

基层适宜技术

黄疸的诊断和治疗方法

黄疸是指因血清中的胆红素升高,引起皮肤、黏膜及巩膜黄染等症状和体征。在正常情况下,血液中的总胆红素最高为17.1微摩尔/升(1.0毫克/分升),其中结合胆红素3.42微摩尔/升(0.2毫克/分升),非结合胆红素13.68微摩尔/升(0.8毫克/分升)。若血胆红素在17.1微摩尔/升~34.2微摩尔/升(1.0毫克/分升~2.0毫克/分升),临床上不易察觉,称为隐性黄疸;血胆红素超过34.2微摩尔/升(2.0毫克/分升),巩膜及皮肤出现黄疸,称为显性黄疸。

按病因分类,黄疸可分为溶血性黄疸、肝细胞性黄疸、胆汁瘀积性黄疸、先天性非溶血性黄疸。临床上以前3类较为多见。按胆红素性质分类,分为以非结合胆红素增高为主的黄疸和以结合胆红素增高为主的黄疸。

血液中胆红素增加而胆酸正常,称为高胆红素血症;血液中胆酸增高而胆红素正常,称为胆汁瘀积。若血液中两者都增高,则称为胆汁瘀积性黄疸。

常见病因
溶血性黄疸 由大量红细胞破坏导致大量非结合胆红素形

成,并在血液中滞留;见于先天性和后天性溶血性疾病,如不同血型输血后溶血、自身免疫性溶血、毒蛇咬伤及毒蕈中毒等。

肝细胞性黄疸 肝细胞受损后对胆红素的摄取、结合、排泄能力均降低,从而使非结合胆红素在血液中滞留、结合胆红素反流入血,故血液中结合胆红素和非结合胆红素均升高;见于多种致肝细胞广泛损害的疾病,如病毒性肝炎、药物性肝损伤等。

胆汁瘀积性黄疸 胆道梗阻造成胆红素反流入血,以结合胆红素升高为主;可由肝、胆、胰腺等炎症、狭窄、结石、肿瘤、寄生虫等肝内外性因素所致。

先天性非溶血性黄疸 肝细胞对胆红素的摄取、结合和(或)分泌存在缺陷。临床上有体质性肝功能不良性黄疸、小儿黄疸肝色素沉着综合征、慢性特发性黄疸、特发性黄疸。本组疾病临床较少见。

临床特点
不同类型黄疸的临床特点
溶血性黄疸:通常皮肤、黏膜呈浅柠檬色。急性溶血可伴有发

热、寒战、呕吐、腰背痛,并可出现不同程度的贫血和血胆蛋白尿(尿液呈酱油色或茶色)。

肝细胞性黄疸:皮肤、黏膜呈浅黄色至深黄色,患者常感疲乏、食欲减退。

胆汁瘀积性黄疸:皮肤多呈暗黄色或黄绿色,可伴有皮肤瘙痒,尿色深,粪便颜色变浅或呈白陶土色。

不同疾病黄疸进展的形式

进行性黄疸:黄疸持续并逐步加深,应考虑由肿瘤所致的胆汁瘀积性黄疸或重症肝炎。

间歇性黄疸:黄疸有波动,有几种可能性。胆管结石、胆总管炎性狭窄;十二指肠乳头肿瘤,当肿瘤组织坏死、脱落时,黄疸可一过性减轻;一些肝炎患者的黄疸可出现反复;药物性肝损伤所致的黄疸临床较常见,其特点为发病前有明确的服药史,多伴有肝大,全身症状常不明显,停药后黄疸可逐渐消失。

诊断思路
病史采集
诱因:有无暴饮暴食、进食不洁饮食、饮酒、服药、劳累、剧烈运动、输血;是否过量进食含有胡萝

卜素的食物。

黄疸起病急或缓,呈进行性加重或波动性;皮肤、巩膜颜色,黄染的部位及程度;尿液颜色及尿量,粪便颜色(是否有陶土样粪便)。

伴随症状及相关疾病的特点:1.有无发热,发热和黄疸出现的顺序。黄疸伴发热多见于肝胆系统炎症或其他部位感染。病毒性肝炎患者常先发热后出现黄疸,其特点是平素健康者出现发热、疲乏、肝区不适及消化不良症状。2.有无腹痛,腹痛部位及程度。黄疸伴右上腹剧烈疼痛时,应考虑有胆道结石、蛔虫及肝脓肿的可能性。黄疸伴右上腹剧痛、寒战高热,即“查科三联征”,提示急性胆管炎。3.是否伴有皮肤感觉异常。黄疸伴皮肤瘙痒、尿色深黄、粪便颜色变浅,提示有胆道梗阻、胆汁瘀积。

诊治经过:患者是否曾到医院就诊,做过哪些检查,如血常规、尿常规、粪常规,肝功能,血、尿胆红素及影像学检查,包括腹部B超、腹部CT(计算机层析成像)等,结果如何。是否接受治疗,如保肝、利胆、抗菌药物等治疗,疗效如何。

患病以后一般情况:包括精神、饮食、睡眠、大小便和体重变化。
其他相关病史问诊:1.有无药物过敏史。
其他相关病史:有无肝病及胰腺、胆道疾病(如胆石症、胆道蛔虫症)、血液病(溶血性贫血)、心血管疾病、血脂异常及肿瘤史;有无手术、外伤及输血史,有无烟酒嗜好;有无与肝炎患者接触史、流行病区居住及疫水接触史;有无家族及遗传病史。

体格检查
1.生命体征,皮肤、巩膜、黏膜颜色、营养及意识状况。
2.腹部阳性体征:伴肝肿大。若轻度至中度肿大,质地软而光滑,常见于急性肝炎、急性胆系感染或梗阻;如肝脏进行性肿大,质地坚硬,表面结节状,可见于肝癌。肝脏质地较硬、边缘不整齐,表面小结节感,常见于肝硬化;伴无痛性胆囊肿大,常提示胆总管梗阻、胰头癌、壶腹癌、胆总管癌等引起肝外胆管梗阻的疾病;脾肿大,可见于肝硬化、钩端螺旋体病、疟疾;伴腹水,可见于重症肝炎、重症急性胰腺炎、肝硬化失代偿期、肝癌。
放射治疗 对于一些恶性甲状腺结节或无法手术的患者,放射治疗是常用的治疗方法。放射治疗可以缩小结节、缓解症状,但也有一定的副作用和风险,需要在医生的指导下进行。
消融治疗 消融治疗是一种新型的治疗方法,利用消融技术将结节逐渐溶解并吸收。消融治疗具有创伤小、恢复快、不留瘢痕等优点,但也有一定的复发风险,需要在医生的指导下进行。
消融治疗 消融治疗是一种新型的治疗方法,利用消融技术将结节逐渐溶解并吸收。消融治疗具有创伤小、恢复快、不留瘢痕等优点,但也有一定的复发风险,需要在医生的指导下进行。
消融治疗 消融治疗是一种新型的治疗方法,利用消融技术将结节逐渐溶解并吸收。消融治疗具有创伤小、恢复快、不留瘢痕等优点,但也有一定的复发风险,需要在医生的指导下进行。

药物治疗 对于一些良性甲状腺结节,药物治疗可以缩小结节、缓解症状。常用的药物有甲状腺素、糖皮质激素等。药物治疗需要遵医嘱进行,并定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。
手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。

手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。
手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。
手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。

手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。
手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。

手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。
手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。

手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。
手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。

手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。

每周一练 (感染性疾病)

一、典型高热惊厥的表现中,哪项不符合
A.体温骤升至39摄氏度
B.呈强直、阵挛性发作
C.惊厥持续>10分钟
D.发作后短暂嗜睡
E.发病年龄多在6个月~5岁
二、患者为女性,5岁,发热,体温38摄氏度,发热1天后出疹,从面部开始,24小时皮疹遍布全身,72小时皮疹消退,枕后、耳后淋巴结肿大。最可能的诊断是
A.幼儿急疹
B.猩红热
C.手足口病
D.风疹
E.麻疹
三、患者为女性,7岁,发热伴腹痛半天,抽搐1次,呕吐2次,体温40摄氏度,血压60/30毫米汞柱(1毫米汞柱=133.322帕),面色苍白,四肢湿冷,呼吸急促,心率快,腹平软,脐周压痛,肠鸣音活跃,脑膜刺激征阴性。最可能的诊断是
A.中毒型细菌性痢疾
B.麻疹
C.化脓性脑膜炎
D.热性惊厥
E.急性胃炎
四、患者为女性,7岁,发热伴腹痛半天,抽搐1次,呕吐2次,体温40摄氏度,血压60/30毫米汞柱,面色苍白,四肢湿冷,呼吸急促,心率快,腹平软,脐周压痛,肠鸣音活跃,脑膜刺激征阴性。应立即做的检查是
A.脑电图
B.血常规
C.头颅CT
D.粪常规
E.腹部B超
六、小儿重症手足口病的病原体多为
A.肠道病毒71型
B.柯萨奇病毒A组16型
C.轮状病毒
D.埃可病毒
E.人疱疹病毒6型

本期答案			
一、C	二、D	三、A	四、A
五、D	六、A		

腰椎间盘突出症的病因和治疗方法

□权玉俊

腰椎间盘突出症是一种常见的脊柱疾病,主要由于腰椎间盘突出退行性病变和慢性损伤导致。这种疾病通常会导致腰痛、坐骨神经痛和腿部麻木等症状。了解腰椎间盘突出症的病因和康复治疗方法,对于预防和治疗这种疾病非常重要。下面,本文将主要介绍腰椎间盘突出症的病因和治疗方法。

病因
腰椎间盘突出退行性病变 随着年龄的增长,腰椎间盘突出逐渐失去水分和弹性,导致腰椎间盘突出退行性病变。这是引发腰椎间盘突出症的主要原因之一。
慢性损伤 长期反复的腰部劳损、过度使用或姿势不正确等,可能导致腰椎间盘突出慢性损伤,从而引发腰椎间盘突出症。

遗传因素 某些人可能天生存在腰椎间盘突出纤维环薄弱或椎间关节稳定性差等遗传因素,容易患上腰椎间盘突出症。
其他因素 吸烟、肥胖、妊娠等,都有可能增加患腰椎间盘突出症的风险。

腰椎间盘突出症的治疗方法 包括药物治疗、物理治疗、运动治疗和牵引治疗等。
药物治疗 腰椎间盘突出症患者可以在医生指导下使用非甾体类抗炎药物、肌肉松弛剂等进行治疗,以缓解疼痛和消炎。

物理治疗 如电疗、热疗、牵引等物理治疗方法,可以缓解疼痛和减轻炎症。
运动治疗 腰椎间盘突出症患者可以在康复后可以适度运动,如小燕飞、五点支撑等动作,以加强腰背部肌肉的力量,提高腰椎的稳定性。

牵引治疗 牵引治疗是指利用特殊的器械,对腰椎关节及骨骼进行牵引的治疗方法。牵引治疗可以使腰部软组织、腰椎得到拉伸和分离,缓解神经根的压迫、肌肉痉挛等,同时还可以缓解骨折后引发的剧烈疼痛,提升关节的活动度。

预防
保持正确的坐姿和站姿 保持正确的坐姿、站姿和行走姿势,避免长时间保持同一姿势,尤其是长时间弯腰或扭转腰部。
适度运动 适度运动可以增强腰部肌肉的力量,提高腰椎的稳定性。
控制体重 肥胖会增加腰椎的负担。因此,控制体重可以预防腰椎间盘突出症。
合理安排工作和休息时间 长时间保持同一姿势或重体力劳动,会增加腰椎间盘的压力。合理安排工作和休息时间,可以缓解腰部的紧张和压力。

定期检查 定期进行体检,可以及早发现腰椎间盘突出症,及时进行治疗。
保护腰部 在进行体育运动、重体力活动或有潜在危险活动的时候,使用合适的保护装备,如腰带或护腰器具,以减少对腰椎间盘的冲击和损伤。

总之,了解腰椎间盘突出症的病因和康复治疗方法,对预防和治疗该疾病非常重要。通过保持正确的坐姿和站姿、适度运动、控制体重、避免过度劳累和定期检查等措施,可以预防和治疗腰椎间盘突出症。如果大家有任何疑问或症状,应尽早咨询专业医生进行诊断和治疗。

(作者供职于山东省济宁市第二人民医院)

甲状腺结节知多少

□邵明杨

甲状腺结节是一种常见的甲状腺疾病,早期发现和治疗对于控制疾病发展和预防并发症具有重要意义。本文主要介绍甲状腺结节的早期症状、帮助人们及时发现和治疗该疾病。

早期症状
甲状腺结节的早期症状通常比较轻微,容易被人忽略。以下是一些常见的甲状腺结节的早期症状。
颈部不适 甲状腺结节可以引起颈部的不适感,表现为颈部肿胀、疼痛或僵硬等。这种不适感可能会随着吞咽动作而加重。
呼吸困难 当甲状腺结节生长较大时,可能会压迫气管,导致呼吸困难。患者可能会感到在活动或躺下时呼吸不畅,严重时甚至会影响睡眠。
声音嘶哑 甲状腺结节压迫喉返神经,可能导致声音嘶哑。患者可能感到喉咙有异物感或刺痛感,

发音困难或声音改变。

吞咽困难 甲状腺结节压迫食管,可能会导致吞咽困难。患者可能感到在进食或饮水时出现哽噎感或疼痛感。
颈部淋巴结肿大 甲状腺结节可能伴随颈部淋巴结的肿大。患者可以触摸到颈部淋巴结硬块,并可能感到淋巴结的疼痛或压痛。

预防措施
预防甲状腺结节需要注意以下几点。

保持健康的生活方式 保持充足的睡眠、适度运动、营养均衡的饮食和良好的心态等,均有助于预防甲状腺结节。
控制不良情绪 长期情绪紧张、压力过大是甲状腺结节发生的一个重要因素。因此,学会调节情绪、减轻压力,有助于预防甲状腺结节。

避免接触放射线 长时间接触放射线是甲状腺结节发生的一个高危因素。因此,尽量避免接触放射线,特别是儿童和青少年人群。
定期体检 定期进行甲状腺检查可以尽早发现甲状腺结节,并采取相应的治疗措施。建议成年人每年进行一次甲状腺检查。

治疗方法
对于甲状腺结节的治疗,需要根据结节的性质、大小、位置,以及患者的症状等因素综合考虑。以下是一些常见的甲状腺结节治疗

方法。
药物治疗 对于一些良性甲状腺结节,药物治疗可以缩小结节、缓解症状。常用的药物有甲状腺素、糖皮质激素等。药物治疗需要遵医嘱进行,并定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。
手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。

手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。
手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。

手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。
手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。

手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。
手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。

手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。
手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。

手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。
手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。

手术治疗 对于较大、有恶性可能的甲状腺结节或症状严重的患者,手术治疗是常见的治疗方法。手术方式包括甲状腺部分切除术、甲状腺全切术等,具体的手术方式需要根据患者的具体情况和医生的建议来确定。手术后,患者需要定期进行甲状腺功能检查,及时调整药物剂量。

如何有效预防肿瘤

□郭风云

肿瘤是当今社会面临的一大健康挑战。通过早发现、早诊断和早治疗,人们可以有效应对肿瘤,提高治愈率。

肿瘤早期属于可治愈性阶段。因此,及早发现肿瘤非常重要。大多数肿瘤在早期没有明显的症状,因此需要人们主动观察身体变化(如乳腺癌,需要检查乳房是否有结节;肝癌,需要留意腹部是否有包块等)。通过常规检查,人们可以尽早发现肿瘤。

随着现代医疗技术的发展,更为先进的检查设备与治疗方法,为早期肿瘤的诊断提供了便捷。MRI(磁共振成像)、CT

(计算机层析成像)、PET-CT(正电子发射计算机断层成像)等技术能够清晰显示肿瘤的位置和大小,有助于医生做出准确的诊断;血液检测中的肿瘤标志物及基因检测等,也能辅助确诊。因此,如果人们发现身体出现异常或有肿瘤家族史,建议尽早到医院进行相关检查,通过科学手段明确是否罹患肿瘤。

肿瘤早期的治疗效果比较好。根据肿瘤类型和分期,医生会制定个性化的治疗方案,如手术切除、化疗、放疗、靶向治疗等。随着现代医学的进步,一些靶向治疗药物的出现使得治疗

效果大大提升。对于某些肿瘤,免疫疗法也显示出了广阔的前景。最关键的是,早期肿瘤患者积极配合医生的治疗计划,往往能获得比较好的治疗效果。

除了早发现、早诊断和早治疗外,保持健康的生活方式也是预防肿瘤的重要一环。保持营养均衡的饮食、适度运动、规律的作息和良好的心态,均有助于提高机体免疫力,降低肿瘤发生率。

合理饮食 食物是身体获取营养的主要方式。人们应该尽量选择新鲜、品种多样化的食物,少吃油炸、烧烤等高热量、高脂肪食物,控制糖分和盐分的摄

入量;多食用富含膳食纤维、维生素和矿物质的食物,如蔬菜、水果、全谷类和豆类等;此外,适量摄入抗氧化物质,如维生素C、维生素E和β-胡萝卜素等,有助于抵抗自由基对细胞的损害,预防细胞突变。

适度运动 长期坚持适度运动是保持身体健康的重要方式之一,如快走、慢跑、游泳或骑自行车等有氧运动,可以提高心肺功能、增强体质,同时也有助于控制体重,降低血压和血脂水平。有关研究结果显示,长期坚持适度运动可以降低患乳腺癌、结直肠癌等多种肿瘤的风险。

规律作息 保持良好的作息