

术前准备小知识

□王淑华

手术是现代生活中用来治疗疾病的常见手段,但是谈到手术,很多人觉得既恐惧又遥远。当家人或朋友出现疾病需要进行手术治疗时,对于术前需要准备的物品和注意事项需要做到充分的了解和掌握,才能保证在进行手术时减少意外情况的发生。现通过本文介绍,希望能对大家有所帮助。

保持良好心态

良好的心态有助于手术顺利进行,患者在手术前应尽量保持积极乐观的心态。在手术过程中,患者听到监护仪器发出声响,属于机器正常运转状态,不必过度紧张,要保持放松,以免影响手术

术进程。

保证睡眠

在进行手术前一天,患者要保证充足的睡眠来面对第二天的手术。如果患者因精神过度紧张、心理压力过大导致失眠,可以在医生的指导下,服用一些治疗失眠的药物。

避免过度运动

手术前要做到安心静养,保持良好的身体状态,减少运动对身体能量的消耗,以及对体内各个器官平稳运行的影响。患者手术后也要避免剧烈运动,以防撕裂伤口,进而造成感染或引发其他并发症,对身体健康造成严重

危害。

及时告知医生身体状况

在进行手术前医生会询问患者的身体状况以及有无不适症状,但由于每个人体质不同、心理承受能力不同,少数患者在手术前可能会出现突发性不适症状。患者在手术前应充分了解手术的必要性,通过与医生的沟通,消除心理上的恐惧感。

一旦出現任何不适情况,患者及其家属要及时告知医生,由医生根据患者的具体情况判断能否进行手术。

饮食须知

部分患者及其家属认为在进

行手术前应该尽量补充营养物质,便于患者在手术中保持体力。但这是错误的观念,患者在手术前应该尽量清淡饮食,避免进食过于油腻的食物,不要暴饮暴食;在进行麻醉手术前的8小时内要做到禁食,4小时内要做到禁水,保证手术过程中不会出现呕吐、食物反流等现象,影响手术进程,危害患者生命健康。

去除多余物品

患者在进行全麻手术前要保证身体清洁,易造成磨损,导致伤口根部损坏或萎缩,影响牙齿稳定性。部分患者牙齿出现疼痛感,就是因为不良习惯磨损导致的。

作者供职于聊城市人民医院

肿瘤标志物在临床中又称为肿瘤标记物,是指恶性肿瘤细胞或由恶性肿瘤细胞异常产生的物质,能够反映肿瘤发生及发展情况。临床针对恶性肿瘤患者开展治疗后,能够通过观察肿瘤标志物变化了解治疗情况,可采用免疫学、化学法及生物学进行检验。

肿瘤标志物相对较多,包括甲胎蛋白、糖类抗原125、糖类抗原153、癌胚抗原、β2-微球蛋白、胃泌素释放肽前体(ProGRP)、人绒毛膜促性腺激素、肿瘤坏死因子、糖类抗原242、糖类抗原50、血清铁蛋白、糖类抗原199等。

甲胎蛋白 作为一种糖蛋白,正常情况下,甲胎蛋白来自于胚胎中的干细胞,多在胎儿出生两周后消失。当人体肝脏细胞出现癌变后,该标志物可急剧增加,是诊断原发性肝癌的重要标志物。

糖类抗原125 糖类抗原125被用于诊断恶性浆液性卵巢癌、乳腺癌、胰腺癌及胃癌等,患者均在患病后出现异常表现。

糖类抗原153 该肿瘤标志物升高表现多用于诊断乳腺癌,部分升高表现可存在于卵巢癌、肝癌及胰腺癌等疾病。

癌胚抗原 临床检验显示,该肿瘤标志物存在升高表现,可考虑患者存在大肠癌、乳腺癌、胃癌及胰腺癌,需要进一步检验。若患者存在长期抽烟、糖尿病或女性处于妊娠期等情况,该指标也会出现升高表现,不能作为恶性肿瘤的诊断依据,但是能够作为辅助检验协同诊断。

β2-微球蛋白 该标志物能够对肾小管功能情况进行诊断,若患者存在肾组织炎症、肾功能衰竭或肾脏肿瘤时,该标志物浓度可出现升高表现,多应用于肾脏肿瘤的诊断中。

胃泌素释放肽前体(ProGRP) 胃泌素释放肽前体是一种小细胞肺癌特异性肿瘤标志物,可以用于肺癌的早期诊断,还可以判断治疗效果及在早期发现肿瘤复发的情况。在人体的血清水平中,胃泌素释放肽前体大多都在正常范围,仅在少量的肿瘤患者中超过正常上限。胃泌素释放肽前体主要用于小细胞肺癌的早期诊断、疗效评价、病情监测及预后的评估。

人绒毛膜促性腺激素 人绒毛膜促性腺激素多用于诊断患者是否怀孕。人绒毛膜促性腺激素存在异常升高表现,可作为诊断宫外孕、睾丸肿瘤、卵巢癌、子宫颈癌等疾病的依据,如果出现异常下降表现,可考虑先兆流产情况。

肿瘤坏死因子 肿瘤坏死因子对于肿瘤细胞具有一定的灭杀能力,且参与炎症反应、发热反应及免疫调节等环节,该指标升高可考虑存在感染性疾病或自身免疫系统疾病,其对于肿瘤疾病有一定预测作用。

糖类抗原242 糖类抗原242,可作为消化道系统肿瘤疾病诊断的主要依据。

糖类抗原50 糖类抗原50是一种非特异性光谱肿瘤标志物,主要辅助胃癌、直肠癌及胰腺癌的诊断工作,对于胰腺癌具有较高敏感性。

血清铁蛋白 血清铁蛋白是一种肿瘤疾病的辅助诊断指标,该指标升高可见急性白血病、肝脏病变及恶性肿瘤疾病。

糖类抗原199 糖类抗原199升高可考虑胰腺癌,对于诊断胰腺癌及后续病情监测具有重要意义。

作者供职于山东省德州市第二人民医院

肿瘤标志物的相关知识

□沙珊珊

头痛应该怎样治疗

□马庆芹

头痛是一种常见的症状,临床上可引起头痛的原因很多,对于头痛的治疗应根据不同的病因采用不同的治疗方法。下面介绍几种常见的头痛治疗方式。

偏头痛

对于偏头痛,临床上多采取药物治疗和改变患者生活方式来处理。常用药物包括阿司匹林、布洛芬、萘普生、阿片类制剂、麦角类制剂、曲普坦类等;改变生活方式可以帮助减轻偏头痛发作次数。日常生活中,人们应保持健康的饮食、定期运动、充足睡眠、规律的生活作息、舒适的环境、避免紧张等。

紧张性头痛

紧张性头痛通常是因为患者精神紧张、肌肉疲劳、工作压力过大等原因引起的。其常见治疗方法包括以下几种:第一种药物治疗。常用药物包括止痛剂和镇静剂等药物,如阿司匹林、布洛芬、萘普生等;第二种放松训练。训练方法包括渐进性肌肉松弛法、主动放松、瑜伽和冥想等;第三种可以减轻肌肉紧张和精神压力,达到缓解头痛之效;第三种物理治疗。治疗方式主要包括热敷、冷敷、按摩和物理理疗等。

颅内压增高

临床上,颅内压增高一般多伴随头痛出现,病情严重的患者可能还伴有喷射状呕吐、视神经乳头水肿等症状。颅内压增高多是由脑部疾病引起的,常见的疾病包括脑损伤、脑出血、脑积液或脑肿瘤等。当患者出现颅内压增高时,应及时就医。

常见的颅内压增高治疗方法包括以下几种:第一种药物治疗。常用药物包括渗透性利尿剂、强心剂、降颅内压药等,如20%甘露醇、甘油果糖、呋塞米等;第二种手术治疗。手术治疗一般多用于脑肿瘤、脑出血等颅内病变引起的继发性头痛。

颈部疾病

颈椎病、颈部肌肉紧张等颈部疾病,也可引起头痛。如颈部疾病引起的头痛,可以用药物治疗和物理疗法进行治疗。药物治疗主要以止痛和抗炎为主,包括非甾体抗炎药、镇痛剂、肌肉松弛剂等;物理治疗包括电疗、理疗、热敷、冷敷等。

神经疾病

三叉神经痛也会引起头痛。对于三叉神经痛的治疗,临床上以药物治疗为主,也可以用封闭治疗、伽马刀治疗等。

环境因素

除了疾病因素之外,环境因素也会引起头痛。如高海拔环境,就会使人体缺氧,进而出现头痛。另外,有机磷、一氧化碳中毒等也会使人出现头痛。若是环境因素引起的头痛,首先要远离此环境,之后再根据身体症状进行相应处理。

除以上提到的病因外,耳朵和鼻子的炎症、部分牙齿疼痛、高血压病、低血糖、部分心血管疾病等也会引起头痛。

总之,不同类型的头痛需要针对病因进行治疗,患者自身不要随意诊断而胡乱用药,以免适得其反。当身体出现头痛症状时,患者应到正规医院就诊,遵照医嘱进行治疗;同时,自身养成良好的生活习惯,保持积极、向上的精神状态也至关重要。

作者供职于枣庄市中医医院

你真的会刷牙吗

□左静

对于人体健康来说,牙齿发挥着重要的作用。虽然人们已经意识到需要积极保护牙齿,但是在实际生活中,多种原因无法保证牙齿清洁效果。很多人虽然坚持每日刷牙,仍会有各种各样的口腔问题出现。很多人并未关注自身牙齿清洁的方法是否正确。本文我们一起了解一下如何正确刷牙。

为什么要刷牙

刷牙的主要目的是解决口腔卫生问题,通过刷牙能够清除口腔中的残留、牙齿污染物及牙菌斑,保持口腔健康和良好的口腔状态,避免发生口腔疾病,例如龋齿、牙周病等。

正确的刷牙方法

错误的刷牙方法,不但无法达到清洁效果,还会损伤牙齿表面的牙釉质,甚至伤及牙龈。口腔科医生一般建议大家竖着刷牙,每个牙齿的牙面要多刷几次,一方面能够更好地清除牙齿及缝隙间的残留物,达到清洁效果,另一方面能降

低牙齿磨损程度。如果长期用错误的方法刷牙,易造成磨损,导致牙根部损坏或萎缩,影响牙齿稳定性。部分患者牙齿出现疼痛感,就是因为不良习惯磨损导致的。

刷牙时间和力度

刷牙需要保持正确姿势,同时还要保证刷牙时间。在刷牙过程中,人们要认真清理每个齿面,一般一天刷牙2次即可保证口腔清洁程度。有人坚持饭后刷牙,这也没有必要,早晚刷牙、饭后漱口即可。清洁牙菌斑是刷牙的目的之一,菌斑的形成耗时在12个小时以上,每日多次刷牙甚至会增加牙齿磨损,导致牙齿敏感。

刷牙时并不是力气越大越好,刷牙姿势不正确,用力刷牙反而会损伤牙齿、牙龈、口腔黏膜。刷牙时,要注意用力适中,以能够保持牙齿清洁为标准,儿童最好在家长指导下进行,避免用力过大或过小。

牙刷、牙膏和水温的选择

为保证刷牙效果,牙膏的选择也至关重要。如果牙齿容易敏感,

重症慢阻肺的治疗和管理

□孙田霞

慢性阻塞性肺疾病,又称慢阻肺,以持续性气流受限为主要特征,可由慢性支气管炎和肺气肿逐渐发展而来,导致患者出现气道狭窄和呼吸困难等表现。重症慢阻肺患者会出现一些剧烈的咳嗽、咯痰、喘息和身体乏力,甚至可能出现一些严重的心力衰竭及肺部感染。慢阻肺常需长期治疗和管理,给患者的生活和工作造成较大的影响。

治疗方法

药物治疗 重症慢阻肺患者的主要治疗手段是服用药物。临床上常用药物有支气管扩张剂、糖皮质激素及抗生素等。支气管扩张剂能提高患者的肺活量,有助于减轻患者的呼吸困难等症状。

2型糖尿病患者在使用胰岛素治疗病情不稳定的情况下,如果采用双胍类药物,可以相应减少胰岛素的使用量。1型和2型糖尿病都可以使用α葡萄糖苷酶抑制剂进行治疗,但是要

临床上常用的氧气疗法有长期氧疗、夜间氧疗、间歇性氧疗等。

呼吸机治疗 呼吸机通气也是一种治疗慢阻肺行之有效的方法。尤其是针对重症慢阻肺患者,可以使用呼吸机帮助患者进行呼吸,从而减轻患者的呼吸困难症状。

手术治疗 在某些情况下,当保守治疗方式始终无法缓解重症慢阻肺患者的病情,可以采取手术治疗。比如,肺容积缩小手术可以帮助减轻肺气肿。如果,患者的慢阻肺症状非常严重,肺移植也是不错的选择。

预防与管理

重症慢阻肺的发生发展可能与空气污染、吸烟、烟雾、化学物质、微生物等因素有关。预防重症慢阻肺的发生,首先要注意保持室内空气流通,不要在密闭的空间里待太久。长期吸烟也是导致慢阻肺发生的主要原因,戒烟是重症慢阻肺治疗的一大关键措施。

重症慢阻肺患者要养成良好的饮食习惯,才能改善肺功能,保持身体健康;平时多吃一些富含维生素的水果和蔬菜,尽量不要吃高脂肪和高热量的食物。

平时,重症慢阻肺患者要做好常规的体检工作,身体不适及时到医院就诊。重症慢阻肺患者可通过呼吸练习,逐渐提高肺功能,缓解呼吸困难的情况。可通过物理治疗、运动训练、心理支持等康复治疗,提高生活质量,缓解呼吸困难的症状。同时,适当的运动可以增强患者的心肺功能,减缓病情的发展。

此外,社会相关部门还应加强健康教育,通过宣传教育等手段,提高公众对慢阻肺的认知水平,降低慢阻肺的发生率。

总之,慢阻肺是无法治愈的,而重症慢阻肺更会对患者的身心健康和生活质量造成很大的影响。患者除了改变不良生活习惯外,还需要及时治疗。

作者供职于内黄县人民医院

腹腔镜胆囊切除术有什么特点和优势

□孙振元

腹腔镜胆囊切除术是近年来常用的一种切除胆囊的方式。该手术由于创伤面积小、恢复周期短,被广泛应用于临床中。了解腹腔镜胆囊切除术的技术优势等有关常识,能够帮助患者在就诊时更好地配合医生工作,减少疾病对患者身体的影响。

腹腔镜胆囊切除手术

腹腔镜胆囊切除手术是微创下进行胆囊切除的一种手术方式。通常在胆囊周围开2个1厘米和0.5厘米的小切口,通过腹腔镜将胆囊动脉和胆总管夹紧,将胆囊与肝脏分离后取出。

腹腔镜胆囊切除手术用时较短,手术切口小,患者的疼痛感较轻,身体恢复快。腹腔镜胆囊切除手术已被广泛应用于临床中,受到广大患者的认同。

腹腔镜胆囊切除术属于一种微创手术,出血量比较少,一般不会对患者身体造成很大的影响。但是患者手术后仍然要做好日常护理工作,防止出现术后并发症。护理人员应及时用碘伏帮助患者对伤口进行消毒、换药,保持患者伤口的清洁、干净,促进患者的伤口愈合,避免发生感染。

此外,腹腔镜胆囊切除手术具有切口小、安全性高等特点。在通常情况下,腹腔镜胆囊切除手术患者短时间内可以适当下床活动,帮助胃肠功能恢复,缩短住院时间。腹腔镜胆囊切除手术对患者的身体条件要求相对较低,大部分患者都可以进行此手术。

手术优势

在做腹腔镜胆囊切除手术时,医生能有效地利用视野观察的优势,更直观地观察到患者腹腔内的情况,对胆囊及周围组织的状态进行判断,在对腹腔内其他组织伤害最小的情况下进行手术。

综上所述,了解腹腔镜胆囊切除术的特点和优势,医生与患者做好术前的沟通、准备等工作,能够减轻患者的心理压力,有利于手术的顺利进行。选择合适的手术方式,不仅能够提高手术安全性,还能节省患者的时间和精力。

作者供职于巨野县中医医院

糖尿病的早期症状及治疗

□高丽

糖尿病是一种代谢性疾病,主要以高血糖为特征。患者的胰岛素分泌缺陷,以及其他的生物作用受损等原因,都会引起糖尿病。如果长期血糖偏高,且没有及时治疗,对于心脏、血管还有肾脏及眼睛都会造成慢性的损伤,还会引起功能障碍,需要引起人们的重视。那么,糖尿病的早期症状有哪些,怎样治疗呢?下面我带大家详细地了解一下。

早期症状

糖尿病患者早期可能不会有明显的症状,但是如果出现严重高血糖的情况,则可能会有多饮、多尿、多食、消瘦等症状出现,这些

糖尿病的典型症状,一般在1型糖尿病的患者中容易出现。如果患者出现了酮症,或者是酮症酸中毒,多食、消瘦等症状更为明显。

另外,糖尿病的症状还有乏力、肥胖等,一般出现在2型糖尿病患者中,患者如果不能及时诊治,体重也会逐渐下降。

怎么治疗

目前,医学上没有根治糖尿病的方法,但是通过相应的方式,是可以控制血糖的,比如口服药物、饮食调理及运动治疗等。

2型糖尿病患者通过控制饮食,以及运动之后,如果疗效不是很满意,可以服用磺脲类的药物进

行治疗,同时也需要控制好饮食,让体重逐渐下降。

有严重肝损伤,或者肝功能不全的糖尿病患者,以及合并严重感染的患者,不宜服用磺脲类药物,可以改用胰岛素来治疗。糖尿病酮症,以及酮症酸中毒期间,也需要采用胰岛素类药物进行治疗。

肥胖型2型糖尿病患者,还可以采用双胍类降糖药进行治疗。1型糖尿病患者在使用胰岛素治疗病情不稳定的情况下,如果采用双胍类药物,可以相应减少胰岛素的使用量。1型和2型糖尿病都可以使用α葡萄糖苷酶抑制剂进行治疗,但是要

注意严格遵循医嘱用药。胰岛素制剂是糖尿病患者的常用药物,根据作用的时间,可以分为短效、中效及长效等,患者要注意合理用药。

注意事项

除了用药以外,糖尿病患者还需要增加运动,改善身体对胰岛素的敏感性,增强体力。适宜糖尿病患者运动的方式很多,比如跳舞、快走及跑步、游泳等。患者在饮食方面需要控制热量,根据身高、体重及活动量确定热量摄入量,不宜暴饮暴食。

糖尿病患者积极配合医生进行相应治疗的同时,注意放松心

情,不要有太大的心理压力,定期到医院检查。在用药方面,不能过量用药,更不能擅自用药,或者擅自停药,以免引起严重后果。

合理的饮食有利于控制血糖,糖尿病患者需要选择低碳水化合物、低脂肪、低热量的食物摄入,如新鲜的蔬菜水果、奶类、豆类等。糖尿病患者不宜吃糖分含量高的水果,比如榴莲、芒果等。糖尿病患者还要注意保证充足的睡眠,早睡早起,不要熬夜。患者如果出现身体不适,或者身体有其他异常症状出现,需要引起重视,及时到医院进行检查。

作者供职于河南省直第三人民医院