

肺癌的早期症状及诊断方法

□何洪英

在生活中,我们常常听说肺癌这个词,但对于肺癌的早期症状和诊断方法,很多人可能还存在一些模糊不清的认知。

肺癌是一种严重的癌症,早期诊断至关重要,因为它可以大大提高治愈的机会。然而,肺癌的早期症状通常比较隐蔽,容易被忽视,而且与其他疾病的症状相似。

肺癌的早期症状

肺癌的早期症状通常比较隐蔽,而且可能与其他疾病的症状相似。然而,如果你对一些常见的症状有所警惕,就可以在早期引起注意。

持续咳嗽是肺癌最常见的症

状之一,特别是当咳嗽变得严重或持续不断时。这种咳嗽会伴随痰液,甚至可能带有血丝。呼吸困难也是肺癌的常见症状,特别是在肿瘤压迫气道时或因胸膜转移出现胸腔积液时,即使轻度活动时,会感到气促和喘息。

疼痛是另一个常见的肺癌症状,与肺癌常出现骨转移有关,这种疼痛会持续存在,甚至个别患者因骨折,才发现存在肺癌并已经是晚期了。

声音变化如声音嘶哑或粗糙也可能是肺癌的症状之一,由于声带运动主要由喉返神经支配,肺癌发生于纵隔淋巴结,导

致喉返神经受压,一侧声带麻痹,可出现声音嘶哑的情况。

此外,不明原因的体重下降和疲劳感也可能是肺癌的症状之一。反复出现的同一部位的肺炎,也可能是肺癌阻塞气道,形成阻塞性炎症,这时就应该尽早行气管镜检查,以明确诊断。

肺癌也有出现杵状指的可能,杵状指是指手指或脚趾末端增生、肥厚,呈杵状膨大,是肺癌副瘤综合征的一个表现。

以上这些症状并不一定都与肺癌有关,它们也可能是其他健康问题的表现。但是,为了确保万无一失,应及早就医,以排除潜

在的肺癌风险。

肺癌的诊断方法

肺癌的早期诊断对于治疗和康复至关重要。及早进行诊断是有效干预的开始。

X射线检查 胸部X射线是一种常用的筛查工具,可以显示肺部的异常情况。然而,X射线有时可能无法检测到早期的肿瘤。

CT扫描(计算机层析成像) CT扫描可以更详细地观察肺部,包括小的异常结节。这是一种常用于肺癌筛查和诊断的方法。

支气管镜检查 支气管镜检查通过直接查看气管和支气管内的异常情况来诊断肺癌。

活检 活检是通过在肺部取一小块组织样本或胸腔积液的病理检测,来确认肺癌的确诊。这可以通过CT引导下经皮肺穿刺或胸腔镜穿刺闭式引流术取得胸腔积液标本进行。

PET扫描(正电子发射断层扫描) PET扫描用于确定肺癌是否已经扩散到其他部位。

肺癌是一种严重的疾病,及早的诊断和治疗可以在肺癌的早期阶段提供更多的治疗选择,从而提高生存时间。

(作者供职于河北省邯郸市中心医院呼吸与危重症医学科一病区)

脑出血的预防和应对措施

□王锐

脑出血,又称脑溢血,是一种严重的神经系统疾病,它发生在大脑内部的血管破裂时,导致血液流入脑组织。脑出血往往起病急,病情变化快,严重时可能危及生命。了解脑出血的原因、预防和应对措施,对于保护我们的脑健康至关重要。

脑出血的原因

高血压病 长期血压升高会使脑血管发生硬化和脆化,从而增加脑出血的风险。

动脉硬化 动脉内膜和中膜增厚,导致血管管腔狭窄,影响脑部血液供应,容易引发脑出血。

脑血管畸形 如动脉瘤、动脉和静脉畸形等,这些先天性或后天性血管异常可能导致脑出血。

血液疾病 如血友病、白血病等血液疾病,可能影响凝血功能,导致脑出血。

外部因素 头部外伤、脑部手术等可能导致脑血管破裂,引发脑出血。

脑出血的预防

控制血压 保持血压在正常范

围内,定期监测血压,遵医嘱按时服用降压药物。

健康饮食 保持低盐、低脂、低糖饮食,多吃新鲜蔬菜、水果和富含纤维的食物,预防动脉硬化。

适量运动 保持适量运动,增强身体素质,提高心血管功能。

戒烟限酒 吸烟和过量饮酒都会增加脑出血的风险,应尽早戒烟限酒。

定期体检 定期进行身体检查,了解自己的健康状况,及时发现并治疗可能导致脑出血的疾病。

脑出血的应对措施

立即就医 一旦发现脑出血症状,如头痛、呕吐、意识障碍等,应立即就医,争取最佳治疗时机。

保持安静 脑出血患者应保持安静,避免情绪激动和剧烈运动,以免加重病情。

配合治疗 在医生的指导下,积极配合治疗,包括药物治疗、手术治疗等。

康复锻炼 在病情稳定后,根据医生的建议,进行康复锻炼,帮

助恢复神经功能。

心理调适 脑出血可能导致患者产生焦虑、抑郁等情绪,家属和医护人员应给予患者关心和支持,帮助患者调整心态,树立他们战胜疾病的信心。

脑出血是一种严重的神经系统疾病,了解其发病原因、预防和应对措施,对于保护脑健康至关重要。大家应该积极控制血压、保持健康的生活方式、定期体检以预防脑出血的发生。同时,一旦出现脑出血症状,应立即就医,积极配合治疗,并在康复过程中进行心理调适和康复锻炼。

通过加强科普宣传和教育,提高公众对脑出血的认识和防范意识,有助于降低脑出血的发病率和死亡率,保障人民群众的身体健康。

日常生活中,人们随时关注身体状况,切勿盲目用药或治疗,如遇病情变化或感觉任何不适,建议及时向专业人士求助。

(作者供职于灵宝市第一人民医院神经外科)

中医如何治疗和调理癌症

□章森

很多癌症患者及其亲友都碰到过一个问题:“中医到底能不能治疗癌症?”

中医能不能治疗癌症

中医作为一种治疗癌症的辅助手段,具有一定的疗效。但需要明确的是,对于癌症的治疗,无论是中医还是西医,都需要综合治疗的方法,并且针对不同的癌症类型和病情采取相应的治疗方案。

在中医治疗中,有些中药被认为具有一定的抗肿瘤作用,能够调节患者的免疫功能,改善身体的整体状态,减轻治疗过程中的不适症状,提高患者的生活质量。此外,中医的针灸、推拿等物理疗法也被用于辅助治疗癌症患者的症状和并发症。

中医如何治疗和调理癌症

中医治疗和调理癌症的方法是综合性的,主要包括以下几个方面。

中药治疗 中医药治疗癌症通常采用中药复方,根据患者的体质状况和病情特点,调配具有抗肿瘤、

调整免疫功能、调节气血等功效的中药方剂。这些中药可以是单味中药或多味中药复方,常常涉及草药的配伍、煎煮等复杂过程。中药治疗可以有助于减轻放疗的不良反应,改善患者的生活质量,并在一定程度上对肿瘤生长起到抑制作用。

针灸疗法 针灸是中医常用的治疗手段之一。通过在特定穴位进行针刺或使用热灸等方法,调理经络,调整脏腑功能,增强体内的生命活力和免疫功能。针灸可以缓解癌症患者的症状,如疼痛、恶心、厌食等,并提高患者的生活质量。

推拿按摩 中医常借助推拿按摩来改善癌症患者的体质和症状。推拿按摩通过刺激经络,调整气血运行,促进身体的自愈能力和免疫力。它可以缓解疼痛、缓解疲劳、改善睡眠质量,并有助于提高患者的整体身心状态。

饮食调理 中医强调饮食对于健康的重要性。中医建议癌症患者

根据个人情况进行饮食调理,注重饮食的均衡和营养的摄入。根据中医理论,适量摄入一些具有抗癌功效的食物如红枣、山药、洋葱、紫菜等,以及一些具有清热解毒、调理气血的中草药,有助于改善患者的身体状况。

心理调理 癌症治疗期间,心理状态的平衡对康复和疗效很重要。中医通过心理疏导、气功调理等方法来帮助患者舒缓焦虑、抑郁等不良情绪,提高心理抗压能力,增强患者治疗信心和积极性。

需要强调的是,中医治疗癌症的效果因人而异,取决于个体的病情、体质等多个因素。中医治疗一般作为辅助手段,必须与现代医学治疗方法结合使用。在接受中医治疗时,务必在专业中医师的指导下进行,并与西医生有良好的沟通和协调,以确保安全和综合治疗的有效性。

(作者供职于四川省成都新都东立中医医院中医内科)

谈谈不同CT检查的区别

□樊康杰

CT(计算机层析成像)的排数是指CT扫描机器用来接收X射线所用探测器的阵列数,排数代表机器探测头数量。CT的主要性能参数是探测器排数和旋转速度,这决定了CT的扫描速度。

排数和速度的区别

“排”是指CT探测器在人体长轴(Z轴)方向的物理排列结构,即探测器实际数目,是CT的硬件结构性参数。

而“层”是指CT数据采集系统同步获得图像的能力,即同步采集图像的DAS通道数目或机架旋转时同步采集的图像层数,是CT的功能性参数。如32排64层螺旋CT,指的是32排探测器,扫描一周可以形成64层图像。

64排CT与64排以下的CT差别 64排CT与64排以下的CT相比主要是扫描的时间减少若干倍,图像清晰度更高。

64排CT最薄层可达0.5mm(毫米),是目前世界上能达到最薄的层厚,从而提高图像的分辨率。与16排CT、32排CT比,64排CT可以让临床医生看到更多、更为精确的细节,层厚更薄,辐射剂量减少,可以将病变的血管观察更细致,还可以看到0.5毫米的病变。因此,64排CT成像时间更短,而清晰度更高。

320排CT

320排CT又称为320排动态容积CT,真正实现了动态容积成像,是目前为止最先进的CT检查设备。能对中枢神经系统、头颈部的器官、心脏器官、肺部器官、纵隔器官以及腹部实质性的脏器、盆腔实质性的脏器进行检查。更加精确和普通CT相比,它更加精确,仅用0.35秒就能够完成一圈扫描,将整个器官在瞬间成像,多圈扫描后即时显示整个器官的活动和

血流情况,立体动态非常形象,对患者而言,诊断就会更加精确,能够减少多重检查的繁杂,一次检查就能够完成相关的解剖和功能检查,从而减少诊断排队的时间。

检查时间短,辐射大大降低,越小CT的排数代表CT内部安装探测器的数量,排数越高,意味着接受射线信号的效能越高,病人受到的辐射就越小。所以说,320排CT检查的时间比传统CT缩短了70%,而辐射剂量最大可能降低80%,对病人而言更加安全。

CT怎么选择

常规普通疾病及体检,64排CT已经足够达到临床诊疗水平,如外伤头颈、脑梗死、颈部异物、肺结节、急腹症、四肢骨折等。而对于特殊器官,如心脏、血管等,320排CT在心脏成像中,不仅能缩短扫描时间、减少造影剂的使用、降低射线曝光剂量、较少受心率及心律不齐的影响;在评价心肌存活和心肌灌注等方面,320排CT更佳。

增强CT检查

增强CT是通过经静脉注射含碘对比剂(造影剂)后再进行CT检查的成像技术,使病变组织与临近正常组织间的密度差增加,从而提高病变的显示率。

及时准确发现病变,包括微小等密度病变,准确判定病变组织的性质。如:结节,不管是肺结节还是肺结节,如果不是肺结节还是肺结节,使病变组织与临近正常组织间的密度差增加,从而提高病变的显示率。及时准确发现病变,包括微小等密度病变,准确判定病变组织的性质。如:结节,不管是肺结节还是肺结节,使病变组织与临近正常组织间的密度差增加,从而提高病变的显示率。

(作者供职于河南宏力医院影像科)

普外科手术后的注意事项

□谷晓伟 梁艳辉

普外科手术是治疗各种疾病的一种常见方法,了解普外科手术后的注意事项十分有必要。

手术后的常规注意事项

术后疼痛 术后疼痛是手术后的常见反应,特别是对于那些经历过大型手术或复杂手术的患者。疼痛可能来自手术伤口本身,或者因为使用了某些麻醉药物。在这种情况下,医生通常会为患者开具止痛药,如非处方药或处方药。一些常见的止痛药包括布洛芬和阿片类药物。

在服用止痛药时,患者应严格按照医生的建议进行用药,包括用药时间和剂量。如果疼痛没有得到缓解或加重,患者应及时向医生说明,以便调整药物种类或剂量。过度的疼痛会导致患者无法得到充分的休息,影响其康复。

术后饮食 术后饮食应以清淡、易消化为主。在手术后的几天里,患者应避免食用过于油腻、辛辣或刺激性的食物,这些食物会刺激胃肠道,影响患者的康复。应以软食或半流食为主,如稀饭、面条、蒸蛋等。随着身体的逐渐恢复,患者可以逐渐增加蛋白质、维生素等营养物质的摄入。蛋白质是身体修复组织的基本物质,而维生素则有助于增强免疫力,促进伤口愈合。新鲜的蔬菜、水果、全谷类食物和瘦肉都是良好的营养来源。

术后活动 术后,适当进行活动有助于预防并发症的发生,如深静脉血栓形成。根据手术部位和类型,医生会为患者制订特定的活动计划。一般来说,在麻醉作用消失后,患者即可开始进行一些简单活动,如翻身、伸展四肢等。随着身体的恢复,活动量可以逐渐增加。要注意的是,患者在活动时应避免剧烈运动或过度用力。

术后随访 通过定期随访,医生可以了解患者的恢复情况,及时发现并处理可能出现的问题。一般来说,在手术后的一段时间内,患者需要定期到医院进行随访检查。在随访时,患者应向医生说明自身的详细身体情况。同时,医生会进行一些必要的检查,如血液检查、影像学检查等,以评估患者的恢复状况。

不同手术的手后注意事项

胆囊切除术 胆囊切除后,患者应注意控制脂肪摄入量,避免暴饮暴食和过度饮酒。同时,应定期进行随访,预防结石复发。

阑尾切除术 阑尾切除后,患者应注意保持大便通畅,避免过度用力。此外,应注意伤口清洁,避免感染。

甲状腺切除术 甲状腺切除后,患者应注意保持情绪稳定,避免过度劳累。同时,应定期进行随访,监测甲状腺功能。

针对不同的手术类型,患者还应注意相应的术后注意事项,以确保身体的顺利康复。在护理过程中,家属和陪护人员也应密切关注患者的病情变化,给予患者必要的帮助和支持。

(作者供职于河北大学附属医院头颈外科)

老年糖尿病的管理策略

□汪化文

老年糖尿病是一种常见的慢性疾病,随着人口老龄化的加剧,老年糖尿病的发病率也在逐渐上升。老年糖尿病患者的身体机能下降,同时可能伴有多种疾病,因此,对老年糖尿病患者的管理要更加注意。

饮食管理

饮食是糖尿病患者管理的重要组成部分。

主食是血糖的主要来源,要合理分配主食,根据活动量和休息程度定量。为了平稳控制血糖,建议将主食分成多餐摄入,如早餐、午餐和晚餐,并在餐后适当加餐,如土豆丝或芋头等。

糖尿病患者应该尽量减少盐的摄入量,以降低高血压病的风险。同时,饮食应该以清淡为主,

避免过多的油脂和调味品。

糖尿病患者需要高蛋白、优质蛋白的摄入,如牛奶、鸡蛋、牛肉、猪肉等。但是,要控制蛋白质的摄入量,避免过量摄入对肾脏造成负担。

膳食纤维可以促进胃肠蠕动,改善便秘和肠道问题。建议糖尿病患者多食用蔬菜和水果,适当增加膳食纤维的摄入量。但是,要注意水果的糖分含量,避免过量摄入导致血糖波动。

糖尿病患者应该按照标准定时、定量、定餐摄入食物,避免低血糖或因摄入不足导致营养不良。同时,要避免暴饮暴食和过度摄入高糖、高脂肪、高盐的食物。

药物管理

老年糖尿病管理是综合性

的工作,在选择和使用降糖药物时,需要考虑多个因素。要根据患者的具体情况。不同的降糖药物作用机制不同,需要根据患者的具体情况选择合适的药物。如,餐后血糖升高的患者,可以选择α-葡萄糖苷酶抑制剂;空腹血糖升高的患者,可以选择磺脲类或二甲双胍类等。需要严格按照医生的建议使用药物,注意不要随意更改剂量或停药。一些降糖药物会引起副作用,如低血糖、体重增加等。

胰岛素是治疗糖尿病最有效的药物之一,但在使用时需要非常谨慎。需要根据患者的血糖水平、体重、饮食和生活习惯等因素来制订个体化的胰岛素治疗方案。使用胰岛素时需要

注意使用时间和剂量,避免使用过量引起低血糖。同时需要注意胰岛素与其他药物的相互作用。

在老年糖尿病管理中,还需要特别注意预防低血糖事件的发生。定期监测血糖水平是预防低血糖的重要方法之一。此外,在使用降糖药物和胰岛素时,需要严格按照医生的建议使用,注意不要过量使用。

运动管理

很多老年糖尿病患者都有晨练的习惯,但这样其实是不安全的。因为空腹运动会增加低血糖的风险,所以选择合适的运动时机非常重要。另外,由于老年人的身体机能下降,不宜进行过于剧烈的运动,如爬山等会对膝盖

造成磨损。

老年糖尿病患者可以选择适合老年人的运动项目,如快步走和打太极拳等。这些运动相对较为轻松,对身体的负担也较小。老年患者在每餐后半小时至1小时内,应该先评估自身的身体情况,然后再开始运动。运动的时间一般持续30分钟即可。

当外出活动时,老年患者应该携带糖尿病保健卡,并告知家属活动的时间与地点,以便在发生意外时得到及时帮助。此外,外出活动时还应该随身携带含糖食品或饮料,以便在需要时及时补充能量,预防低血糖的发生。

(作者供职于河北省邯郸市中心医院老年病科)