

胃炎的预防和诊断

□秦楠

胃炎是一种常见的消化系统疾病，影响我们的身体健康。

胃炎的发生往往与多种因素相关，如幽门螺杆菌感染、药物刺激、不良饮食习惯、长期精神紧张等。这些因素作用于胃黏膜，导致一系列病理改变。

幽门螺杆菌感染是导致胃炎的重要原因之一。幽门螺杆菌能够在胃黏膜表面，分泌一些有害物质，如尿素酶、细胞毒素等。尿素酶会分解尿素，产生氨，中和胃酸，为细菌创造适宜的生长环境。同时，细胞毒素会损伤胃黏膜上皮细胞，引起炎症反应。长期感染会使胃黏膜出现慢性炎症，表现为黏膜固有

层内的淋巴细胞、浆细胞等炎症细胞浸润，胃黏膜腺体逐渐萎缩。

药物刺激也会导致胃炎。例如，长期服用非甾体抗炎药，如阿司匹林、布洛芬等，会抑制胃黏膜前列腺素的合成。前列腺素具有保护胃黏膜的作用，其合成减少会削弱胃黏膜的屏障功能，使胃酸和胃蛋白酶更容易侵袭胃黏膜，导致胃黏膜损伤和炎症。

不良饮食习惯同样会引发胃炎。过度饮酒、吸烟、暴饮暴食，长期食用辛辣、油腻、刺激性食物等，都会刺激胃黏膜，造成损伤。酒精可以破坏胃黏膜表

面的黏液层，使胃酸直接接触和损伤胃黏膜。长期不良饮食习惯会使胃黏膜出现急性炎症，表现为胃黏膜充血、水肿、出血，甚至糜烂。

在病理变化上，急性胃炎主要表现为胃黏膜充血、水肿、出血和糜烂。胃黏膜表面可见点状或片状的出血灶，严重时可能形成广泛的糜烂。此时，患者可能会出现上腹部疼痛、恶心、呕吐、黑便等症状。

慢性胃炎的形成是一个逐渐发展的过程。早期，可能仅表现为胃黏膜浅层的炎症细胞浸润，随着病情进展，炎症逐渐向深层蔓延，胃黏膜腺体逐渐减少，出现

萎缩性改变。若胃黏膜上皮细胞发生化生，如肠上皮化生或假幽门腺化生，则提示病情进一步加重。另外，慢性胃炎还可能伴有不同程度的淋巴滤泡形成和纤维组织增生。

除了上述常见的类型，还有一些特殊类型的胃炎，如自身免疫性胃炎。这是由于自身免疫机制异常导致的。自身免疫性胃炎患者体内产生针对胃黏膜细胞的自身抗体，破坏胃黏膜，导致胃酸分泌减少、内因子缺乏，影响维生素B₁₂的吸收，从而引发恶性贫血等并发症。

对于胃炎的诊断，除了依靠患者的症状和体征外，胃镜检查

和病理活检是非常重要的手段。通过胃镜可以直接观察胃黏膜的形态变化，而通过病理活检能够明确炎症的类型、程度，以及是否存在化生、不典型增生等异常改变。

在日常生活中，我们应该养成良好的饮食习惯，规律作息，避免过度劳累和精神紧张，减少发生幽门螺杆菌感染的机会。已经患有胃炎的患者，应及时就医，遵循医生的建议进行治疗，并定期进行胃镜复查，以便早期发现和及时处理可能出现的病变。让我们关注胃健康，远离胃炎的困扰。

(作者供职于山东省潍坊市昌乐县人民医院)

灸疗在过敏性鼻炎中的应用

□刘晓敏

过敏性鼻炎是常见病，有反复发作的鼻痒、打喷嚏、流鼻涕、鼻塞等症状，严重影响患者的生活质量。中医认为，过敏性鼻炎属于“鼻鼈”范畴，与肺、脾、肾三脏的功能失调密切相关。而灸疗，这一古老而神奇的中医治疗方法，通过刺激特定穴位，调节脏腑功能，增强机体抵抗力，为过敏性鼻炎患者带来了希望。

灸疗，即利用燃烧的艾绒或其他药物，直接或间接作用于人体穴位或特定部位，通过温热刺激和药物作用，达到温通经络、散寒除湿、活血化痰、回阳救逆、防

病保健的目的。对于过敏性鼻炎患者，灸疗能够改善局部血液循环，促进组织修复，减轻鼻腔黏膜的炎症反应，从而缓解鼻塞症状。

过敏性鼻炎的灸疗选穴

迎香穴：位于鼻翼外缘中点旁，鼻唇沟中。刺激迎香穴，能够改善鼻部通气状况，减轻鼻塞、流鼻涕等症状。

印堂穴：位于前额部，两眉头中间。艾灸印堂穴能够通鼻开窍、清利头目，对于缓解过敏性鼻炎引起的头痛、头晕有良好的效果。

肺俞穴：位于背部第三胸椎

棘突下，旁开1.5寸(同身寸)。肺俞穴是肺脏之气输注于背部的穴位。艾灸此穴可补益肺气，增强机体抵抗力。

上星穴：位于前发际正中直上1寸。灸上星穴可有效缓解因过敏性鼻炎引起的头痛、鼻塞等症状。

灸疗的方法与注意事项

直接灸：手持艾条，点燃后对准穴位进行热敏灸，保持一定距离(2厘米~3厘米)，使局部感到温热舒适，避免烫伤。每个穴位可灸1小时左右，根据个人情况调整。

间接灸：可使用艾炷盒等工具。将艾条放入盒内点燃，置于穴位上方进行灸疗。这种方法适用于不易直接手持艾条的部位，如背部肺俞穴。

注意事项：灸疗前应先清洁皮肤，避免在过饱、过饥、疲劳、醉酒等状态下进行。灸疗过程中应注意观察皮肤反应，及时调整灸距和灸时，以防烫伤。灸疗结束后，及时清理灸疗部位的艾灰和汗液，避免受凉。可适当休息片刻，让身体自然恢复。灸疗后一段时间内，避免进食生冷、辛辣、刺激性食物，以免影响效果。

神经肌肉病变的病因和治疗

□包可

骨骼运动，实现人体的各种姿势和动作。这一过程受到神经系统的精密调控。

神经冲动是从大脑皮层发出的，通过脊髓和周围神经传递到肌肉，引发肌肉收缩。在这一过程中，神经末梢释放神经递质，与肌肉细胞膜上的受体结合，触发肌肉细胞内的一系列生化反应，最终导致肌肉收缩。反之，肌肉的状态和反馈也会通过神经传回大脑，形成闭环调控。

神经肌肉病变主要是指神经系统的原发性损害引起骨骼肌继发性损害或营养不良，或者肌肉本

身以及神经肌肉接头病变所致肌肉萎缩和肌无力的一大组疾病。

神经肌肉病变的类型有以下几种：周围神经病：周围神经病是指发生在周围神经系统的病变，包括单神经病(如腕管综合征)和多发性神经病(如吉兰-巴雷综合征)。这些疾病影响神经信号的传递，导致肌无力、感觉异常等症状。

神经肌肉接头病变：神经肌肉接头是神经与肌肉之间的关键连接点，其发生病变会导致信号传递异常。例如，在重症肌无力中，神

经肌肉接头处的乙酰胆碱受体数量减少或功能异常，使肌肉无法正常响应神经冲动。

肌肉病变：肌肉病变可能涉及肌肉纤维的损伤、坏死或再生，导致肌肉功能下降。例如，在肌营养不良中，肌肉纤维逐渐萎缩、坏死，导致肌肉萎缩。

神经肌肉病变的治疗面临着诸多挑战，其复杂性源于病变可能涉及神经、神经肌肉接头及肌肉本身等多个层面。首先，精准诊断是治疗的基础。神经肌肉病变种类繁杂，症状相似度高，导致诊断过程复杂且耗时。其

积极预防房颤与卒中

□陈岩

者的卒中风险是正常人群的数字。其中，非心脏瓣膜病房颤患者的卒中发生率是正常人的5.6倍，而心脏瓣膜病房颤患者的卒中发生率是正常人的17.6倍。

房颤引起的卒中往往比非房颤引起的卒中更为严重。这可能是因为房颤患者常伴有其他心血管疾病危险因素，如高血压、糖尿病、高血脂症等，这些因素共同作用，使房颤患者卒中的病情更加复杂和严重。此外，房颤引起的卒中还可能增加发生残疾和死亡的风险。

预防房颤与卒中的措施有哪

些？

保持健康的生活方式：保证充足的睡眠，避免熬夜，有助于维持心脏的正常节律。养成低盐、低脂、低糖的饮食习惯，多吃新鲜蔬菜和水果，减少高脂、高胆固醇食物的摄入，有助于控制血压、血脂，降低发生心血管疾病的风险。根据自身情况选择适当的有氧运动，如散步、游泳、打太极拳等，有助于提高心脏功能，促进血液循环。

定期体检与监测：定期进行心电图检查，尤其是中老年人和有高血压、糖尿病等基础疾病的人，以

便及早发现房颤等心律失常。定期监测血压、血糖、血脂等指标，并积极控制，以减少发生卒中的风险。

抗凝治疗：对于已确诊的房颤患者，除非存在禁忌证，均应进行抗凝治疗。常用的抗凝药物包括华法林和新型口服抗凝药(如利伐沙班、阿哌沙班等)，这些药物能有效减缓血液凝固过程，减少血栓形成的风险。

外科微创手术：对于部分房颤患者，外科微创手术(如导管消融术、左心耳封堵术)可作为治疗选择。外科微创手术不仅能有

守护每一次畅快呼吸

□刘士源

在急诊科，气胸并不少见。气胸会给患者的生命健康带来严重威胁。了解气胸的处理方法，对于及时挽救生命、减轻患者的痛苦至关重要。

我们先来认识一下气胸。气胸是一种气体进入胸膜腔，出现积气状态，导致肺脏被压缩，从而影响呼吸功能的疾病。气胸可以分为自发性气胸、外伤性气胸和医源性气胸等多种类型。自发性气胸多见于瘦高的年轻人或患有慢性肺部疾病的老年人；外伤性气胸通常是由于胸部外伤，如肋骨骨折等导致的；医源性气胸则可能在医疗操作过程中发生。

一旦确诊为气胸，急诊科医生会根据患者的病情严重程度制订相应的治疗方案。对于症状较轻、肺部压缩程度较小(通常小于20%)的原发性自发性气胸患者，可能会选择保守治疗，包括卧床休息、吸氧、密切观察病情变化。吸氧有助于提高血液中的氧含量，缓解患者的缺氧症状，同时可能会促进气体的吸收。

然而，如果患者的症状较为严重，如出现明显的呼吸困难、胸痛、心率加快等，或者肺部压缩程

度较大，就需要进行进一步治疗。其中，胸腔闭式引流是急诊科处理气胸的常用方法之一。

进行胸腔闭式引流时，医生会在患者的胸部选择合适的位置，通常是在锁骨中线第2肋间或腋前线第4、第5肋间。局部消毒、麻醉后，用手术刀切开一个小口，将一根侧孔的引流管插入胸腔内。引流管的另一端连接水封瓶，使胸腔内的气体能够排出，从而恢复胸腔内的负压，使被压缩的肺组织重新膨胀。

在整个引流过程中，医护人员会密切观察引流管的通畅情况、水封瓶内水柱的波动以及患者的症状变化。如果引流效果不佳，可能需要调整引流管的位置或更换更粗的引流管。同时，需要注意预防感染，定期更换敷料，保持引流部位清洁。

对于一些特殊类型的气胸，如

张力性气胸，处理时则需要更加迅速和果断。张力性气胸是一种严重的急症，这是因为胸腔内的压力持续升高，会严重影响患者的心肺功能，甚至危及生命。在这种情况下，医生会立即在患侧锁骨中线第2肋间插入粗针头，将高压气体排出，以缓解症状，为后续的治疗争取时间。

除了上述治疗方法，对于一些反复发作的气胸患者或者保守治疗和胸腔闭式引流效果不佳的患者，可能需要进行手术治疗。手术的目的是修复肺部的破口，防止气胸再次发生。常见的手术方法包括胸腔镜手术和开胸手术。具体选择哪种手术方式，取决于患者的病情和身体状况。

在医生处理气胸的过程中，患者的心理状态也不容忽视。突发疾病、呼吸困难带来的恐惧以及对治疗的担忧，都可能使患者产生焦

虑和紧张情绪。医护人员会耐心地对患者解释病情和治疗方案，给予他们安慰和鼓励，帮助他们树立战胜疾病的信心。

经过急诊科的及时处理，患者的病情通常会得到有效控制。但这并不意味着治疗结束，以后患者还需要定期进行胸部X线或CT复查，以了解肺部的恢复情况。同时，要注意休息，避免进行剧烈运动和重体力劳动，预防气胸复发。

在预防方面，了解一些气胸预防知识很有必要。要保持良好的生活习惯，避免过度劳累和剧烈咳嗽；有慢性肺部疾病的患者，要积极治疗原发病，控制病情进展；在进行一些可能导致胸部外伤的活动时，要做好防护。

总而言之，气胸虽然是一种急症，但只要能得到及时、正确的治疗，大多数患者就能转危为安。急诊科的医护人员凭借丰富的经验、精湛的技术和高度的责任感，为每一位气胸患者守护生命的通道，让他们能够重新享受畅快的呼吸。

(作者供职于广西壮族自治区博白县人民医院)

在医学领域，输血是一种常见且重要的治疗手段，能够挽救无数生命。然而，输血并非简单地将一个人的血液转移到另一个人体内，而是一个复杂且需要高度谨慎的过程。其中，血型鉴定和交叉配型检验是确保输血安全的关键环节。本文将深入探讨血型鉴定与交叉配型检验的重要性，揭示它们为何在输血过程中不可或缺。

血型是指红细胞膜上特异性抗原的类型，主要包括ABO血型和Rh血型系统(恒河猴血型系统)。进行血型鉴定，可避免发生严重的免疫反应，即溶血反应。溶血反应会导致红细胞破裂，释放血红蛋白，进而引起发热、背痛、呼吸困难、心跳加速、血压下降等症状，严重时可能导致肾衰竭、休克，甚至死亡。

因此，在进行输血前，准确鉴定患者的血型至关重要，可以确保所输注的血液与患者的血型相匹配，从而避免发生溶血反应。血型鉴定不仅限于ABO血型和Rh血型系统，还包括其他更为复杂的血型系统，如MNS血型系统(人类的血型系统之一)、Kell血型系统(人类的血型系统之一)等。这些血型系统的存在，进一步强调了血型鉴定在输血安全中的重要性。

尽管血型鉴定是输血前的重要步骤，但是它并不能完全保证输血的安全性。因为除了ABO血型抗原和Rh血型系统抗原，人类的血液中还存在着其他抗原(有数百种)。这些非ABO血型抗原和Rh血型系统抗原也可能引起免疫反应，导致输血不良反应。

为了进一步确保输血的安全性，医疗机构会进行交叉配型检验。交叉配型检验包括两个主要测试：一是供者红细胞与受者血清的交叉试验；二是供者血清与受者红细胞的交叉试验。这两个测试的目的是确认供者血液中的红细胞与受者血液中的抗体有没有反应，进一步确保输血安全性。

交叉配型检验的重要性在于，它能够发现ABO血型和Rh血型系统匹配前可能存在的其他抗原-抗体反应。这种配型过程有助于避免因非ABO血型和Rh血型系统的不兼容而引发的输血反应。因此，交叉配型检验是输血前不可或缺的一个环节，为患者提供了额外的安全保障。

随着医疗技术的进步，输血匹配技术也在不断发展和完善。许多血液中心和医院配备了血液分型机器人和自动化系统，大大提高了血液筛查和交叉配型检验的效率。这些技术使血型鉴定和交叉配型检验更加准确、快速，进一步减少了发生输血不良反应的风险。

然而，输血工作仍然面临着一些挑战。例如，一些罕见血型可能难以找到合适的供者，血液库存不足也可能导致输血需求无法得到满足。为了应对这些挑战，科学家正在研究人工血液及其他替代疗法，以期未来为输血提供更加安全、有效的解决方案。

血型鉴定与交叉配型检验在输血过程中扮演着至关重要的角色。它们都是输血安全的基石，确保患者能够输注到与自己血型匹配、无不良反应的血液。通过医疗技术的进步、严格的输血流程，我们相信，输血将成为一种更加安全、普遍的治疗手段。

(作者供职于四川省巴中市中心医院)

带你了解胆囊炎与胆结石

□王健

在人体的腹腔深处，有一个至关重要的器官——胆囊。它如同一位沉默的守望者，默默地储存并浓缩肝脏分泌的胆汁，为我们的消化系统贡献力量。然而，当胆囊遭受炎症侵袭或者内部出现结石时，它的平静便被“打破”了。胆囊炎与胆结石是影响我们生活质量的常见病。本文将带你深入了解胆囊炎与胆结石，探寻预防之道。因为对于胆囊炎与胆结石，预防胜于治疗。

胆囊炎是胆囊管梗阻和细菌感染引起的胆囊炎症，其主要原因是结石梗阻。当胆囊管被结石梗阻或由于其他原因发生梗阻时，会出现胆汁流出障碍，使细菌在积聚的胆汁内繁殖，从而引发炎症。

胆结石主要为胆固醇性结石或者为以胆红素为主的混合性结石和胆色素性结石。胆汁滞留是各种胆结石形成的首要条件。胆囊结石经常会导致胆囊排空受阻，胆囊内压力升高，进而引发胆绞痛等症状。

预防胆囊炎与胆结石的方法有哪些呢？合理饮食：这是预防胆囊炎与胆结石的关键。应减少高胆固醇、高脂、高糖食物的摄入，增加膳食纤维的摄入，多吃水果、蔬菜、全谷物、豆类等。这样的饮食习惯有助于降低胆固醇和胆汁中胆红素的浓度，减少结石的形成。

定期体检：有胆囊炎或胆结石家族史者，以及年龄较大、肥胖者，应定期进行体检和腹部B超检查，以便及早发现和及时处理。

预防工作做得再好，仍有可能不幸罹患胆囊炎或胆结石的可能。一旦确诊，患者应积极配合医生进行治疗。同时，患者要调整生活方式，积极采取上述预防措施，以防止病情复发或恶化。

胆囊炎与胆结石虽然是常见病，但是通过保持健康的生活方式，我们可以减少它们对我们身体健康的影响。记住，预防胜于治疗。让我们从今天做起，守护我们的身体健康。愿每个人都能拥有强健的身体，远离胆囊疾病的困扰。

(作者供职于山东省济南市中西医结合医院)

血型鉴定与交叉配型的重要性

□廖婷