

血管为什么会生病？

□陆怀志

当我们提到血管时,你可能会想象到像公路一样在我们体内纵横交错的网络。这个网络确实十分重要,它负责将氧气、营养物质以及荷尔蒙等重要物质运输到体内的每个角落。与此同时,它还携带着废物和二氧化碳返回肺部、肝脏和肾脏,以便排出体外。此外,血管还有调节体温的功能。然而,有时候这个精密的网络也会出现故障,这就是我们所说的“血管生病”。

一、什么是血管外科？

血管外科是专门治疗人体动脉和静脉疾病的医学领域,不包括心脏和脑内血管。它包括诊断以及运用手术和介入技术治疗血管的全过程。血管外科医生执行动脉瘤修补、动静脉搭桥等复杂手术,以及处理动脉粥样硬化和外伤引发的血管损伤。此外,他们也治疗静脉曲张,如静脉曲张。随着技术和研究的发展,新的治疗方法如血管内成像、支架放置日益提高疗效。血管外科医生会与心脏外科、神经外科等其他专业密切合作,确保综合治疗循环系统疾病。

二、血管为什么会生病？

1. 生活方式的影响:我们的生活方式对健康有着巨大的影响,尤其是对血管的健康。不健康的饮食习惯,如过多

摄入油腻食物和高盐食品,会增加血管内壁脂肪的堆积,形成动脉硬化。而久坐不动、抽烟和酗酒等习惯,则可能导致血管收缩和损伤,进一步增加心血管疾病的风险。

2. 高血压的冲击:血管就像一条条管道,高血压就好比是内部流动的液体压力过大,长期高压会导致管道变形,甚至出现裂缝。血管也是如此,高血压会使血管壁持续处于高压状态之下,久而久之,血管壁会变厚、变硬,失去弹性,这就是动脉硬化。

3. 糖尿病的破坏:糖尿病患者由于血糖控制不稳定,长期高血糖会对血管内壁造成损害,导致血管弹性下降,从而加速血管硬化的进程。糖化终产品还可能在血管内壁沉积,进一步破坏血管健康。

4. 脂肪和胆固醇的威胁:高胆固醇血症是血管生病的一个非常重要的因素。胆固醇过高可能导致脂肪在血管内壁沉积,形成斑块,减缓或阻断血液流动,这种情况被称作动脉粥样硬化,是许多心血管疾病的直接原因。

5. 炎症与免疫反应:炎症是身体对伤害的自然反应,但是当这种反应发生在血管内壁时,就可能导致问题。炎症

会使血管壁肿胀,减少血液流通的空间,甚至引起血栓形成。某些自身免疫性疾病会导致身体错误地攻击自己的血管,造成慢性炎症。

6. 遗传与家族史:遗传因素在血管健康中扮演着不容忽视的角色。如果家族中有血管疾病的历史,那么我们患上同样疾病的可能性会增加。这些疾病可能是由特定的遗传变异引起,影响血管的结构和功能。

7. 年龄的增长:随着年龄的增长,血管会逐渐失去弹性,变得更加脆弱。老化的血管更容易受到破坏,更难以应对血液流动带来的压力,这也是老年人更容易患上心血管疾病的原因。

8. 吸烟的危害:吸烟是导致血管疾病的一个主要外部因素。烟草中的尼古丁和其他化学物质可以损害血管内壁,加速斑块的形成。此外,吸烟还会导致血液更容易凝固,增加血栓的风险。

三、血管疾病的常见表现

1. 间歇性跛行:走路时腿痛,休息后痛感减轻。

2. 疼痛:休息时也会感到痛,可能是血液流动受阻造成的。

3. 肿胀:一般发生在静脉血栓或血管炎的患者身上。

心血管药物伤胃了,如何保护胃粘膜

□吕海峰

随着心血管病的患病率不断上升,心血管药物的长期使用已成为许多患者的日常。然而,这类药物可能对胃黏膜造成损伤,导致胃部不适。在这种情况下,保护胃黏膜显得尤为重要。威地美作为一种保护胃黏膜的药物,其效用与作用机制值得我们深入了解,它或许是减轻心血管药物副作用的关键。

一、消化系统反应的常见性

心血管药物,包括抗高血压药、抗凝药和降脂药等,在控制心血管疾病方面虽然效果显著,但它们对消化系统的影响同样不容忽视。常见的副作用有胃痛、恶心、胃炎,且在某些情况下,可能会进一步演变为严重的胃黏膜损伤,给患者的健康带来额外负担。

二、心血管药物对胃黏膜的影响

1. 药物成分对胃酸分泌的影响:心血管药物通过多种机制影响胃酸分泌,有些降低胃酸分泌,而有些则可能导致胃酸分泌过量,这种不稳定的胃酸水平可干扰胃黏膜的平衡,增加胃部不适感。

2. 药物对胃黏膜保护机制的干扰:不仅如此,这类药物中的某些成分可能还会破坏胃壁的黏液层,这层保护层对

抗胃酸的侵蚀至关重要,一旦减少,胃壁就会暴露在更多风险之下。

3. 长期使用心血管药物的风险:长期或不规律地使用心血管药物,尤其是在没有采取胃黏膜保护措施的情况下,可能加剧胃黏膜的慢性损害,增加患者出现胃炎、胃溃疡甚至胃出血的风险,从而对患者的长期治疗效果和生活质量构成威胁。

三、胃黏膜的生理作用和损伤机制

1. 胃黏膜的防御机制:胃黏膜维护胃部环境平衡的能力源于其复杂的防御系统,这包括黏液层的屏障作用、碳酸氢盐的中和分泌以及胃上皮细胞的迅速再生。这些防御机制共同作用,抵御外来因素的侵袭。

2. 损伤时的症状与后果:一旦胃黏膜防御被突破,可能出现的症状包括胃痛、消化不良到胃炎等。严重损伤可能导致溃疡乃至出血,这不仅影响患者的日常生活,也可能导致更为严重的健康问题。

3. 胃黏膜修复过程:虽然胃黏膜具备一定的自愈能力,但在持续的药物刺激或其他损伤因素作用下,这一自愈过程可能会受阻,从而形成慢性损伤,难以完全恢复。

四、威地美的药理作用

1. 如何保护胃黏膜:威地美通过增强胃黏膜屏障和刺激黏膜细胞分泌保护性黏液及碳酸氢盐,构筑了有效的防御以对抗胃酸和消化酶。它还促进血管扩张,改善微循环,为黏膜修复提供必要的营养和氧气。这些功能协同作用,加固胃壁抵抗力,显著减少心血管药物相关的胃黏膜损伤风险。

2. 与其他胃部药物的比较:威地美的药理优势在于其对胃黏膜保护层的双重作用:既促进黏液和碳酸氢盐的分泌,又改善胃黏膜血流,这有助于快速恢复受损的胃黏膜。其药效稳定且持久,相较于其他胃部药物如质子泵抑制剂或H2受体拮抗剂,威地美在减少胃部不适方面显现出较低的副作用风险,适用于长期需要服用心血管药物的患者。

3. 使用的适应症和禁忌威地美作为一种胃黏膜保护剂,适应症广泛,尤其推荐给那些因长期使用心血管药物如阿司匹林或其他非甾体抗炎药而遭受胃部不适的患者。然而,对于那些已知对威地美的主要成分或类似药物存在过敏反应的个体,威地美是禁忌的。此外,患有特定胃黏膜病变如胃黏膜萎

缩或胃癌前病变的患者,在使用威地美前应进行详细的医疗评估。

五、如何安全使用心血管药物以降低胃部风险

1. 合理用药原则:安全用药的基础在于严格遵循医嘱,对药物的选择和剂量应个体化考量,以确保疗效的同时降低胃部不适的风险。

2. 联合使用威地美的建议:心血管疾病患者若有胃部不适的风险,建议在专业医疗人员的指导下添加威地美治疗,旨在提供额外的胃黏膜保护。

3. 生活方式的调整辅助药物治疗:合理调整生活方式,包括改善饮食结构,避免摄入酒精和刺激性食物,以及规律适量的体育活动,都能有效支持药物治疗,减轻对胃黏膜的潜在伤害。

长期服用心血管药物的患者常面临胃部不适的副作用,合理地利用威地美可以有效保护胃黏膜,缓解这一问题。通过科学的用药方法和适当的生活方式调整,我们可以最大限度地减少药物带来的不良影响。医患双方需对此给予足够的关注,并在专业指导下使用,这是维护患者消化健康的一个重要策略。

(作者单位:河北省正定县人民医院)

你对“子宫肌瘤”的认知有多少

□罗利花

子宫肌瘤,这个看似神秘的名词,实际上是许多女性在生活中可能会面临的健康问题之一。尽管它并非罕见,但关于子宫肌瘤的认知却并不普遍,很多人对这一疾病存在着诸多误解。因此,我们有必要深入了解什么是子宫肌瘤,以及它对女性健康的影响。

1. 什么是子宫肌瘤？

子宫肌瘤,是一种常见的雌性生殖系统肿瘤,起源于子宫肌层的平滑肌细胞。它是许多女性可能面临的一种良性肿瘤,尽管通常是非癌性的,但在一些情况下可能引起不适与症状。子宫肌瘤并非罕见,事实上,它是女性生殖器官最普遍的肿瘤之一。通常在育龄期的女性中更为常见,尤其是在40岁以下。值得注意的是,子宫肌瘤通常在更年期后会逐渐缩小,因为激素水平的变化可能影响肿瘤的生长。这种肿瘤通常是单个,但也可以是多个,并且可能在子宫内壁的任何位置生长。大多数子宫肌瘤

是无症状的,但有些可能导致月经不规律、盆腔疼痛、压迫膀胱或直肠引起尿频、便秘等不适症状。

2. 子宫肌瘤的症状

子宫肌瘤的症状因其位置、大小和数量而异,有些患者可能没有任何症状。然而,当子宫肌瘤引起症状时,子宫肌瘤可能导致月经周期的变化,包括月经量增多、经期延长或月经不规律。子宫肌瘤的增长可能导致盆腔疼痛或不适感,有时会伴随着腰痛。大型的子宫肌瘤可能对膀胱产生压迫,引起尿频、尿急或排尿困难。子宫肌瘤可能对直肠产生压迫,导致便秘或排便困难。在一些情况下,较大的子宫肌瘤可能在腹部形成明显的肿块,患者可以感觉到。

3. 子宫肌瘤的诊断与检测方法

子宫肌瘤的诊断通常涉及一系列的医学检查,以确定肿瘤的位置、大小和是否引起症状。医生会询问患者的病史,包括月经周期、症状的出现与变化等,并进

行体格检查,以寻找可能的腹部肿块或其他异常。超声波是一种非侵入性的检查方法,通过将声波传递到腹部或通过阴道,医生可以清晰地看到子宫的图像,帮助确定子宫肌瘤的位置、大小和数量。在某些情况下,CT扫描也可以用于检测子宫肌瘤,尤其是对于肿瘤的局部扩散和影响周围结构的评估。在一些情况下,医生可能使用经子宫镜检查子宫腔,直接观察子宫肌瘤的位置和大小,并进行组织取样以排除其他问题。

4. 子宫肌瘤的预防与注意事项

预防子宫肌瘤并非总是可行,因为它的确切原因目前尚不明确,但可以通过一些健康的生活方式和注意事项来维护子宫健康,并降低患上子宫肌瘤的风险。采用均衡营养的饮食对维持身体健康至关重要。多摄入富含蔬菜、水果、全谷类、低脂蛋白质的食物,限制饮食中过多的加工食品和高脂肪食物。维持健康的体重对于子宫健康至关重要。肥胖与激素水平的

变化有关,可能增加子宫肌瘤的风险。定期运动和保持适当的体重可以帮助预防肥胖。适度的有氧运动对维持身体健康、促进血液循环以及调节激素水平都有益处。每周至少进行150分钟的中等强度有氧运动是建议的标准。

5. 结语

子宫肌瘤虽然是一种常见的雌性健康问题,但仍然存在许多对它的误解和陈旧观念。通过本文,我们强调了科学认知的重要性,鼓励大家在面对这一问题时不再感到神秘或困扰。同时,我们也提及了患者心理健康的关键性,呼吁社会对于女性健康问题的更多理解和支持。在科学发展的今天,对于子宫肌瘤的认知已经取得了巨大的进步。然而,我们仍需共同努力,提高社会对女性健康问题的认知水平,消除对患者的歧视,为她们提供更全面、关心与尊重的医疗支持。

(作者单位:河北省石家庄市中医院)