脏带来负担,所以人们应养成良好的生活习惯。

不吃发霉变质的食物 发霉变质的食物中含有超标的黄曲霉毒素,这是一种致癌物质,与肝癌有着密切关系。人们应提高警惕,在日常生活中应少吃咸菜等

腌制食物。

避免暴饮暴食 吃饭量太多会给胃肠道增加负担,易引发与代谢相关的脂肪肝。早餐很重要,能起到中和胃酸、保护肝脏的作用。

戒烟戒酒 烟草中含有多种有害物质,会损伤身体多个脏器,容易引发多种疾病。众所周知,少量饮酒可以活血、化瘀,如果过量饮酒,会给肝脏带来很大损害,特别是肝炎患者、脂肪肝患者,会加重病情。因此,人们需要对酒精的摄入量、吸烟进行控制,可以保持身体健康。

定期体检 早期发现疾病的方式是定期体检,可以详细了解自己的身体情况,能够进行早期干预,以及提高治愈率。

接种疫苗 临床建议群众通过接种疫苗的方式预防肝癌、肝炎等疾病。接种疫苗后,人体能够产生抗体,可起到保护作用。

(作者供职于玉林市中医医院)



康万营/摄

口腔创伤的紧急处理与修复

□罗欢

口腔创伤可能是由各种原因引起的,比如交通事故、摔倒、咬伤及异物刺入等。这些创伤可能对患者的日常生活造成影响,包括疼痛、不适感及潜在的感染风险。如何正确处理口腔创伤,并及时就医寻求治疗,对于减轻患者痛苦、促进伤口愈合及预防并发症至关重要。

类型与原因

类型 口腔创伤主要分为两种类型:一是开放性创伤,包括皮肤和黏膜破裂,例如切割伤、刺伤等;另一种是闭合性创伤,这类创伤不会导致皮肤和黏膜破裂,例如瘀伤、水冲等。

原因 口腔创伤的原因多种多样。其中,常见的原因包括意外事故(如摔倒、交通事故等)、咬伤(如动物或人类咬伤)、异物刺入(如针、钉子等),以及其他可能导致口腔组织损伤的行为(如刷牙、使用牙线等)。

紧急处理方法

止血 如果口腔创伤伴有出血症状,可以使用无菌纱布、止血棉球或绷带进行压迫止血。同时,不可用自来水冲洗伤口,以免引起感染。

清洁 使用温开水和肥皂水清洗伤口周围的污垢和细菌,再用生理盐水或双氧水冲洗伤口,以进一步清洁和消毒。

减轻疼痛 可以采取局部冰敷的方法减轻伤口疼痛,也可以服用非处方止痛药,比如布洛芬等。

预防感染 对于较大的伤口,应在医生的指导下使用抗生素类药物,预防感染。

口腔创伤的修复

自然修复 对于较小的伤口,一般可以自然恢复。在恢复过程中,应避免摄入刺激性食物和饮料,保持口腔卫生,使用非处方药膏或喷雾剂缓解疼痛。

手术修复 对于较大的伤口或复杂的口腔创伤,需要进行手术治疗。在手术过程中,医生会根据具体情况采取清创、缝合及其他修复措施。

生物材料修复 近年来,生物材料在口腔创伤修复中得到了广泛应用。这些材料包括口腔贴片、口腔凝胶等,可以帮助患者快速止血、促进伤口愈合。

康复阶段 完成修复手术后,患者需要养成良好的口腔卫生习惯,合理使用药物,并调整饮食方式,以促进伤口快速愈合。

口腔创伤的预防

增强安全意识 在使用牙刷、牙线时,应当谨慎,避免造成口腔创伤。此外,在参加体育活动或做其他可能引起摔倒或撞击的行为时,应佩戴保护装备。

学习急救知识 了解并掌握口腔创伤的紧急处理方法,以便在发生创伤时能够及时采取正确的急救措施,以及寻求医疗帮助,这是非常关键的。

定期做口腔检查 定期进行口腔检查,可以及时发现并处理潜在的口腔问题,包括可能导致创伤的病变或异常生长。

正确使用药物 在使用处方药和非处方药时,应遵循医生的建议和药品说明书的指示。患者不要滥用药物或者自行调整药物剂量,以免增加口腔创伤的风险。

保护儿童 儿童在成长过程中容易发生意外伤害和摔倒,应加强对儿童的安全教育和监护。同时,定期带孩子做口腔检查,可以维护他们的口腔健康。

良好的生活习惯 保持健康的作息、饮食习惯和心态,对于预防口腔创伤具有积极意义。合理安排生活节奏,避免过度劳累和不良情绪的影响,有助于提高免疫力,降低口腔创伤的发生率。

戒烟戒酒 吸烟和饮酒会对口腔健康产生负面影响,增加口腔创伤的风险;尽量避免吸烟和饮酒,以保持健康的口腔环境。

注意口腔卫生 养成良好的口腔卫生习惯是预防口腔创伤的关键。每天刷牙两次、使用牙线清洁牙缝、定期洁牙等,有助于维护口腔健康,预防口腔创伤。

总之,口腔健康是身体健康的重要组成部分,而口腔创伤的紧急处理与修复对于维护口腔健康具有重要意义。了解口腔创伤的类型、原因、紧急处理方法及预防措施,可避免口腔创伤对日常生活影响,维护良好的口腔健康状态。在日常生活中,尤其是儿童,应加强安全教育和监护,避免发生意外事故和摔倒等情况,否则会导致口腔创伤;采取正确的处理措施和修复方法,可以有效控制出血、缓解疼痛、防止感染、促进伤口愈合、减少并发症。了解口腔创伤的相关知识,可以更好地维护自己和家人的口腔健康,提高生活质量。

(作者供职于广西蓝田口腔医院集团股份有限公司玉林玉东门诊)

高压氧疗法与普通吸氧的区别

□陆永

在日常生活中,氧气是维持生命的重要物质,我们时时刻刻都需要氧气。在医学领域,为患者提供足够的氧气成为许多治疗方案的核心。但是,你是否知道,仅通过改变吸入氧气的压力和浓度,就可以对人体产生积极影响,甚至会改善某些疾病的治疗效果。本文主要讲解高压氧疗法(HBOT)的治疗方式,以及它与普通吸氧方式的区别。

什么是高压氧疗法

高压氧疗的核心原理是基于物理学和生理学的融合。要想理解高压氧疗法,我们需要了解氧气对人体的作用。

氧气是所有生物细胞进行代谢活动和提供能量的必要元素。在正常情况下,人们通过呼吸,从大气中获取氧气,再通过血液流动将氧气输送到身体的各个器官。然而,在某些情况下,例如身体受伤或某些疾病,某些组织可能因为

缺血或炎症而不能获得充足的氧气。这时,就是高压氧疗法“出场”的时候了。通过一个封闭的、能够承受高压的特殊压力舱,高压氧疗法使患者在高于常规大气压的环境中呼吸氧气。在这个环境中,血液能够吸收和运载更多的氧气,不仅促使血红蛋白携带的氧含量增加,血浆还能够溶解大量的氧气。这意味着缺氧的组织也能够获得足够的氧气。

增加氧气有何用途

促进伤口愈合 氧气可以加速细胞代谢和生长,尤其是处于缺氧状态的伤口组织,高浓度的氧气有助于刺激成纤维细胞(一种参与伤口愈合的细胞)的生长,促进新血管形成,从而促进伤口愈合。

增强免疫反应 高浓度的氧气可以增强白细胞的杀菌能力,使其更加有效对抗感染。

抑制有害细菌生长 某些有害细菌是厌氧的,即它们在高氧环境

中不能生存。因此,高浓度的氧气可以直接抑制这些细菌生长。

高压氧疗法与普通吸氧的区别

氧气对于人类来说,是维持生命的关键要素。在医学领域,为患者提供额外的氧气已经是一种常规的治疗方法,尤其是一些患有呼吸系统疾病的患者更是如此。然而,不同的吸氧方式可能会根据其工作原理和使用环境产生不同的效果。以下是高压氧疗法与普通吸氧的区别。

氧气浓度与压力的区别:

普通吸氧 在这种方式下,患者吸入的氧气浓度高于正常空气中的21%。同时,吸入氧气的压力仍然是常规大气压。

高压氧疗法 患者在一个加压的舱室内吸入100%的纯氧。由于增加的压力,氧气更容易被红细胞和体液吸收,所以身体组织中的氧浓度会有所增加。

治疗效果的差别:

普通吸氧 该疗法时常被用于缓解慢性或急性缺氧症状,例如在慢性阻塞性肺疾病或急性心力衰竭治疗过程中。

高压氧疗法 该疗法能使大量氧气进入血液和组织,在治疗创伤、感染和其他疾病中可取得显著效果。

应用范围的区别:

普通吸氧 该疗法通常用于治疗呼吸系统疾病或紧急状况,比如心肺复苏等。

高压氧疗法 该疗法的应用范围比较广泛,主要包括创伤恢复、放射性损伤、潜水员减压病,以及某些神经系统疾病。

风险与副作用的区别:

普通吸氧 长时间的高浓度氧吸入可能导致氧中毒,影响中枢神经系统和肺部的功能。

高压氧疗法 虽然大多数患者能够很好地接受该疗法,但是可能存在一定的风险,比如中耳炎、气胸及长时间暴露,可能导致氧中

毒。因此,在治疗前需要对患者进行全面评估,在专业人员的监督下进行。

高压氧疗法和普通吸氧虽然都向患者提供额外的氧气,但其工作原理、应用范围及潜在风险均有所不同。选择哪种方法,取决于患者的具体情况和治疗需求。

总之,高压氧疗法和普通吸氧均在医学领域中扮演着重要的角色,每种方法都有其独特的应用和效果。选择哪一种治疗方式,应该基于患者的具体需要和病情。为了满足不同患者的治疗需求,应对高压氧疗法和普通吸氧进行持续研究和改进。无论选择哪种治疗方法,都应在医生的指导下进行,确保治疗安全和有效。

随着医学研究的深入开展,高压氧疗法在许多疾病的治疗中得到广泛应用,满足广大患者的治疗需求。

(作者供职于贵港市平南县人民医院)

消毒供应中心灭菌指示卡的分类及应用

□林章华 岑颖 梁丽君 陈志

消毒供应中心承担着医院各科室重复使用器械的清洗、消毒、灭菌,以及无菌物品的供应工作。该中心的职责之重,直接关系到医疗、护理工作质量和患者的身体健康与生命安全。人们通常将高压蒸汽灭菌包内的化学指示卡简称为包内卡。这些包内卡以白色纸卡或乳白色耐塑料为基材,上面印有文字信息及热敏变色油墨等。当温度上升至设定水平,并持续规定的时间,热敏染料由米白色变为黑色,表明已达到灭菌条件。根据热敏染料的变色情况,可以判断灭菌物品是否达到所需的温度和时间。

包内卡的分类

化学指示卡的分类:包内化学监测、包外化学监测、B-D测试等。

化学指示卡从灭菌器使用的位置,可以分为3类:高(高压蒸汽灭菌器)、低(过氧化氢低温等离子灭菌器)、EO(环氧乙烷灭菌器)。

预真空灭菌化学指示卡本物质层面,可以分为5类。

第一类 过程化学指示卡(包外卡)包括指示胶带、指示标签等。

第二类 特殊检测化学指示卡(包内卡),比如各种B-D试纸。

第三类 单一参数化学指示卡(包内卡),比如气体浓度指示卡(甲醛等),一般情况下不常用。

第四类 多参数化学指示卡(包内卡),具有两个或者两个以上关键参数(时间、温度、湿度、气体浓度、蒸汽饱和度)。

第五类 综合参数化学指示卡(包内卡),是一种专用于对灭菌过程中规定范围内的所有参数起作用的指示卡,其设定值需要达到存活值。

包内卡灭菌质量的监测方法

在灭菌处理过程中,综合参数化学指示卡可监测压力蒸汽灭菌器灭菌质量。指示卡在包装内中心位置,变色表示达到灭菌效果。

白卡纸上的指示条颜色改变,比如米白色或者浅黄色转为黑色,不均匀或者不彻底,应立即停用,并追回器械;通知维修人员或者供应商查明失败原因,并上报单位负责人。化学监测不合格包裹,坚决不能放行或者使用,需要追回已使用的包裹。高度危险物品包内应放置包内化学指示卡,医院坚持使用第五类化学指示卡,达到100%合格率,可以有效控制院内感染。

使用方法

1.第五类化学指示卡,表示灭菌是否达到规定的温度和持续时间,不代表是否还有微生物存活。

2.在使用化学指示卡过程中,应注意避开、室温、通风、干燥、密封保存,防止受潮,禁止与酸性物质、碱性物质接触。

3.不要将化学指示卡直接贴在容易形成冷凝水的金属、玻璃等硬质表面上,物品包也不要靠近柜室内壁,避免造成物品包潮湿,使冷

凝水浸湿化学指示卡,导致指示剂的热敏材料失去准确性。

贮存、运输注意事项

贮存温度与湿度 将化学指示卡贮存在室温20摄氏度左右、50%相对湿度环境中,避免太阳光、紫外线及紫外线照射。

贮存与应用 将本品贮存在132摄氏度~135摄氏度压力蒸汽灭菌的化学环境中监测,不可用于干热及化学气体灭菌的环境中监测。

产品说明 本品为长条形纸材结构,上面涂有热敏染料,在饱和蒸汽条件下(3分钟),变色完全者视为灭菌合格。

使用方法 将该指示卡放入拟灭菌包裹中央,或者蒸汽最难达到的部位。灭菌结束后,取出化学指示卡,观察其颜色,并与卡上标准色比较,确定是否完全变色。

变色说明 若该指示卡上的指示剂由米白色变为黑色,表示灭菌合格;若指示剂颜色浅于标准黑

色,表示未达到灭菌条件。对于未达到灭菌条件的包裹不能使用,应重新灭菌,积极找出失败的原因。

高压蒸汽灭菌包内化学指示卡(爬行卡)的使用范围 压力蒸汽灭菌器化学监测指示卡,适用于121摄氏度~132摄氏度的灭菌器,由纸芯和温度敏感的化学组组成;化学球溶解后,沿纸芯移动,可通过窗口观察。移动距离取决于蒸汽质量、时间和温度。

总之,化学指示卡具有快速判断结果的优点,被广泛应用于压力蒸汽灭菌的监测。每个灭菌包都必须放置指示卡,一旦发现变色异常,需要及时分析原因,并采取相应措施,确保灭菌质量。同时,医院消毒供应中心在实施监测标准过程中,应完善质量控制规范,确保高压蒸汽灭菌器包内的化学指示卡准确显示。

(作者供职于广西医科大学第一附属医院)

海姆立克急救法的原理及分类

□梁林华

一天,医院急诊室接到120指令,某酒店有一名男子昏倒,考虑是心脏病发作。急救人员迅速赶到现场,发现该男子已经没有呼吸、心跳,立即实施心肺复苏,打开气道准备插管时,发现了一块南瓜饼紧紧地卡在患者的喉咙里。由于失去最佳抢救时机,该男子没能被抢救过来。他的死因是什么呢?答案是气道异物梗阻。

什么人容易出现气道异物梗阻

老年人 因器官功能退化、脑血管病后遗症等原因,导致吞咽功能障碍。

成年人 饮食不慎、醉酒后呕吐。

儿童 吃东四时打闹,器官发育不全。

出现气道异物梗阻的原因

在喉结后上部,气管和食管连接处称为会厌。人们在进食或说话,会厌就会张开,食物会进入气管,引起呛咳、呼吸困难,甚至威胁患者的生命安全。

气道异物梗阻的特点

1.一个意识清醒的人,在进食时突然出现咳嗽、呼吸困难、呛咳等症状。

2.手呈“V”字状紧贴在颈前咽喉部位,出现极度不适症状。

气道异物梗阻发生时,患者表现为突发剧烈呛咳、颜面发绀、呼吸困难。

该病进展迅速,如不及时解除梗阻,数分钟内即可导致患者死亡。即使及时抢救,患者也会因脑缺氧时间过长,遗留瘫痪、失语、智力障碍等严重并发症。因此,发生气道异物梗阻后,目击者的帮助或者患者本人的紧急自救是提高抢救成功率的关键,不能坐等120急救人员到达现场,常用的抢救方法是海姆立克急救法。

什么是海姆立克急救法

亨利·海姆立克是美国的一名外科医生,他发明了一种运用于呼吸道异物窒息的快速急救手法——海姆立克急救法。这种急救方法可有效解决气道异物梗阻问题。因此,该疗法被广泛推

广与应用。

海姆立克急救法的原理

海姆立克急救法的原理是增加腹部和胸部的压力,将进入气道的物体挤出。操作方法:膈肌下软组织被突然冲击,产生向上的压力,压迫肺下部,从而使肺部残留空气形成一股气流。这股带有冲击性、方向性的气流,可以将堵住气管、喉部的食物硬块等异物挤出,使人获救。

气道异物梗阻的征象

1.时常见到人们在进食或口含异物时嬉笑、打闹及啼哭时发生食物、异物卡喉情况,尤其多见于儿童。异物卡喉的主要表现为突然呛咳、不能发声、呼吸急促、皮肤发紫,严重者可迅速出现意识丧失,甚至呼吸、心跳停止症状。

2.异物卡喉的患者,不能说话,不能呼吸,也不能咳嗽,脸色变紫。此时,患者可能会用一只手或者双手抓住自己的喉部,即气道异物梗阻的征象。此时,可以询问患者:“你被东西卡住喉咙了吗?”如果患者点头表示确认,应立即应用海姆立克急救法进行抢救。

海姆立克急救法的分类

海姆立克急救法(站立位) 1.施救者站在患者后面,脚成弓步状,前脚置于患者双脚之间,以大拇指侧与食指侧对准患者剑突与肚脐之间的腹部,具体位置在肚脐上部两横指处。2.用左手将患者背部轻轻推向前,使患者处于前倾位置,头部略低,嘴巴张开,有利于呼吸道异物被排出。将右手握紧拳头,双

手急速冲击性地、向内上方压迫患者的腹部,反复有节奏、有力地压迫,以形成气流把异物挤出,该法又被称为“余气冲击法”。

海姆立克急救法(卧位) 如果发现患者意识不清,患者站立时不利于施救,可让患者取卧位。首先,开放患者的呼吸道,然后施救者跨坐在患者的大腿外侧,一只手以掌根按压其肚脐与剑突部位,另一手掌掌覆盖其手掌之上,进行冲击性、快速、向前上方压迫,持续至患者的呼吸道异物被排出。其次,检查口腔,如果异物已经被挤出,施救者应用手指从患者的口腔内取出异物。最后,异物被取出后,应及时检查患者的呼吸、心跳,如无呼吸、心跳,应立即进行心肺复苏。

海姆立克急救法(自己是受害者,院急诊科)

孤立无援)双手握拳用急速冲击性的、向内上方的压力,压迫自己的腹部,反复有节奏、有力地压迫;或者稍微弯下腰部,依靠在一个固定物体上(如桌子边缘、椅背、扶手栏杆等),以物体边缘压迫自己的上腹部,快速向上冲击,持续重复动作,直至异物被排出。

海姆立克急救法(儿童) 如果是儿童发生气道异物梗阻,其海姆立克急救法的要领和成年人相同。

婴儿呼吸道异物窒息急救方法 若婴幼儿有气道异物梗阻,则不可采取海姆立克急救法,以免伤及腹腔内器官,应改为拍背压胸法。具体方法为:施救者一只手置于婴幼儿颈背部,另一只手置于婴幼儿胸腹部。先让婴幼儿趴在施救者的前臂,依靠在施救者的大腿上,头部稍向前倾,在其背部两肩胛骨中间拍背5次,依据患儿的年龄决定力量的大小。如果异物未被挤出,再将婴幼儿翻身,在其胸骨下半部,用食指及中指按压胸骨5次,重复上述动作直到异物被排出。

(作者供职于柳州市柳城县人民医院急诊科)