及时规范治疗

九成肺结核患者可治愈

实习记者 卜俊成

“我国的结核病疫情不容乐观。”日前，河南省胸科医院内四科主任阮祥林主任医师告诉记者，2010年全国第五次结核病流行病学抽样调查显示，目前我国结核病年发病人数约为130万，位居全球第2位，农村地区患病率约为城镇地区的1.6倍，肺结核患者中有症状者就诊比例仅为47%，已经发现的患者规则服药率仅为59%。

“实际上，如果人们平时养成良好卫生习惯，提高身体素质，机体免疫功能增强了，即使感染了结核杆菌，也可以不发病。而当患者感染结核杆菌发病时，如果及时规范治疗，九成以上的患者都可痊愈。”阮祥林惋惜地说，人们在日常生活中往往不注意防范结核病，也有人患了结核病不坚持治疗或乱用药而导致耐药。严重耐药结核病的治疗非常困难，很多时候，眼睁睁的看着耐药结核病患者病情加重而束手无策，非常痛心。

营养不良等情况下易患病

结核病是由结核杆菌感染引起的慢性传染病，全身各个器官均可发病，以肺结核最为常见，可经呼吸道和消化道传播。长期营养不良、过度劳累、免疫力低下等情况下易患结核病或导致结核病复发。

阮祥林说，人们感染结核杆菌后并不一定发病。当结核杆菌被吸入肺部后，结核杆菌便在肺泡内生长繁殖，大部分情况下由于自身免疫力较强，被抑制或杀灭，表现为肺部隐性感染。一部分人因自身免疫力较差，结核杆菌在肺部生长繁殖并发病，导致原发性肺结核。并可经肺部感染病灶侵入淋巴管或血管，由此播散至全身。少量结核杆菌进入血液循环产生隐性菌血症，结核杆菌可将结核杆菌播散至全身各个部位。隐性菌血症时播散至全身的结核杆菌，可由于机体有一定的自身免疫力而长期处于被抑制状态，不生长繁殖。可以一辈子不发病，但常常是以后发病或复发的根源。

大量结核杆菌进入血液循环产生全身血行播散性结核病，病情常常较重。侵入全身其它部位的结核菌，可以导致以某个部位症状为主发病的结核病。比如侵入大脑后发病表现为脑结核，侵入骨骼后发病表现为骨结核，侵入肾脏后发病表现为肾结核等。

不规范治疗让“好治”变成“难治”

“在比较难治的肺结核患者中，绝大多数是因为不规范治疗导致的耐药肺结核。”阮祥林说，临床上很多肺结核患者常常是症状一缓解就停药，等又出现症状时再继续服药。还有些肺结核患者胡乱使用抗结核药，这样很容易造成抗结核药对结核杆菌无效，出现耐药情况。这时治疗起来会比较麻烦，坚持完成全程规范治疗是治愈肺结核，避免形成耐药的关键。

一般肺结核的治疗疗程在6~9个月左右，但耐药肺结核的治疗时间比较长，而且疗效还不确切。

咳嗽、咳痰两周以上要警惕

“同其他疾病一样，肺结核早期因为病灶小、症状轻，很容易被忽视。”阮祥林说，患者可以出现咳嗽、咳痰、血痰或咯血、胸痛、胸闷或呼吸困难等呼吸道症状。也可以表现为发热、盗汗、食欲不振、消瘦、疲乏等结核中毒症状。女性可出现月经失调或闭经，尤其是当咳嗽、咳痰两周以上时要特别警惕肺结核的可能，应及时到专科医院就诊。居住条件差、空气不流通环境下生活、工作的人群要特别注意。

一旦被确诊为肺结核，要配合医护人员及早给予规范治疗，听从医嘱按时、按量服药，完成规定的疗程。否则不但易导致治疗失败，而且容易成为难治性肺结核，甚至危及生命；治疗期间要定期到医院复查，根据病情变化调整治疗方案，减少药物副作用；要养成良好卫生习惯，不随地吐痰，不近距离对他人咳嗽、打喷嚏和大声说话，生活规律，注意休息，加强营养，禁止烟酒，节制性生活，提高机体免疫功能。

家属要在生活上多关心患者，增强患者战胜疾病的信心，并督促患者按时、按量服药，及时到医院复查，帮助患者完成治疗疗程。

春夏之交 把好饮食关

春天阳气生发，夏天骄阳似火，春夏之交，气候由温暖逐渐转为炎热，人体也会随之发生一些变化。在季节转换之时，人们在饮食上要注意些什么呢？

随着春天人体各组织器官功能日趋活跃及夏天人体能量消耗逐渐增加，这时应注意提高蛋白质、碳水化合物的摄入量，如鱼类、瘦猪肉、鸡肉、动物肝脏、蛋黄、牛奶、豆浆等。春夏之交是蔬菜淡季，要多吃黄绿色蔬菜与时令水果，以补充维生素和无机盐的不足，防止口腔炎、口角炎、舌炎和某些皮肤病。此时正是各种野菜生长旺盛之时，野菜所含的营养物质普遍高于栽培蔬菜，许多还兼具医疗作用，应不失时机地择食。

《饮膳正要》说：“春气温，宜食麦以凉之。夏气热，宜食菽以寒之。”这时可适当饮用绿豆汤、赤豆汤、酸梅汤以及绿茶、菊花茶，防止体内积热。不宜进食羊肉、狗肉、麻辣火锅以及辣椒、花椒、胡椒等大辛大热之品，以防邪热化火，变发疮痈疖肿等疾病。

入夏之后，要注意饮食卫生，食品最好现吃现买，并妥善保存。剩饭剩菜

须经加热方能食用，对腐烂变质的食物切莫心慈手软，要及时处理。生吃蔬果一定要洗净，各种食具应定期消毒。饮食中可适当放些大蒜、醋等，养成饭前便后洗手的习惯，严防急性胃肠炎、食物中毒、菌痢、肝炎等消化道疾病从口而入。 （宁蔚夏）

治小儿口腔溃疡合并糜烂病体会

新密市 付文娜

前段时间笔者曾遇到一1岁半患儿，其就诊时发热，体温达38.1摄氏度，口腔、上腭及咽部有成簇的小水疱，笔者便以小儿疱疹性口腔炎进行治疗。

两天后，家长抱患儿又来就诊，此时患儿的体温为37.8摄氏度。家长说，患儿哭闹不安并拒绝吃奶喝水。笔者再次查看患儿口腔发现，其口腔内壁、嘴唇内侧、舌头上原先的小水疱成了圆形、椭圆形的溃疡面。莫非是小儿口腔溃疡或口腔糜烂？笔者突然想起在医院进修时老师所讲的二者间的鉴别，小儿口腔溃疡形状规则，溃疡面有凹陷性，与周围的正常黏膜边界分明；而小儿口腔糜烂溃疡形状不规则，溃疡面无凹陷性，且与周围的黏膜界限不清。从症状可知，该患儿是小儿口腔溃疡合并糜烂病。

笔者便调整治疗方案，很快取得了较好疗效。具体如下：首先用4万单位的庆大霉素轻拭患儿口腔内溃疡面，然后在溃疡面上涂上由蒙脱石散、维生素B2、阿莫西林、鱼肝油滴剂调成的糊状药物（交代患儿家长涂药后半个小时不能进食或吃奶），同时配用抗病毒药物。发热患者，可加配退热药物。如果患儿发热持续不退，或口腔黏膜上有凝乳状样物并向咽部蔓延者应及时送往医院检查。

谨防小儿肺炎

偃师市 王杰旺

小儿肺炎是儿科临床常见病之一，主要症状为发热、咳嗽、气促和肺部啰音，多发于冬春季节，夏秋也可发病。很多患者来村卫生室就诊时，肺炎症状不明显，容易造成误诊。

1岁半的患儿强强，因寒战发热腹泻来卫生室就诊。高热到39摄氏度，咽腔充血，听诊心肺正常，肠鸣音稍强。强强的妈妈说，孩子一上午大便5次，没有呕吐。笔者按上呼吸道感染伴消化不良治疗。第二天上午，强强体温升至39.5摄氏度，不咳，大便次数减少。急让患儿到市人民医院检查，化验白细胞、胸片异常，医生诊断为右下肺炎，输液抗炎治疗痊愈。

上述患儿年龄较小，只有发热、腹泻症状，一般基层医生不会考虑到肺炎。因此提醒同行们注意，凡有高烧症状及时到医院作常规辅助检查，避免造成不好的结果。

头孢曲松钠引起呃逆1例

信阳市 李志伟

33岁的男性患者，咳嗽、咯痰3天后，来诊所就诊。笔者认真检查后，诊断为急性支气管炎。询问患者无药物过敏史，便进行头孢曲松钠皮试，观察20分钟后，皮试结果为阴性。

为患者进行输液治疗，0.9%生理盐水200毫升加头孢曲松钠3克加病毒唑0.6克静脉滴注；5%葡萄糖200毫升加氨溴索30毫克静脉滴注。

当第一瓶液体静脉滴注2/3时患者出现呃逆症状，没有其他不适，排除迟发性过敏反应。考虑是由头孢曲松钠引起的呃逆，给予硝苯地平片20毫克舌下含服。40分钟后，患者症状消失，第二天把头孢曲松钠改为其他药物后，上述症状消失。

鼻炎治疗需因病施治

郏县 胡惠庭 黄晓娜

笔者开设鼻炎专科门诊10余年间，曾经治疗过许多不同类型的鼻炎。病情罕见或严重的病例，都给笔者留下了特别深刻的印象。2005年3月，曾遇一位特殊的鼻炎患者，他的痊愈让笔者深深地体会到专科病的治疗同样需要因病施治。

患者马某，男，19岁，郏县城关镇西关人。以顽固性头痛、头晕、失眠、烦躁为主诉在父母的陪伴下前来诊治。来时，患者眉头紧锁，两目无神，表情呆滞，还不时用手拍打自己的前额。询问病情得知，患者此症状已有20余天，脑部CT检查未见异常，只是显示有轻微鼻窦炎。经过一段时间的治疗，效果欠佳。

大家都知道，鼻炎疾病并非疑难杂症，按照常理经过一段时间的治疗，病情应该有所缓解。可这位患者的病情却没有得到有效控制，头疼症状依然如前。该患者的症状引起了笔者的高度重视。是不是遗漏了哪些问题呢？当笔者再次询问患者母亲既往史时，心中的疑惑荡然消除。

原来，马某在12岁的时候患过一次重度脑炎，昏迷了整整16天。之后性格变得内向，不善交际，反应迟钝，喜欢独处。学习也非常吃力，初中没上完就辍学了。最近晚上经常失眠、头疼、性情烦躁、稍有不顺，便大发雷霆，甚至乱摔东西。

听了患者母亲的陈述，笔者心里的谜团终于解开。患者曾经得过重度脑炎，脑神经受到一定程度的损伤，智力较同龄人有所下降，属于重度脑神经紊乱。而鼻炎引起的头痛只是表面现象，导致病情顽固的原因，是没有兼顾治疗调节脑神经紊乱。应该在治疗鼻炎的基础上，还要调节脑神经紊乱，安神镇定，抑制失眠。这样才能达到因病施治，标本兼治的效果。笔者针对患者的病情制订了一套全新的治疗方案，治疗效果终于柳暗花明。

经过一个星期的治疗，患者的病情得到了有效控制。头疼，头晕症状全部消失，睡眠质量大大改善，性格也开朗了许多，患者的脸上终于露出了久违的笑容。

编辑信箱(医学专业类)：bujunch123@126.com

女性尿频、尿急，不妨查查结核

实习记者 卜俊成

两年多来，20岁的女孩小武一直被难以启齿的疾病折磨着。她常常尿频，还尿急，有时候稍微不注意就会遗尿。在小便的时候，总感觉到尿道口涩痛。患病以来，一直用广谱抗菌素治疗，病情时好时坏，经常反复发作。最近一次犯病，使用抗菌素竟然没有效果了。无奈之下，小武来到河南中学院第三附属医院泌尿科治疗。

接诊的王磊医师听完小武的病情叙述后，建议她先作个尿液结核杆菌检查。检查结果显示，小武的尿液中带有结核杆菌。从进一步的检查中获知，小武的上述症状是由于左侧肾结核引起的。由于病情严重，小武左侧的肾脏已经失去了应有的功能，十分可惜。

王磊说，肾结核病是由于结核杆菌侵犯肾脏引起的慢性炎症性疾病。肾结核与肺结核不同，患者发病时，很少有乏力、盗汗、潮热等典型症状。但一般会出现尿频、尿急、尿痛等膀胱刺激症状，这些症状非常容易与常见的尿路感染相混淆。稍微不注意，就会造成误诊误治。

当结核杆菌顺着膀胱侵犯人体输尿管时，会造成输尿管梗阻，进一步会导致肾积水，影响肾皮质的滤过功能，最终使肾脏功能衰竭。

因此，王磊提醒广大女性朋友，当出现尿频、尿急、尿痛等症状，经过妥善治疗仍不见好转时，最好去正规医院作个尿液结核杆菌检查，以防漏诊误治。

漱口水用不好反而口臭

越来越多的人使用漱口水，是想保持口气清新，保护牙齿。但恐怕你想不到的是，漱口水用不好，却会导致完全相反的效果——口臭和毁牙。

据英国《每日邮报》近日报道，纽卡斯尔大学牙科教授西摩表示，许多漱口水中都含有酒精，有些含量高达25%。这主要是为了让漱口水中的薄荷醇、桉油精等成分发挥作用，并渗透和分解牙菌斑，但同时，酒精还会导致口腔干燥，破坏保持口腔湿润的黏液保护层，导致口气不佳，并引发刺痛感。一些漱口水还导致牙齿变黄。

此外，澳大利亚牙科杂志2009年发表的研究报告显示，漱口水中的酒精会使尼古丁等致癌物，更容易渗透口腔的保护层，使癌症风险升高。

西摩教授建议，使用何种漱口水要听取医生的建议，例如医生可能会建议齿龈炎患者使用高氟漱口水。如果没有任何牙病，可以使用不含酒精的漱口水。另外要注意的是，漱口水中含有的去除牙菌斑成分，在10天内就可以发挥作用，不推荐长期使用。 （魏辉）

散步还能壮骨护牙

一直以来，散步被视为最温和的运动，多项研究证明，每天坚持散步可以加强心肺功能，促进身体血液循环，降低中风和心脏病发作的风险。散步的优点远远不止这些，近日，美国“健康日”网站报道，美国足科医学会指出，散步还有四大好处。

坚持散步，可以降低高血压或肥胖症的可能性；改善胆固醇指数；强壮肌肉，更有利于腿部和腹部的锻炼；减缓紧张和压力；有利于缓解关节炎的疼痛，改善骨质健康，还能预防蛀牙。

正确的散步方法是抬头挺胸，迈大步，双臂要随步行的节奏有力地前后交替摆动，路线要直。走路时，速度不要太快，尤其是太胖的人，可以每分钟走60~70步或70~90步，每次走至少30分钟。 （孙慧）

农民朋友当认清保健品骗术

江苏省射阳县 朱乃洲

如今，每逢乡村集市，常有一些人打着“包治百病”的广告，推销他们的所谓保健品、特效药，上前咨询的多是农村妇女和老年人。咨询者多因长期饱受疾病的折磨，急切希望特效药物、特效仪器的出现。于是，一旦遇到有什么新奇的保健品、特效药，这些人都不惜代价购买一试。加上推销者把产品说得天花乱坠，更让许多村妇和老人心动不已，结果常是上当受骗后悔莫及。

村里就有一位大伯，患关节炎多年，看到人家卖治疗关节炎的特效药，花了一千多块钱买了10瓶专治关节炎的虫草药酒。最后不但没有把关节炎治好，还加重了病情。与此同时，大伯因为经常喝那药酒，又患上了胃病。

其实，保健品的推销者一般有三种推销手段。第一，花言巧语吸引顾客。推销者常常抓住老年人勤俭节约的心里，用免费义诊、免费试用、附赠经济适用的礼品等方法，诱惑一些老年人购买质量差价格高的保健品。第二，故弄玄虚吸引顾客。推销者利用中老年人缺乏科学知识，盲目迷信“高科技”的心里，以“绿色”、“纯天然”、“负离子”及“纳米”等抽象概念，片面夸大其产品的保健作用，使消费者误以为其所销售的保健品具有特殊疗效，甚至可以代替药品使用。第三，现身说法引诱顾客。一些推销者抓住老人眼见为实的心里，请来了所谓“专家”、“学者”在公共场合发布权威的检测报告，介绍神奇疗效，或者用自编自导赠送锦旗、夸赞疗效以及雇“托”争先恐后购买等假象欺骗消费者。

鉴于这些原因，笔者提醒广大农民朋友购买保健品、特效药时千万要慎重，不要盲目相信推销者花言巧语的宣传促销活动。看病要到正规医院，购买保健品最好到正规商家。

治小儿舌下囊肿

笔者自拟清热解毒化痰活血方，治疗小儿舌下囊肿多例，效果满意。

所治患儿年龄3~5岁，病程3个月至一年。临床表现：舌下见1~2个囊肿，质软、边缘清楚微触痛。逐渐增大，妨碍言语、咀嚼，舌被囊肿挤歪斜。穿刺及手术后一段时间囊肿又起，舌苔白厚稍黄，舌质暗脉滑。

方药组成：金银花3克，夏枯草5克，党参10克，白术10克，甘草3克，半夏6克，炒白芥子3克，紫背天葵3克，姜黄3克，陈皮3克，舌蛇草6克，山甲珠3克，山慈姑3克，土鳖虫3克，炙僵蚕3克，水蛭2克。上药研为细末，装胶囊吞服。每两日一剂，每日服3次，连服5剂为一疗程。

杨某，男5岁，2000年7月12日初诊。患儿舌下见1.5厘米×2.1厘米囊肿一个。质软，色稍紫，触之稍痛，舌被囊肿挤歪，妨碍言语及咀嚼。二便正常，舌苔稍腻，舌下静脉曲张。而在医院经输青霉素、先锋霉素，中药清热解毒之剂及穿刺未效。来诊，拟上方连服10剂囊肿全部消失。

小儿喜食辛辣肥甘厚味，日久热毒灼津成痰，日久血瘀，循经上行舌下，阻塞脉络形成囊肿。方中金银花、蛇舌草清热解毒；白芥子消痰除痞，其味厚气轻，开导虽速而不耗气；半夏燥湿化痰、降逆散结，二药相伍能深入经络曲道消痰瘀；僵蚕化痰散结，配紫背天葵散结消肿、解毒利水；夏枯草消核软坚；山甲、山慈姑、土鳖虫、水蛭活血祛瘀化痰。党参、白术、姜黄、陈皮补气行气和降气。全方具有清热解毒、软坚散结、活血化痰之功效。 （高天明 高尹岗）

香油蜂蜜治便干

火力壮是孩子的“通病”，尤其是小男孩，大便干燥、容易伤风感冒、积食。家里用的芝麻香油，就能解决大问题。用半勺香油加上半勺蜂蜜，调匀了，喝个一两回，小儿的大便干燥就会解决，以后可以间隔一些日子再给孩子喝。 （王倩）

更正声明

本报4月26日药周刊3版题为《“十大指标”监管 促进医患双赢》一文结束语中数据更正为：仅2010年一年，该院门诊量达50.29万人次，较去年同比增长8.37%；出院病人数2.1万人次，较去年同比增长12.6%。

针刺配合贴敷治尾骨疼

尾骨疼之病因以意外挫伤和不当的坐姿压迫尾骨周围软组织，形成慢性损伤二者最为常见。在尾骶联合处有固定的压痛点，坐硬板凳、咳嗽、排大便时症状加重，其病程一般较长。笔者采用针刺八髎穴配合中药贴敷压痛点，取得良效。

针刺治疗：选取1.5寸一次性毫针，针刺八髎穴平补平泻手法，留针20分钟，10分钟行针一次，3次为一疗程。

贴敷处方：白芥子10克，三七粉5克，桃仁10克，红花10克，大黄10克，血竭10克，冰片3克。上药共打碎成粉，白酒调如膏状，涂于直径两厘米穴位贴内，敷于痛点，每日一次。每次10小时，10天为一疗程。治疗期间，勿坐硬板凳，坐时可用气圈将痛处架空，不可过早着力。 （郭六雷）

舒肝软坚散结治乳房囊性增生

乳房囊性增生，又称乳腺小叶增生，多发于30~45岁之间，中医谓之“乳癖”。乳房的四个象限均可发生，包块为樱桃至核核大小，触之坚韧有囊性感，推之能活动，与皮肤周围组织无粘连，时常有较为明显的胀痛感，属非炎症性病变。临床观察本病贯发于平日心情不畅、忧思多虑或性情急躁、肝气不舒、胸胁胀满之人，乳房包块常随情绪变化而消失。肝郁气滞，日久可致乳络阻滞，聚而成结。临床验之，治疗此病用舒肝软坚散结之法，获效较好。

方药：当归15克，白芍15克，柴胡10克，香附10克，青皮10克，枳壳6克，赤芍药15克，半夏15克，三棱10克，莪术10克，夏枯草10克，昆布10克，海藻10克，牡蛎15克。水煎服，每日一剂。方中当归、白芍、柴胡、香附、青皮、枳壳疏肝理气；赤芍药、三棱、莪术、半夏、夏枯草、昆布、海藻、牡蛎活络软坚散结。坚持服用，并保持好的心情，囊性增生包块可逐渐消散治愈。 （马建国）

中药熏鼻可缓解过敏性鼻炎症状

春季是过敏性鼻炎的高发季节，典型症状是打喷嚏、流鼻涕、鼻痒、鼻塞，用中药熏鼻可缓解过敏性鼻炎症状。

苍耳子10克、白芷15克、薄荷10克、辛夷12克，上药置沙锅中，加水800毫升煎15分钟，去渣取汁。把药汁置于茶杯中，以热气熏蒸鼻部并吸入药气，每次10~15分钟，早、晚各1次。每剂药可加温后重复用2~3天。 （江宁）

炒杏仁可驱蛲虫

蛲虫寄居在儿童的大肠内，有时随儿童的粪便排出。蛲虫成虫寄生于人体的盲肠、阑尾、结肠、直肠及回肠下段。当人睡眠后，肛门括约肌松弛时，部分雌虫爬出肛门，在附近皮肤产卵。可用10粒杏仁，微火炒熟，捣碎，用纱布包起来，每晚擦肛门1次，连用5天，可以治小儿蛲虫。 （常建宏）