

关于甲状腺炎的知识

□宋要河

甲状腺炎破坏甲状腺细胞,虽然不会危及生命,但生活质量会受到很大影响,特别是育龄妇女。许多人经常混淆甲状腺炎的症状,类似于其他的常见病理。直到发现疾病,已经处于晚期,使治疗变得困难。因此,了解有关甲状腺炎的知识,对人们的健康是至关重要的。

症状表现

甲状腺疾病,如甲状腺肿大或甲状腺炎,总是伴随着最明显的表现,颈部肿胀或甲状腺肿大。而关节肌肉疼痛也是甲状腺疾病的症状之一。对于甲状腺功能减退,患者会感到手臂发痒,因为信号激素缺乏,导致大脑向肌肉发送信号的

速度比平常慢。而对于甲亢,患者很容易僵硬,难以协调四肢。

这类患者可能会感到疲劳、虚弱和乏力,可能是由甲状腺功能异常导致机体能量代谢不足所致。

还要注意的,甲状腺炎患者可能会出现心理症状,如焦虑、抑郁、失眠等,这些症状可能是由甲状腺功能异常影响神经系统功能所致的。

诊断与治疗

甲状腺炎的临床诊断相对困难,特别是没有症状或轻微症状的患者。许多人只有感到疼痛,才去医院就诊。那么,到达医院之后应该用什么方法诊断和治疗疾病呢?

血液测试 检查血液中甲状腺

激素的浓度,判断出患者患有哪种甲状腺炎,为医生提供正确的治疗方向。

甲状腺抗体测试 用于测量甲状腺抗体或刺激甲状腺受体抗体的浓度。

红细胞沉淀速度测定 检查炎症。

超声检查 帮助医生检测甲状腺的异常生长和密度,血流的变化。

在确定炎症的类型和疾病阶段后,医生会建议适合患者的炎症治疗方法。对于急性炎症,如果甲状腺有脓肿迹象,患者通常使用抗生素、切口和脓肿引流治疗。大多数甲状腺炎患者可以恢复正常生活。

如何预防

甲状腺炎可能会随着时间的推移而持续,导致患者的生活质量严重下降,特别是处于分娩年龄的妇女。预防和及早发现甲状腺问题,通常可以采取下面几种方法。

健康饮食 保持健康的饮食习惯是预防甲状腺炎的重要措施。应多吃含碘食物,如海鱼、海带、紫菜等,同时适当控制甜食和高热量食物的摄入量。

避免劳累 过度疲劳是诱发甲状腺炎的一个重要因素,因此应保持适当的运动和休息,避免过度疲劳。

研究发现,一些药物,如碘剂、

激素类药物等,长期或过量使用会增加甲状腺炎的风险,因此应避免过度摄入药物。

定期体检 除此之外,定期体检是预防甲状腺炎的关键,可以及早发现甲状腺炎症状和异常体征,避免病情恶化。

总结

甲状腺炎可能涉及多种因素。预防甲状腺炎需要注意饮食健康,避免过度疲劳和药物过量使用,定期体检等,这些措施能够帮助我们预防甲状腺炎。同时,如果有任何甲状腺疾病症状或异常体征,应及时就医

(作者供职于襄城县中医院肾内科内分泌科)

血小板聚集试验

□梅懿文

血小板聚集试验是一种评估血小板聚集能力的实验室检查方法。本文将为您介绍血小板聚集试验的相关知识。

试验原理

人体的血液是由血浆和血细胞组成的,其中血小板是一种重要的血细胞,具有止血和维持血管壁完整性的作用,在血液循环中呈分散状。而血小板聚集是血小板的主要功能之一,指相邻的血小板相互黏着成血小板团块的过程。

血小板聚集试验是一种利用特定刺激物质激活血小板,血小板表面的受体与刺激物质结合,激活内部的信号通路,导致血小板的黏附、聚集和释放血小板血栓素等血小板激活因子从而使血小板聚集,通过一定的手段检测血小板聚集比例。

临床应用

血小板聚集试验主要用于以下两个方面的临床应用。

评估血小板功能障碍 血小板聚集试验可以辅助诊断先天性及获得性血小板功能障碍,如血小板数量过少、功能异常、药物干扰

等。该检测方法可帮助诊断出一些血小板功能障碍的疾病,如巨血小板综合征、格兰茨曼血小板功能不全等。

指导抗血小板治疗 血小板聚集试验可以根据患者的血小板聚集情况指导抗血小板治疗的方案选择和剂量调整,多用于心脑血管疾病、微血管病变、产科(先兆子病、复发性流产等)血栓相关性疾病的预防和治疗。目前已研究表明,采用血小板聚集试验指导抗血小板治疗可以有效地降低术后心脑血管病变的发生概率。

实施方法

常用的血小板聚集试验有以下几种:光学比浊法测定血小板聚集率、计数法测定血小板聚集率、血小板功能测定仪、血栓弹力图、快速血小板功能分析仪等。其中,光学比浊法是最经典的血小板功能检测方法,检测成本低,与临床相关性好,被称为血小板聚集功能检测的“金标准”。

光学比浊法测定血小板聚集率可以通过外周静脉血离心分离血小板,然后加入适当浓度的刺激剂,如胶原蛋白、花生四烯酸等,使

血小板发生聚集反应,然后测定聚集率和聚集速度等指标。

注意事项

虽然光学比浊法测定血小板聚集试验是一种安全可靠的检查方法,但在进行试验时仍需要注意以下事项。

血小板聚集试验应由专业医务人员在严格的实验室条件下进行。

采血前注意成分影响。影响血小板聚集率的膳食成分有高血脂的食物和药物,如水溶性番茄浓缩物、维生素E、鱼油以及阿托品、阿司匹林、氢化可的松、丹参、红花、三七等。

在采血过程中要注意消毒、避免污染,以避免误差。

血小板聚集试验可以帮助医生更加全面地了解患者病情和血小板的反应情况,为治疗提供更加准确和有效的指导。同时,对于那些有心血管疾病家族史、长期使用抗血小板药物等高风险人群,血小板聚集试验也是非常有必要的一项检查。

(作者供职于南阳市中心医院输血科)

脑梗死有什么症状

□薛剑锋

脑梗死是指患者脑部因供血不足,导致大脑出现缺血、缺氧等情况,继而引发患者出现局部脑组织坏死或出现软化的症状。若是患者发生脑梗死后不能得到及时有效改善,会对患者的身体健康造成极大危害。

脑梗死的症状

突发眩晕 脑梗死患者可能会感到突发性眩晕,站立不稳甚至晕倒在地,这主要是由于脑梗死患者自身椎基底动脉供血不足,使得小脑和脑干等平衡神经组织出现问题。

肢体麻木 患者在日常生活中可能会出现突发性一侧身体麻木、没有力气,或是出现嘴歪、流涎等症状,其主要原因是患者的颈内动脉供血不足,影响患者大脑皮层中央前后回流。

语言不清 脑梗死患者有时讲话会含混不清,甚至还会出现不能讲话,只能听到别人说话等情况。

从临床医学上分析可以称之为“运动性失语”或者“感觉性失语”。

昏昏欲睡 脑梗死患者在病发前还可能出现昏昏欲睡的情况,无法通过自身克制住,其主要原因是因为患者椎基底动脉出现供血不足,影响患者脑干的网状结构导致的。

情绪变化大 大部分脑梗死患者还可能会出现性格突变的情况,甚至丧失正常的思维能力与判断能力。这主要与患者颈内动脉供血不足有关,在一定程度上损害了大脑额叶的功能导致该症状的出现。

视觉异常 有的脑梗死患者还可能因为同侧动脉或同侧侧动脉出现供血不足,导致出现短暂视物模糊或失明情况,一般会持续好几分钟再恢复正常视力。

脑梗死的预防

保持低盐低脂饮食 事实上,很多血管问题与人们日常饮食

息相关。故而要想预防脑梗死,就应保持低盐低脂饮食,多吃一些新鲜的蔬菜,例如苦瓜、番茄等,肉类食物尽量少吃一些,特别是油腻食物,更要忌口,可选择一些蛋白质含量较高的肉类食用,例如鸡胸肉、瘦肉等。

饭后散步 脑梗死患者的血管问题大多是由于自身体内的血液过于黏稠导致的,因此患者不仅要保持低盐低脂饮食,还应保持适当运动,以此促进脑梗死患者全身的血液循环、降低自身的血液浓度。而饭后散步便是较好选择,在促进脑梗死患者消化的同时,还能达到强身健体的效果,有效预防脑梗死。

不要吸烟、喝酒 脑梗死患者若是长期吸烟、喝酒,便会伤害到体内血管内膜,并引发患者小血管收缩,使得管腔变得更加狭窄,从而引发脑梗死。

(作者供职于高平市中医医院神经内科)

如何预防心肌炎

□杨慧锋

心肌炎最初的症状与感冒的症状相似性非常高,致使大多数人会忽视该疾病。临床上出现该疾病的人越来越多,而且心肌炎病情发展相比普通感冒较为迅猛。心肌酶升高就一定出现心肌炎吗?心肌炎的症状有哪些?如何有效预防心肌炎?

很多原因可能导致心肌酶升高,如发热、病毒感染、细菌感染,及其他急性病症。所以,心肌酶出现升高并不一定代表患者出现了心肌损伤或心肌炎,也可能是因为其他急病造成的。

心肌炎的症状

血压低 严重的心肌损伤会导致心脏功能出现障碍,心肌炎患者有一定概率会出现低血压症状。一旦出现体内血压过低,会导致患者出现脑部供血不足,从而引起头晕眼花,严重者可能出现昏迷、晕厥等情况。

心慌、心跳异常 心律失常是大部分心肌炎患者都会存在的症状之一,患者一旦出现心肌损伤,会造成心跳加速、心律失常。部分患者由于心脏传导系统受到心肌炎的影响,从而导致心跳过慢。

胸闷、胸痛、气短 这类症状是心肌炎常见的症状之一。当心肌炎出现时,会造成炎症细胞侵袭心肌细胞,从而导致心肌功能受到损害,患者会出现胸闷、气短等不适症状,少部分患者会出现胸部疼痛症状。

发热 心肌炎大多数都是因为感染导致,人体受到炎症因子的影响,导致体温中枢出现障碍,表现为体温升高。

大部分病毒性心肌炎患者,一般在发病前1周~3周,可能会出现发热、四肢无力、恶心等症状,很多患者认为是普通感冒。

如何预防心肌炎

饮食预防 饮食上要以清淡、易消化的食物为主;保证每天补充新鲜的水果、蔬菜、蛋白质等。避免高糖分、高胆固醇、高脂肪食物的摄入,比如含糖的点心、油炸、烧烤等。日常养成多喝水的习惯,多补充维生素,可以经常食用黄瓜、西红柿、芹菜、菠菜等,养成少食多餐、细嚼慢咽的习惯,切勿暴饮暴食。

保持好个人卫生 在日常生活中,注意好个人卫生,这对于心肌炎的预防非常重要。养成勤洗手、勤消毒的好习惯,乘坐公共交通或人流量聚集的场所,佩戴好口罩。若接触感冒患者时,做好自我防护,尽量与患者保持1米以上距离。尽可能减少感染病毒的可能性。

健康的生活习惯 在日常生活中,养成良好的生活习惯,尽量避免长期熬夜通宵工作或长期高强度工作。研究表明,睡眠紊乱和睡眠时间不足都会影响机体的免疫系统,早睡早起不仅可以增加免疫力,还可以减少血栓的形成,对于心血管疾病预防也有一定作用。所以,成年人尽量保证每日6小时~8小时睡眠。

合理锻炼 养成锻炼身体的习惯,对于疾病的预防非常重要。适量的锻炼可以提升人体的免疫力,不论是老年人还是孩子,每周都应该有锻炼的习惯。但是注意好运动强度的选择,防止运动时受伤。

积极治疗感冒 大多数人出现感冒不会在意,认为是生活中常见的疾病,过两天就好了。要知道大多数的感冒都是由病毒感染造成的,尽管是常见的感冒,也可能引发心肌炎。因此,生活中如果身体遇到不适,就要及时就医,如果有心肌炎症状的出现,及时就医治疗,防止病毒侵犯心脏。

(作者供职于郟县第二人民医院小儿内科)

哪些胸痛须立刻就医

□张霞

胸痛可能是一种轻微自限性疾病,有些胸痛可能预示着一种严重的疾病。对于出现胸痛症状的人,必须清楚什么样的胸痛,必须赶紧去医院,以便及时得到诊断和治疗。

胸痛的危害性

胸痛是指身体内部或身体表面的疼痛感觉。在医学上,胸痛是一种常见且严重的症状。胸痛往往是某些病症的表现,然而在医学诊断之前,胸痛的危害性需要引起人们的充分重视。

首先,胸痛可能是心血管疾病的信号。心脏是人体最重要的器官之一,如果感到胸痛,特别是剧烈的、有规律的胸痛,可能是心脏

发生了问题,例如心肌梗死、心绞痛等。更为严重的是,这些心血管疾病如果得不到及时治疗,可能会导致心力衰竭、晕厥甚至是死亡等后果。

其次,胸痛也可能是阻塞性肺疾病的信号。阻塞性肺部疾病是一个广泛的疾病类别,包括慢性阻塞性肺疾病、支气管哮喘等疾病。这些疾病的典型症状是呼吸困难、咳嗽等,但胸痛也可能是它们的信号之一。如果发现胸痛并伴有呼吸不畅、咳嗽等症状,就需要注意可能存在这些肺部疾病。

再次,胸痛也可能是消化系统疾病的信号。食管、胃、十二指肠等器官如果出现问题,也可能引起

胸痛的感觉。例如,胃酸倒流、胃溃疡等疾病就会导致胸痛。虽然消化系统疾病的治疗相对简单,但如果长期忽视胸痛带来的问题,可能会引起食管癌等更为严重的疾病。

哪些胸痛须立刻就医

持续性胸痛 持续性胸痛是时间持续较长的胸痛,这种胸痛持续时间在30分钟以上,不间断地出现,且不会因为休息或服药而减轻。这种胸痛通常是由冠心病、肺动脉高压、急性心肌梗死、心包炎等危及生命的疾病引起的。

突然出现的胸痛 如果突然出现非常强烈的胸痛,这种疼痛可能

会从胸部辐射到脖子、肩膀、手臂甚至背部,伴随恶心、呕吐、出汗、呼吸困难等症状,这说明可能是急性心肌梗死导致的。

剧烈的胸痛 如果出现极其剧烈的胸痛,并且持续性强,可能是心脏大血管破裂、心肌穿孔等严重情况。这种情况可能会导致大量出血、器官衰竭等严重后果。

非典型的胸痛 有些胸痛可能没有剧烈的痛觉,甚至不会持续太久,但仍然需要赶紧去医院。例如,短暂的刺痛感,感觉像针扎一样,这种痛苦通常持续时间仅几秒钟到几分钟,但也不能掉以轻心。这种疼痛可能是由冠心病、心脏瓣膜病等所致的,并且可能是引发心脏疾病的先兆,应该尽快去医院进

行检查。

除了以上四种应尽快就医的情况外,值得引起大家注意的还有:胸部不适或压迫感;显著的气喘或呼吸困难;晕厥或头晕等情况。

结束语

总之,如果出现任何可疑症状,尤其是胸痛和突然出现的身体不适,一定要立即去医院就诊,早发现,早治疗是保护自己健康安全的关键所在。需要注意的是,还应避免摄入大量咖啡因等。患者要合理饮食、合理运动、养成健康的生活习惯,提升自己的免疫力。

(作者供职于郟城县中医院心内科)

对于有肾脏问题的人士或家族病史者,了解肾脏积水的的原因、症状和预防方法是非常重要的。

肾积水的原因

肾输尿管连接部狭窄 在正常情况下,肾脏产生的尿液会经过肾盂和输尿管流向膀胱,最终排出体外。当肾输尿管连接部存在狭窄时,尿液流出的通道会受到限制,使尿液不能够充分地流出肾脏,而在肾盂和肾盏处积聚,进而导致肾积水。

输尿管结石 输尿管结石阻塞了输尿管内的通道,使尿液不能顺畅流通。在阻塞的部位之前,尿液仍能够流通过肾脏,但是阻塞部位之后,尿液就无法排出。

除此之外,输尿管肿瘤、输尿管末端狭窄等也会导致肾积水。

肾积水的症状

背痛或腰痛 当肾积水导致肾脏扩大时,肾周围的神经和血管可能会受到压迫,从而引起肾区疼痛;还可能是因为积水导致肾脏增大,从而对脊柱、椎间盘和神经根产生了压迫,导致疼痛。

如果肾功能受损,也可能导致背痛或腰痛。这是因为肾脏对体内废物和过多水分的排泄能力下降,导致体内毒素积累,从而引起全身不适和疼痛。

腹部不适或肿胀 肾积水患者出现腹部不适或肿胀的原因是肾脏被积聚的尿液压迫,导致肾脏周围组织和器官受到挤压,从而引起腹部不适或肿胀感。有些患者可能还会出现恶心、呕吐等消化系统症状。肾积水还可能导致尿毒症,表现为口渴、呼吸困难、皮肤瘙痒和贫血等症状。如果病情严重,肾积水还可能导致腹水、消化道出血等严重并发症。

肾积水的预防

规律运动可以帮助提高肾脏的功能,促进血液循环,加强肾脏的代谢和排泄功能,从而有助于预防肾积水。跑步、游泳、健身等有氧运动是比较好的选择,建议每周进行3次~5次,每次30分钟至1小时。

不过,要注意适度运动,避免过度疲劳和过度运动导致肾脏过度消耗,对于患有肾脏疾病或者体质较弱的人来说更应该注意。

保持充足的睡眠也对预防肾积水很有帮助。睡眠不足会导致身体机能下降,代谢减慢,从而影响肾脏的排泄功能。一般成人每晚需要7小时~8小时的睡眠时间,睡前不要太紧张,要学会放松,可以尝试用热水泡泡脚,有助于促进睡眠质量和身体健康。

总的来说,锻炼和睡眠是预防肾积水的重要手段。但也要注意适度,从而保护肾脏健康,避免肾积水等疾病。同时,也要保持良好的生活习惯,避免过量饮酒、吸烟等不良习惯,以及及时就医,防止疾病的进一步发展。

保持健康的生活方式,定期检查身体,及时发现问题,及时治疗。

(作者供职于汝阳县人民医院泌尿外科)

你了解CT检查吗

□王永涛

为了给患者进行及时准确的治疗,快速有效的诊断是前提,其中CT(计算机层析成像)检查就是比较重要的方式之一,目前被广泛地应用于各种疾病的临床诊疗当中。因此,大家应当多学习一些CT检查的相关知识,了解检查前的准备及注意事项。

注意事项

CT检查期间,为了保证成像清晰,使结果更准确,还需要受检者保持静止状态,因此受检者要多注意。

CT检查意义 CT检查就是利用X射线对人体的局部或全身的横断面进行扫描,并获取其结果,再通过相关仪器的帮助,将其转变为数字信号,最终以图像的形式呈现在电脑上,方便医生对结果进行分析,了解患者身体病变的位置、类型、发展情况等,为后续治疗提供依据。

检查前的准备

CT检查的适应证比较多,有着不同的类型,因此要求也不尽相同,比如有些检查需要受检者提前进行禁食、禁水、憋尿等行为,具体情况还应在检查前咨询负责的医生,并根据医生的指示来进行。

对于一些特殊人群,比如老年人、儿童等,或者是在进行增强检查情况下,还需要有家属的陪同,以免有意外情况发生。不过陪同人员要听从医务人员安排,并及时穿戴好铅防护服,并尽量远离检查机器,以免受到辐射影响。

检查过程中会产生电离辐射,因此不建议处于备孕期、妊娠期等特殊状况的人群进行CT检查。

以上就是CT检查的相关知识,希望大家能够仔细阅读并牢记,尤其是注意事项,要严格遵守,以免因不当的行为,阻碍检查的进行或干扰检查的结果,影响医生的判断,不利于后续的治疗。

(作者供职于宝丰县中医院)

肾积水的症状与预防

□李亮亮