

体内有金属植入物 能做MRI检查吗

□文宝红

磁共振成像(MRI)检查是目前临床上常用的影像检查手段之一。MRI检查无电离辐射,被认为是一种安全的影像检查方法。但事实上,MRI场地中存在一些潜在风险,体内或体外的金属物可能对受检者、陪同家属、医护人员及在MRI场地中的其他工作人员造成伤害。

体内金属植入物不像体外金属物可以随时取出,而且随着医学与材料学的进步,体内有金属植入物的人越来越多。有心脏支架能不能做MRI检查?有人工关节能否做MRI检查?诸如此类问题一直困扰着广大患者与医务人员。《磁共振成像安全管理中国专家共识》就体内有常见金属植入物能否

做MRI检查,给予了以下建议:

动脉瘤夹 体内有强磁性材料的动脉瘤夹,禁止做MRI检查;体内有非磁性或弱磁性材料的动脉瘤夹,可做1.5T(含)以下的MRI检查。

心脏植入式电子设备 心脏植入式电子设备包括心脏起搏器、可植入式心律转复除颤器等。目前,临床上应用的大多数心脏植入式电子设备都不能与MRI兼容。但近年来越来越多的患者植入了MRI兼容起搏器。因此,带心脏植入式电子设备的患者在扫描前一定要咨询影像专家和心血管病专家。

人工耳蜗 MRI扫描可能会使人工耳蜗磁极发生翻转,需要

通过微创手术方法进行复位。建议患者在充分评估MRI检查的风险-获益比后进行MRI扫描。

骨科植入物 如果体内有骨科植入物如钢板、钢钉、螺钉以及各种人工关节等,一般可以做MRI检查,但植入物所在部位可能会出现伪影。

外科和介入所用器材 铁磁性的穿刺针在强磁场下可发生移位和偏移,带有磁性的设备可能发生偏移,具有很大的危险性。在各种MRI引导下的治疗中,所用的穿刺定位针、导管、微波治疗等设备均应是铁磁性的。

输液泵 输液泵由穿刺座和静脉导管系统组成,材料主要有合金、塑料等,呈非磁性和弱磁

性,因此进行MRI检查是安全的。带有胰岛素的患者在进行MRI检查前,应移除胰岛素。

牙科植入物 许多牙科植入物含有金属和合金,有些甚至呈铁磁性。由于种植牙已牢固地固定在牙槽骨上或黏合在相应的连接物上,具有很高的强度,通常在3.0T(含)以下场强的MRI设备中不会发生移动和变形,因此做MRI检查是安全的,但植入物所在部位可能会出现伪影,影响对颌面部的观察。

金属宫内节育器 如果体内有金属宫内节育器,可以做3.0T(含)以下MRI检查,但会产生伪影,会影响对子宫的观察。(作者供职于河南省郑州大学第一附属医院磁共振科)

市面上几乎所有的冠状动脉支架都可在3.0T(含)以下的MRI设备上进行检查。2007年前的外周动脉支架可能存在弱磁性,但通常认为在手术6周后也可以做MRI检查。

人工心脏瓣膜和瓣膜成形环 市面上几乎所有的人工心脏瓣膜和瓣膜成形环在3.0T及以下磁场中都是安全的,但由于厂家不同,产品也存在差异性,应在MRI检查前对材料进行确认。

磁性眼内植入物 因为磁性眼内植入物有可能在强磁场中发生移位,所以有磁性眼内植入物的患者不宜进行MRI检查。

(作者供职于河南省郑州大学第一附属医院磁共振科)

如何正确看待泌尿外科疾病

□王光文

泌尿外科疾病是一种常见的疾病,涉及人体泌尿系统的各个部位,包括肾脏、输尿管、膀胱、尿道等。由于泌尿系统在人体内具有重要的生理功能,因此泌尿外科疾病往往会对患者的生活质量产生严重影响。那么,如何正确看待泌尿外科疾病呢?本文将从以下几个方面进行科普。

认识泌尿外科疾病 泌尿外科疾病是指发生在泌尿系统的各种疾病,包括先天性畸形、感染性疾病、肿瘤等。这些疾病的病因复杂,病程长短不一,严重程度也各不相同。因此,要认识泌尿外科疾病,应先了解其病因、临床表现等方面的知识,以便及时发现和诊断这种疾病。

如何预防泌尿外科疾病 预防泌尿外科疾病,我们应该从以下几个方面入手:
养成良好的生活习惯 保持规律作息,保证充足的睡眠,避免熬夜;饮食要合理,多吃蔬菜、水果,少吃高脂肪、高盐食物;适当锻炼,增强体质,提高免疫力。
注意个人卫生 保持会阴部清洁

干燥,避免感染的发生;女性要注意月经期卫生,定期更换卫生巾;男性要注意前列腺保健,避免前列腺疾病的发生。

定期体检 定期进行泌尿系统相关检查,如尿常规检查、肾功能检查等,以便及时发现潜在的疾病。

正确对待泌尿外科疾病 面对泌尿外科疾病,我们应该正确对待,积极治疗。以下是一些建议:
及时就诊 一旦出现泌尿系统相关症状,如尿频、尿急、尿痛、血尿等,应尽快就诊,以免延误治疗时机。
选择正规的医院 到有资质的正规医院就诊,确保诊疗质量。
遵医嘱 在治疗过程中,要严格遵守医生的建议,按时服药,定期复查。
保持良好的心态 保持良好的心态,积极配合治疗,相信自己能够战胜疾病。

泌尿外科疾病的康复 泌尿外科疾病的康复是一个长期的过程,需要患者及其家属共同努力。以下是一些建议:
注意休息 在治疗期间,要保证充足的休息,避免过度劳累。

如何预防脊柱疾病

□秦峰

脊柱疾病是一类常见的疾病,包括颈椎病、腰椎病等。随着生活节奏的加快,人们长时间保持不良姿势,脊柱疾病的发病率呈逐年上升趋势。本文将从以下几个方面为大家普及脊柱疾病的预防知识。

正确的坐姿和站姿 长时间的不良坐姿和站姿是导致脊柱疾病的主要原因。因此,我们在日常生活中要注意保持正确的坐姿和站姿。正确的坐姿应该是:双脚平放在地上,双膝成90度角,背部紧贴椅背,头部正对着电脑屏幕,双手放在键盘上,保持肩部放松。正确的站姿应该是:双脚分开与肩同宽,双膝微屈,腰部自然挺直,收腹,肩部放松,头部正对前方。

保持良好的生活习惯 良好的生活习惯对于预防脊柱疾病至关重要。首先要保持规律作息,避免熬夜;其次,要保持饮食合理,营养均衡,多吃富含钙、磷、铁等矿物质的食物,以增强骨骼的健康;最后,要戒烟限酒。

加强锻炼,增强体质 适当的锻炼可以增强脊柱的稳定

性,预防脊柱疾病的发生。建议每天进行至少30分钟的有氧运动。此外,还可以进行一些针对脊柱的运动,如练习瑜伽等,可以帮助改善脊柱的柔韧性,增强肌肉力量,减轻脊柱的压力。

避免长时间保持同一姿势 长时间保持同一姿势会导致脊柱压力过大,加重脊柱的负担。因此,我们要尽量避免长时间保持同一姿势。在工作或学习时,每隔一小时就要站起来活动一下,做一些伸展运动,缓解脊柱的压力。

定期进行体检 定期进行体检可以及时发现脊柱疾病的早期症状,并采取相应的治疗措施。建议每年进行一次全面体检。
学会正确的搬重物方法 搬重物是导致腰椎病的一个重要原因。因此,我们要学会正确的搬重物方法。正确的搬重物方法是:先蹲下身子,用腿部的力量支撑身体将重物抬起,然后再站起来。这样可以避免腰部承受过大的压力,减少腰椎病的发生风险。

注意心理健康 心理健康对于预防脊柱疾病也是

非常重要的。长期精神压力大会导致肌肉紧张,加重脊柱的负担。因此,我们要学会调节自己的情绪,保持心情愉快。

选择合适的床垫和枕头 床垫和枕头对于保护脊柱健康非常重要。选择适合自己的床垫和枕头,可以为脊柱提供良好的支撑,减轻脊柱的压力。应该选择一个软硬度适中的床垫。枕头的高度要适中。

保持正确的睡眠姿势 睡眠姿势对于预防脊柱疾病同样重要。睡觉时,建议保持侧卧姿势,这样可以保持颈椎和腰椎的自然曲线,减轻脊柱的压力。要避免俯卧和仰卧,因为这些睡姿会导致颈椎和腰椎过度前倾或后仰,加重脊柱的负担。

总之,预防脊柱疾病需要我们从生活的方方面面入手,养成良好的生活习惯,加强锻炼,保持正确的姿势,定期进行体检等。只有这样,我们才能有效地预防脊柱疾病的发生,拥有健康的身体。(作者供职于山东省东营市胜利油田中心医院脊柱外科)

耳鼻喉科疾病与生活方式的关系

□陈晓亮

随着现代生活节奏的加快,人们的生活方式发生了很大的变化。不良的生活习惯和不健康的生活方式已经成为许多疾病的诱因,其中包括耳鼻喉科疾病。本文将探讨耳鼻喉科疾病与生活方式之间的关系,帮助大家了解如何通过改善生活方式来预防和治疗这些疾病。

耳鼻喉科疾病的概述 耳鼻喉科疾病是指发生在耳朵、鼻子和咽喉部位的疾病,包括中耳炎、鼻炎、咽炎、扁桃体炎等,主要表现为疼痛、发炎、肿胀等,严重影响患者的生活质量。

耳鼻喉科疾病与生活方式的关系 不良的饮食习惯 不良的饮食习惯会导致身体抵抗力下降,从而容易引发耳鼻喉科疾病。例如,过多摄入辛辣、油腻食物,会刺激胃黏膜,导致胃酸分泌过多,进而引发咽喉炎;过多摄入高糖食物,会导致血糖升高,加重炎症反应。

缺乏锻炼 现代人生活节奏快,工作压力大,缺乏锻炼,导致身体抵抗力下降,容易感染病毒和细菌,从而引发耳鼻喉科疾病。

吸烟和饮酒 吸烟和饮酒是许多耳鼻喉科疾病的诱因。吸烟会导致呼吸道黏膜受损,免疫力降低,容易引发咽喉炎等;饮酒会刺激胃黏膜,导致胃酸分泌过多,加重炎症反应。

长时间使用耳机 长时间使用耳机会导致耳朵长时间处于封闭状态,容易引发中耳炎、外耳道炎等疾病。此外,耳机音量过大还会损伤听力,加重耳病症状。

改变生活方式 **预防和治疗耳鼻喉科疾病** 均衡饮食 保持饮食营养均衡,多吃蔬菜、水果、粗粮等富含维生素和矿物质的食物,少吃辛辣、油腻、高糖食物。这样可以增强身体抵抗力,预防耳鼻喉科疾病。

加强锻炼 每天进行适量锻炼,比如散步、跑步、游泳等,可以增强免疫力,提高抵抗力,有助于预防耳鼻喉科疾病。

保证充足的睡眠 每天保证7小时~8小时睡眠,有助于身体的恢复和免疫力的提高,从而预防耳鼻喉科疾病。

戒烟限酒 戒烟限酒对预防和治疗耳鼻喉科疾病非常重要。戒烟可以减少呼吸道黏膜受损的风险,降低感染病毒、细菌的概率;限酒可以减轻胃黏膜的刺激,减少炎症反应。

合理使用耳机 避免长时间佩戴耳机,且音量不宜过大,以减少对耳朵的损伤。此外,要定期清洁耳机,避免耳朵发生感染。

总之,耳鼻喉科疾病与生活方式密切相关。通过改变不健康的生活方式,我们可以有效地预防和

过敏性鼻炎和感染性鼻炎的区别

□吴倩倩

鼻炎是一种常见病。根据病因和病理机制的不同,鼻炎可以分为过敏性鼻炎、感染性鼻炎等多种类型。本文将重点介绍过敏性鼻炎和感染性鼻炎的区别,帮助大家更好地了解这两种常见鼻炎的特点和治疗方法。

过敏性鼻炎 过敏性鼻炎是一种常见的慢性鼻炎。过敏性鼻炎的发病原因主要与遗传、环境、免疫系统等因素有关。

病因 过敏性鼻炎的主要病因是对某些外界物质过敏,如花粉、尘螨等。当这些致敏物质进入鼻腔时会刺激黏膜,产生大量的IgE(免疫球蛋白E)抗体,进而引发免疫反应,导致鼻腔黏膜

充血、水肿、分泌物增多等。

症状 过敏性鼻炎的主要症状包括鼻塞、流鼻涕、打喷嚏等。此外,过敏性鼻炎患者还可能

出现头痛、嗓子痛等症状。过敏性鼻炎的症状通常在接触致敏物质后迅速出现,脱离致敏物质后逐渐缓解。

诊断 过敏性鼻炎的诊断主要依据病史、临床症状和相关检查。常用的检查方法包括皮肤点刺试验、血清特异性IgE检测等。

治疗 过敏性鼻炎的治疗主要包括避免接触致敏物质、药物治疗和免疫治疗。在药物治疗中,常用的药物包括抗组胺药、糖皮质激素鼻喷雾剂等。免疫治疗

是通过逐渐增加致敏物质剂量的方法,使患者的免疫系统逐渐适应致敏物质,从而减轻症状。

感染性鼻炎 感染性鼻炎是由病毒、细菌等微生物感染引起的鼻腔黏膜炎症。感染性鼻炎的发病原因主要与病原体感染、鼻腔解剖结构异常、免疫力下降等因素有关。

病因 感染性鼻炎的主要病因是病毒、细菌、真菌等微生物感染。常见的病原体包括流感病毒、鼻病毒等。此外,鼻腔解剖结构异常和免疫力下降也可能增加感染性鼻炎的发病风险。

症状 感染性鼻炎的主要症状包括鼻塞、流鼻涕、打喷嚏、鼻痒等。另外,感染性鼻炎患者还

可能出现发热、头痛等症状。感染性鼻炎的症状通常在病原体感染后迅速出现,病程较短。

诊断 感染性鼻炎的诊断主要依据病史、临床症状和相关检查。常用的检查方法包括鼻咽拭子培养、血常规检查等。

治疗 感染性鼻炎的治疗主要包括抗病毒药物、抗生素治疗和对症治疗。抗病毒药物主要用于治疗病毒性感染;抗生素主要用于治疗细菌性感染;对症治疗主要包括解热镇痛、鼻腔冲洗等。

过敏性鼻炎与感染性鼻炎的区别 **病因** 过敏性鼻炎的主要病因是对某些外界物质过敏,而感染性鼻炎的主要病因是病毒、细

菌等微生物感染。

症状 过敏性鼻炎的症状通常在接触致敏物质后迅速出现,脱离致敏物质后逐渐缓解;而感染性鼻炎的症状通常在病原体感染后迅速出现,病程较短。

诊断 过敏性鼻炎的诊断主要依据病史、临床症状和相关检查;而感染性鼻炎的诊断主要依据病史、临床症状和相关检查,以及病原体检查结果。

治疗 过敏性鼻炎的治疗主要包括避免接触致敏物质、药物治疗和免疫治疗;而感染性鼻炎的治疗主要包括抗病毒药物、抗生素治疗和对症治疗。(作者供职于山东省东营市广饶县人民医院耳鼻喉科)

心肺复苏术的实施步骤

心肺复苏术是一项重要的急救技能,主要用于抢救心脏骤停的患者。实施心肺复苏术时,需要按照以下步骤进行:

判断患者有无意识和呼吸 轻拍患者的肩膀,大声询问患者状况,同时观察患者的胸部是否有起伏。

拨打急救电话 如果患者无意识且无呼吸,立即拨打急救电话。

胸外按压 将患者平放在硬地面上,施救者双手交叠,掌根位于患者胸骨下半段,用力向下按压,按压深度5厘米~6厘米,按压频率100次/分钟~120次/分钟。

人工呼吸 每进行30次胸外按压后,开放患者气道,给予两次人工呼吸。

止血与包扎的基本方法

基本的止血与包扎方法如下:
直接加压止血 用干净的纱布或绷带直接覆盖在伤口上,用力加压包扎,以减缓或阻止伤口出血。

抬高伤肢 将受伤部位抬高至心脏水平以上,有助于减缓出血。

使用止血带 在严重出血且其他方法无效时,可使用止血带止血。将止血带紧紧绑在伤口近端肢体上,注意标记使用时间和止血带位置。止血带每30分钟松解一次,以恢复血液循环。

烧烫伤的处理

冷却伤口 将受伤部位迅速浸入冷水中或者用冷水冲洗受伤部位,以降低皮肤温度,减轻疼痛。

去除衣物和饰品 轻轻去除附着在伤口上的衣物和饰品,避免进一步损伤皮肤。

涂抹药膏 涂抹适量的抗生素药膏或烧伤膏,有助于预防感染和促进伤口愈合。

包扎伤口 用无菌纱布轻轻包扎伤口,避免将纱布直接粘附在受伤的皮肤上。定期更换纱布并检查伤口情况。

异物卡喉处理

异物卡喉可能导致窒息,甚至危及生命。以下是正确的异物卡喉处理方法:
判断情况 观察患者是否有咳嗽、呼吸困难或无法说话等异物卡喉的症状。

实施背部拍击法 施救者站在患者身后,用一侧手臂环绕患者腰部,另一只手握拳放在患者的上腹部与胸骨之间的位置,用力向内、向上快速挤压5次。

实施腹部挤压法 若背部拍击法无效,可将患者仰卧在地面上,施救者跪在患者一侧或骑跨在患者腰部,一只手掌根部放在患者上腹部与胸骨之间的位置,另一只手掌重叠其上,用力向内、向上快速挤压5次。

寻求专业救助 若应用上述方法仍无法排出异物,应立即拨打急救电话,寻求专业人员救助。

中毒的处理步骤

中毒可能是因误食、误吸或皮肤接触有毒物质等原因引起的。以下是中毒处理的基本步骤:
立即远离毒源 将患者迅速带离有毒环境,避免接触有毒物质。若有毒物质附着在皮肤或衣物上,立即脱去污染衣物并用清水冲洗皮肤。

拨打急救电话 向急救人员报告情况并等待救援。

了解毒物信息 尽可能了解中毒的原因及毒物性质等信息,以便急救人员准确施救。若患者意识清醒,可询问患者症状及毒物来源等信息。

采取急救措施 根据中毒的原因和患者出现的症状,采取相应的急救措施如催吐等。需要注意的是,并非所有的中毒都适合催吐,即使催吐,也应在专业医生的指导下操作。在等待急救人员到来之前,尽量保持患者的呼吸道通畅,并密切观察其生命体征变化。(作者供职于山东省枣庄市立医院急诊科)

老年胃肠功能紊乱的治疗方法

□张明静

胃肠功能紊乱又称胃肠神经官能症,是近年来发病率较高的一种疾病。如果患了胃肠功能紊乱,就会出现泛酸、厌食、腹胀、腹泻等一系列症状,给人们的生活和工作造成很大的影响,因此,要及时治疗,争取早日恢复。

老年胃肠功能紊乱的症状 **胃不舒服** 如果老年人有胃不舒服的症状,如胃胀气、疼痛等就需要提高警惕。这些症状会在用餐后发生,并且会持续较长时间,会对老年人的日常生活造成一定的影响。

腹泻或便秘 老年人出现腹泻或者便秘,主要是因为他们的胃肠功能紊乱导致的。如果老年人出现腹泻的情况,要考虑肠道感染或者食物中毒等情况,平时要注意保持饮食卫生。长时间坐着不动、饮食中缺乏膳食纤维等都会引起便秘。

消化不良 恶心、呕吐、腹胀等也是老年人比较常见的表现。饮食过量、饮食不规律、消化系统疾病等均可引起上述症状。老年人平时不要多吃辛辣、油腻、高糖、高脂肪的食物。

胃溃疡 胃溃疡多见于上年纪的人。胃酸、胃蛋白酶等消化液进入胃黏膜下层,会导致胃溃疡的发生。老年人胃溃疡的发生与各种因素有关,如对胃黏膜的刺激、处于饥饿状态等。胃溃疡患者经常会出现胃酸反流、胃痛等症状,对身体有很大的影响。

消化道出血 消化道出血是老年患者比较常见的一种表

现,主要是因为消化道黏膜屏障功能较差,容易受多种因素影响,从而引起消化道出血。

老年胃肠功能紊乱的治疗方法 **药物治疗** 如果老年人出现胃肠功能紊乱,不要过于紧张,要及时就医。在医生的指导下口服益生菌等助消化类的药物,可以加快胃肠的消化吸收,缓解各种不适症状。

心理治疗 精神因素是发生胃肠功能紊乱的主要诱因。若老年人长期焦虑、紧张,会影响胃肠功能,从而导致胃肠功能紊乱。因此,治病的关键在于精神放松。不良情绪得以改善,病情也会随之好转。

调整生活方式 保持良好的生活习惯非常重要。随着年龄的增长,老年人的胃肠消化能力下降,在这种情况下,要注意保持健康的生活方式,早睡早起,每天坚持运动。要注意合理饮食,保证充足的营养,以营养丰富、残渣少、易消化、刺激性小的食物为宜。尽量避免食用辛辣、油腻的食物等,避免喝浓茶、浓咖啡等。此外,要保持良好的饮食习惯,每天进食应定时定量,不暴饮暴食,避免摄入过冷或过热的食物。如果便秘,可多食用高纤维食物;如果腹泻,应避免摄入刺激性食物。

无论是年轻人还是老年人,面对胃肠功能紊乱,都要保持乐观、积极的态度,及时到医院就诊,并且在医生的指导下规范治疗。良好的心态是治疗的良药。

(作者供职于贵州省安顺市人民医院)

掌握这些急救技巧 关键时刻能救命

□徐晓燕