

心肌梗死的报警信号有哪些

□董志存

急性心肌梗死是冠状动脉急性、持续性缺血缺氧引起的心肌坏死,大多数患者有剧烈而持久的胸骨后疼痛,休息及硝酸酯类药物不能完全缓解疼痛,伴有血清心肌酶活性增高及进行性心电图变化,可并发心律失常、休克、心力衰竭等,危及生命安全。

心肌梗死的报警信号包括反复发作心绞痛、心律失常、气短、身体疼痛、胸闷、胸口出现被胶布缠绕感、头晕、左上肢无力、突然变懒、头痛、身体发热、嗓子疼、盗汗、恶心等。

心肌梗死最典型的症状是心绞痛,每一次心绞痛都可能是心肌梗死最后一次报警。

心脏的跳动一般是整齐且有规律的。情绪过激或者剧烈运动后会短暂出现心律不齐,但是休息后很快就能缓解。出现心肌梗死时,往往没有特殊的诱因,而是突然出现心律失常,并且休息也不能自行恢复正常。

即使患者不是很胖,平时也没有气短症状,最近却经常出现呼吸困难,有缺氧的感觉。

心肌梗死的疼痛比较剧烈,往往波及全身多个器官,比如牙齿、颈椎、肩膀、胳膊、胃部、腰部等。

很多人都有过胸闷的感觉,但是基本上是偶尔出现一次,而且这种感觉也不会随着时间的

推移而加重。如果胸闷症状持续,并且有逐渐加重的趋势,还伴发胸痛等症时,就要立即去医院或者拨打120急救电话。

患者总觉得胸口像是缠了一圈透明胶布,或者有一种被束缚感,这时要当心心肌梗死。

尽管头晕是很多疾病中都能见到的症状,但是也可能是心肌梗死的前兆。

患者总感觉左上肢无力,并且伴有酸麻胀痛的感觉,活动按摩都没有任何效果,这可能是心肌梗死的表现。

患者突然变懒,而且没有其

如果在睡觉的时候经常发生头痛,尤其是偏头痛,这可能不是头部问题,而是心脏出了问题。偏头痛和心脏异常都是自主神经系统失衡的结果。心肌梗死也会出现偏头痛,主要是心肌梗死前血管痉挛期,伴发脑血管痉挛所致。

在心肌梗死发作前,患者的白细胞会增多,红细胞会减少,这时就会出现身体发热症状。这种症状可能持续一两天,也可能持续一周。

心肌梗死来临前,除了有一些典型症状外,还会有一些不典型症状,比如嗓子疼,这也是心脏放射痛的一种。如果患者在

没有吃辣椒且没有感冒的情况下出现这种情况,一定要小心。

出汗是身体的常见现象,一般出汗都是在过度运动之后比较常见,通常额头较多,这与心肌梗死发作时的出汗部位不太一样。在心肌梗死发作前,头皮、脖子、后背、手心或者脚心都会大量出汗,尤其是睡觉时,更应该提高警惕,这些症状提醒大家猝死可能即将发生。

当心肌梗死疼痛影响到肠胃功能时,患者会频繁恶心、严重时出现呕吐。

因此,对于心肌梗死,大家要识别早期信号,以便早发现、早治疗。

(作者供职于阜外华中心血管病医院成人中心重症监护室)

在日常生活中,有很多人常常感到耳闷与耳痛,感觉耳内就像塞了一团棉花一样,自己讲话似乎感觉到声音在耳朵里。耳闷与耳痛时常伴有听力下降、耳鸣等症状,让人非常难受。那么,耳闷与耳痛到底是怎么回事呢?

什么是耳闷与耳痛

耳闷与耳痛是两种不同的耳部不适感觉。耳闷是耳朵有压力或堵塞的感觉,仿佛有东西堵住了耳道,导致听力模糊或听力受损,常常伴随着气压的改变、耳道堵塞、感冒、过敏、鼻窦炎、中耳炎等。耳痛则是指耳朵的疼痛感觉,可能是轻度的刺痛或剧烈的持续疼痛。

耳闷与耳痛的发病原因

中耳炎 中耳炎是由于细菌或病毒感染引起的中耳组织的炎症。这种炎症可导致中耳内的积液和炎症反应,引起耳闷与耳痛。

外耳炎 外耳炎是由于细菌或真菌感染引起的外耳道炎症。这种炎症可导致外耳道肿胀和堵塞,引起耳闷与耳痛。

鼻窦炎 鼻窦炎是鼻窦的感染和炎症。鼻窦炎会导致鼻塞、鼻腔分泌物增多,进而引起耳道阻塞和耳闷。

耳道堵塞 耳道堵塞可能由于耳垢堆积、外耳道肿胀、水进入耳中等引起,导致气压无法均衡,引起耳闷。

咽喉炎 咽喉炎是咽喉部位的炎症,炎症可能向上延伸至中耳,导致耳咽通道堵塞,引起耳闷与耳痛。

牙齿问题 智齿发炎、颞下颌关节炎等有时候会辐射至耳朵,引起耳痛。

长时间耳闷与耳痛有哪些危害

不适感和疼痛 耳闷与耳痛会给患者带来不适感和疼痛,影响日常生活和睡眠质量。

沟通困难 耳闷与耳痛可能导致听力下降,使沟通困难。同时,在工作、学习和社交方面可能受到影响。

心理影响 长时间耳闷与耳痛可能导致焦虑、失眠、情绪低落等心理问题。

健康问题加重 如果耳闷与耳痛是由其他健康问题(如中耳炎、鼻窦炎等)引起的,长时间得不到有效治疗就会导致健康问题加重。

社交障碍 耳闷与耳痛可能使患者在社交场合感到尴尬,影响社交活动和人际关系。

如何缓解耳闷与耳痛

进行热敷 在耳朵周围轻轻地敷上热毛巾或者使用热水袋进行热敷,可以促进血液循环,舒缓耳朵不适。

增加室内湿度 使用加湿器增加室内湿度,或者在水盆里放置一些水,增加空气湿度,减轻耳道干燥的不适感。

保持耳道清洁 定期清洁外耳道,但是不要使用尖锐的物体插入耳朵内部,以免损伤耳膜。

鼻腔通气 保持鼻腔通气有助于气压的正常调节,可以通过使用盐水洗鼻或者鼻腔喷雾保持鼻腔湿润。

避免耳朵进水 避免因耳朵进水引起感染,尤其是在游泳或洗澡时,要使用耳塞,避免长时间沉浸在水中。

避免嘈杂环境 长时间暴露在嘈杂的环境中可能导致耳朵疲劳和不适,患者要尽量避免暴露在噪音环境中。

如果患者的耳闷与耳痛的症状严重或持续存在,要及时咨询医生进行进一步诊断和治疗。

(作者供职于河南省安阳市内黄县人民医院耳鼻喉科)

耳闷与耳痛的发病原因及缓解方法

□杜仁盈

镇痛泵会影响刀口愈合吗

□方芳

持续给药的效果,使药物在血液内一直维持在一定的浓度范围内,具有良好的镇痛效果。

患者的疼痛感通常在术后第一天、第二天比较严重,这个阶段使用镇痛泵效果最佳,疼痛缓解后即可撤除镇痛泵。如果患者出现严重的不良反应,例如头晕、头痛、恶心、呕吐等,应及时停止使用或遵医嘱减慢给药速度。

术后镇痛的必要性

术后患者承受巨大的刀口痛苦,不仅会导致住院时间延长、运动能力下降、饮食不佳,还会引起

一系列心理问题,例如抑郁、焦虑,甚至丧失治疗信心。

术后,麻醉医师可根据患者的手术方式、个体差异,选择合适的镇痛药物,并设定镇痛泵的给药剂量;通常选择自动持续输注,或者由患者自控给药,这样可以有效满足患者对镇痛药物的个体化需求。

使用镇痛泵可以减轻术后刀口疼痛,帮助患者改善睡眠质量;同时,患者深呼吸和咳嗽时不必担心刀口疼痛而刻意忍着,有利于排痰,降低肺部感染风险。

疼痛减轻后,患者下床活动的意愿也会增强,有利于肠蠕动,促进尽早排气,可有效降低因长期卧床而产生静脉血栓的风险。

镇痛泵对刀口愈合的影响

正确使用镇痛泵可以明显减轻患者术后的疼痛程度。疼痛减轻后,患者的生理、心理负担都会减轻,这样既可以休息好,又能正常饮食,对患者术后刀口愈合有益无害。

镇痛泵可减轻患者的疼痛,促进患者早期下床活动,减少卧床时间,避免因长时间卧床导致深静脉血栓的发生率。尤其是

颈椎病的发病原因和康复建议

□费继明

颈椎病是一种多发于中老年人的颈椎退行性疾病,主要由颈椎的退化、增生、韧带肥厚等因素引起。

不同的临床类型

神经根型颈椎病 神经根型颈椎病是较常见的类型,通常是颈椎的结构问题压迫了支配上肢的神经根,导致患者出现上肢疼痛、麻木、无力等症状。

脊髓型颈椎病 脊髓型颈椎病通常会导致患者的脊髓受压,出现步态不稳、走路有踩棉花感、手持物品出现不稳等症状。随着病情的发展,患者可能出现四肢无力、步态异常等更加严重的症状。

交感型颈椎病 交感型颈椎病通常会会出现头晕、视物模糊、血压异常等症状,并且导致交感神经兴奋。

椎动脉型颈椎病 椎动脉型颈椎病患者会出现眩晕、晕厥等症,这些通常与颈椎的结构问题有关。

颈椎病的症状和类型因个体差异而有所不同,但是这些都与颈椎结构异常有关。因此,了解颈椎病的不同类型和症状,是确诊和治疗该疾病的关键。

颈椎病的康复方法

颈部功能锻炼 做一些颈部功能锻炼,如小飞燕、五点支撑法和三点支撑法,可以增加颈部的灵活性和稳定性,强化颈部肌肉,减少痉挛和疼痛感。

有氧运动 有氧运动对于颈椎康复非常重要,比如游泳等有氧活动,有助于改善颈部血液循环,促进颈部肌肉松弛,减轻酸痛感,增强颈椎的稳定性。

颈椎牵引 使用枕颌带进行颈椎牵引是一种有效的方法。患者每天可进行30分钟~60分钟的牵引,随后逐渐增加牵引的重量,但是应根据患者的舒适程度和医生的建议确定合适的牵引强度。

颈部肌肉推拿和按摩 接受专业的颈部肌肉按摩和推拿有助于疏通局部的血液循环,减轻肌肉紧张,促进患者康复。推拿和

按摩可以减轻颈部的不适感。

如何预防颈椎病

保持正确的坐姿 确保头部、颈部和胸部处于正常的生理曲线,以免坐姿不正确引发颈椎问题。

定期进行头颈部左右转动 特别是在长时间低头伏案后,要轻柔地进行头颈部左右转动。

进行耸肩运动 将肩膀向上耸起,使肩膀轻轻接触耳朵,然后放下,每组动作做十几次。

进行肩环绕运动 以肩关节为中心做环绕动作。

抬头望远 抬头望远可以有

效预防颈椎病,特别是在长时间低头工作后,这种方法有助于缓解颈部不适。

保持蛋白质的摄入量 大家可多食用牛奶、奶制品、海带、鱼虾、鸡蛋等富含蛋白质的食物。这些食物有助于预防骨质疏松,维护颈椎健康。

综上所述,颈椎病是一种常见的健康问题,而正确的康复训练和预防方法可以减轻相关症状,降低患病风险。因此,我们要关注颈部健康,从细节入手,有效预防颈椎病。

(作者供职于新乡市第一人民医院骨科)

如何防治干眼症

□高燕华

干眼症患者一般会出现眼部干涩感、异物感、烧灼感、疲劳感、不适感、眼红、视力波动等症状。

预防方法

经常眨眼 人的眼球表面有一层泪膜,这层泪膜是由水、脂质、泪腺分泌的泪水组成的。眨眼可以使泪水均匀地涂在角膜和结膜表面,形成一层保护膜,减少眼球表面水分蒸发。

增加空气湿度 人们可在办公室或家里放置加湿器,或使用空气净化器。另外,空调的出风口最好向下倾斜30度,这样可以减少室内湿度的影响。

减少用眼时间 连续用眼时间不超过40分钟,每隔1小时休息10分钟;不要在床上、沙发上

看书或者玩手机;不要长时间戴隐形眼镜。

控制饮食 多吃富含富含维生素A、维生素C、维生素E的食物,比如动物肝脏、蛋黄、瘦肉、牛奶等。

少戴隐形眼镜 隐形眼镜长期与眼表接触,容易导致干眼症。多做睑缘清洁 每天做2次~3次睑缘清洁,保持睑缘干净。这是预防和治疗干眼症的有效方法。

定期检查 每隔2个月~3个月就要去医院检查一次眼睛,及时了解眼睛的健康状况。

控制情绪 避免情绪激动、紧张焦虑,以免引起神经功能紊乱,导致泪液分泌不足。

注意休息 过度劳累和睡眠不足容易引起泪液质量下降。

适当锻炼 适当锻炼可以促进全身血液循环,改善眼睛的营养状态,提高泪液的分分泌质量。

治疗方法

润滑眼表 第一,使用人工泪液。人工泪液的主要功能是润滑眼表,是治疗干眼症的一线

药物,用于各种类型的干眼症。第二,使用促进泪液分泌的滴眼液。第三,使用促进眼表修复的滴眼液。以成纤维细胞生长因子、表皮生长因子、维生素A等为主要有效成分的滴眼液,具有促进上皮增生、维护眼表微环境的作用。第四,使用眼用血清制剂。自体血清和小牛血蛋白提取物眼部制剂含有各种生物活性成分,可以促进眼表上皮修复,改善眼表微环境,适用于伴有眼表上皮损伤、角膜神经痛等

药物,用于各种类型的干眼症。第二,使用促进泪液分泌的滴眼液。第三,使用促进眼表修复的滴眼液。以成纤维细胞生长因子、表皮生长因子、维生素A等为主要有效成分的滴眼液,具有促进上皮增生、维护眼表微环境的作用。第四,使用眼用血清制剂。自体血清和小牛血蛋白提取物眼部制剂含有各种生物活性成分,可以促进眼表上皮修复,改善眼表微环境,适用于伴有眼表上皮损伤、角膜神经痛等

药物,用于各种类型的干眼症。第二,使用促进泪液分泌的滴眼液。第三,使用促进眼表修复的滴眼液。以成纤维细胞生长因子、表皮生长因子、维生素A等为主要有效成分的滴眼液,具有促进上皮增生、维护眼表微环境的作用。第四,使用眼用血清制剂。自体血清和小牛血蛋白提取物眼部制剂含有各种生物活性成分,可以促进眼表上皮修复,改善眼表微环境,适用于伴有眼表上皮损伤、角膜神经痛等

药物,用于各种类型的干眼症。第二,使用促进泪液分泌的滴眼液。第三,使用促进眼表修复的滴眼液。以成纤维细胞生长因子、表皮生长因子、维生素A等为主要有效成分的滴眼液,具有促进上皮增生、维护眼表微环境的作用。第四,使用眼用血清制剂。自体血清和小牛血蛋白提取物眼部制剂含有各种生物活性成分,可以促进眼表上皮修复,改善眼表微环境,适用于伴有眼表上皮损伤、角膜神经痛等

泌尿系统结石的症状与治疗方法

□郭帅

泌尿系统结石是泌尿外科的常见病,多发病,发病率随着社会经济的发展和人口老龄化不断上升。据统计,我国每年泌尿系统结石的发病率为3%~4%。近年来,随着生活水平的不断提高,泌尿系统结石的发病率呈现不断上升趋势。目前,我国泌尿系统结石患者超过3000万人,每年因泌尿系统结石而引起的肾功能衰竭患者达到10万人。

泌尿系统结石的形成原因十分复杂,涉及多种因素,比如代谢异常、细菌感染等。其中,最主要的原因是尿液中的草酸盐或尿酸盐浓度过高,导致晶体形成和生长,最终形成结石。

泌尿系统结石的症状

泌尿系统结石的临床症状与结石的大小、成分和所在部位有关。小结石可能没有症状,或

者仅有轻微症状;稍微大一点儿的结石可引起绞痛或血尿;伴发感染时可出现尿频、尿急、尿痛等尿路刺激症状;较大的结石可引起梗阻或肾积水,出现相应部位的症状,如恶心、呕吐、腹胀等。有些患者还可能出现血尿。

医生可根据患者的具体情况选择适合的检查方式,比如X线检查、B超检查、CT(计算机断层成像)检查、MRI(磁共振成像)检查等。X线检查可观察到肾和输尿管的结构和形态变化,准确地判断结石的大小、位置,确定是单侧肾结石还是双侧肾结石。B超检查可观察到肾脏的大

小和形态,肾内是否有结石及其部位,同时可判断肾盂及输尿管有无扩张和积水,还可了解肾功能情况。CT检查能观察到肾脏内部的结构变化,显示肾盂和输尿管的情况。MRI检查可以显示肾脏内部的结构变化,对于诊断具有重要意义。

如何治疗泌尿系统结石

药物治疗 患者可以通过服用药物来缓解症状,一般需要连续服用一个月左右,主要是控制病情。另外,患者还要配合医生采取一些其他治疗措施,比如用中药排石通淋口服液进行治疗。

手术治疗 对于比较小的结石(直径小于0.5厘米的结石),可以通过体外碎石或者手术方式进行治疗。对于比较大的结石,一般需要采用开放手术的方法进行治疗。

微创治疗 微创治疗主要是通过一些先进的医疗设备进行治疗。这种方法只需要在患者的腰部进行穿刺,然后用一些特殊的器械将结石击碎,排出体外。但是,这种方法存在一定的风险,容易对肾脏造成损伤。

预防泌尿系统结石,可以多饮水,保持每天的尿量在2000毫升以上,保持肾功能正常,预防

泌尿系统感染;减少高嘌呤食物的摄入量,如动物内脏、海产品、啤酒等;加强锻炼,促进新陈代谢;不要服用富含草酸的食物,如菠菜等;注意饮食卫生,预防肠道寄生虫病等;积极治疗原发病。

随着生活习惯和饮食结构的变化,患泌尿系统结石(如肾结石、输尿管结石、膀胱结石、尿道结石等)的人越来越多。这些疾病严重影响了患者的生活质量,给患者带来了巨大痛苦。因此,人们了解泌尿系统结石相关知识很有必要。

(作者供职于聊城市人民医院)

因素引起的中度干眼症、重度干眼症。药物治疗 抗炎药物主要包括糖皮质激素、非甾体类抗炎药物和免疫抑制剂。

非药物治疗 干眼症也可用非药物治疗,包括物理治疗(主要包括睑缘清洁、热敷熏蒸、睑板腺按摩等)、强脉冲光治疗、热脉冲治疗、泪道堵塞或泪点封闭、使用湿房镜(适用于各种类型应用常规治疗方法效果不佳的干眼症患者)、使用治疗性角膜接触镜、手术治疗(主要包括睑缘缝合术、松弛结膜切除术、羊膜移植术和颌下腺及唇腺移植术)等方法。

(作者供职于山东省聊城市眼科医院)

谈谈手术室麻醉

□黄鸿明

麻醉是一种医学技术,旨在通过药物和其他方法减轻或消除患者在手术或其他医疗操作过程中的疼痛感觉,并保持其生命体征稳定。在手术室内,麻醉是一个至关重要的环节,它不仅与患者的病情和术后恢复密切相关,也涉及麻醉师、护士和其他技术人员共同组成的麻醉团队的配合。

准备工作

在手术前,麻醉师会进行患者评估和病史记录,了解患者的健康状况和可能存在的危险因素。他们会询问患者过去的疾病、过敏史、药物使用情况等信息。这些信息对于选择合适的麻醉药物和制订个性化麻醉计划至关重要。

此外,麻醉师还会告知患者关于术前的禁食时间。在通常情况下,手术需要空腹进行,以便减少麻醉过程中的呕吐风险。一般来说,固体食物在手术前6小时~8小时停止摄入,而透明的液体则可以在手术前2小时~3小时继续摄入。

麻醉过程

麻醉过程是手术过程中至关重要的一环。在手术开始之前,麻醉师会根据患者的具体情况选择合适的麻醉方式,较常见的是静脉麻醉和气管插管。静脉麻醉是通过注射药物实现全身麻醉效果。麻醉师会根据患者的年龄、身体状况、手术类型等因素确定麻醉药物的种类和剂量。这些药物可以让患者快速进入无意识和无痛状态,以便手术顺利进行。

为了确保患者的生命安全,麻醉师还会进行气管插管。气管插管是将一根柔软的管子插入患者的气管,并通过管子向患者输送麻醉药物和呼吸机所需的氧气。这样可以有效控制患者的呼吸,并确保患者能够维

麻醉风险

过敏反应 某些患者对麻醉药物可能存在过敏反应,包括皮肤瘙痒、呼吸困难等。麻醉师在手术前会仔细了解患者的过敏史,并采取相应的措施,预防过敏反应。

呼吸抑制 麻醉药物可能抑制患者的呼吸功能,特别是那些已有呼吸系统问题或肺部疾病的患者。麻醉师会密切监测患者的呼吸情况,并在需要时调整药物剂量。

血压变化 麻醉药物可能导致患者的血压升高或降低,会对心脏和循环系统产生不良影响。麻醉师会持续监测患者的血压,并在必要时采取措施,稳定患者的血压水平。

可能出现的并发症

喉痉挛 在气管插管过程中,患者可能出现喉部痉挛,导致呼吸困难。麻醉师会迅速采取解除喉痉挛措施,比如给予肌肉松弛药物。

气道损伤 长时间气管插管可能导致喉部损伤和炎症,造成声音嘶哑、喉痛等。麻醉师会选择合适的插管方法,并关注患者的喉部状况。

低血压 某些麻醉药物可能引起患者的血压降低,特别是在手术开始和结束时。麻醉师会调整药物剂量,给予液体支持,控制患者的血压水平。

(作者供职于海南省南宁市人民医院)