

骨关节炎怎么治

□ 郎旭剑

骨关节炎是一种常见的慢性关节疾病，以关节软骨退行性变和关节骨性增生为特征。其治疗方法包括药物治疗、物理治疗、手术治疗等。本文将详细介绍这些治疗方法，帮助大家了解骨关节炎的治疗方法，从而更好地应对这一疾病。

一、药物治疗

非处方药包括消炎药、止痛药、抗风湿药等，这些药物通常可以缓解疼痛和炎症，减轻关节肿胀。使用非处方药时，请遵循药品说明书上的剂量和时间，以免出现副作用。

处方药包括硫酸氨基葡萄糖、双醋瑞

因等营养软骨的药物，以及一些抗炎药物如非甾体类抗炎药等。这些药物可以帮助修复关节软骨，减轻炎症，改善关节功能。使用处方药时，请务必遵医嘱，并按照药品说明书上的剂量和时间服用。

二、物理治疗

物理治疗包括各种非药物治疗方法，如关节活动训练、按摩、针灸、推拿等。这些方法可以帮助改善关节血液循环，减轻疼痛和炎症，增强肌肉力量，改善关节功能。

关节活动训练是骨关节炎患者常用的物理治疗方法，包括主动和被动的关

节活动度训练、肌力训练等。通过关节活动训练，可以改善关节灵活性，增强肌肉力量，减轻关节负担。

按摩和针灸等传统中医疗法也可以用于骨关节炎的治疗。按摩可以缓解肌肉紧张，促进血液循环，缓解疼痛；针灸则可以刺激穴位，调节身体机能，达到治疗目的。

三、手术治疗

当药物治疗和物理治疗无效，或严重影响患者生活质量时，可以考虑手术治疗。手术方法包括人工关节置换等。人工关节置换是通过手术将人工关节假体安

装到患病关节的位置，以替代患病关节的功能，从而恢复患者的关节功能和日常生活能力。

手术前，患者需要接受全面的身体检查和评估，以确定是否适合手术以及手术的风险和效果。手术后，患者需要接受一定的康复训练和护理，以促进术后恢复和减少并发症的发生。

总之，骨关节炎的治疗方法包括药物治疗、物理治疗和手术治疗等。在选择治疗方法时，患者应根据自己的病情和医生的建议，选择适合自己的治疗方法。同时，患者积极配合治疗，以达到最佳的治疗效果。

(作者单位:山东省潍坊医学院附属医院)

调理脾胃 3 种古方,呵护您的脾胃

□ 李 晶

脾是脏,胃是腑,主管消化功能,胃腑主通降功能,可以收纳、腐熟水谷,而脾脏主运化、升清、统血功能。

脾胃功能失调通常是由于过度劳累、饮食不节、体质虚弱等因素所致,主要临床表现是消瘦、大便稀薄、畏寒等,可以通过饮食调理、手法推拿、药物调理等方法进行改善。

调理脾胃的方法有很多,主要有 3 种古方最为有效。

1.理中汤

理中汤组方:人参、干姜、炙甘草、白术四味中

药组成,具有温中祛寒、补气健脾的功效。组方中的干姜和人参祛寒效果非常好,即使是风寒久治不愈也能有改善效果,对胃寒或宫寒也能进行调理。白术、甘草都有温中健脾、益气养血的作用,可以治疗脾胃虚弱、食欲不振、腹泻等症状。理中汤出自《伤寒论》《金匮要略》,也可制成理中丸。取白术、甘草各半量,粉碎成细粉,剩余白术与党参及炮姜粉碎成粗粉,照流浸膏剂与浸膏剂项下的渗漉法,用 70%乙醇作溶剂,进行渗漉,漉液浓缩成稠膏,剩余的甘草加水煎煮二次,每次 2 小时,合并煎液,滤过,滤液浓缩成相对密度为 1.30 的稠

膏。

2.四君子汤

四君子汤组方:去芦人参、白术、去皮茯苓、甘草组成,具有益气健脾、调理脾胃的功效。人参具有健脾益肺、补元气的功效,白术具有健脾燥湿、益气健脾的功效,茯苓具有健脾渗湿、宁心安神的功效,甘草具有益气补中、润肺止咳、清热解毒的功效。脾胃虚寒是脾胃气血不足、寒湿外袭所致,四君子汤可以改善血液循环功能,促进脾胃功能恢复。四君子汤出自《太平惠民和剂局方》,为补气第一方,立意在于脾胃。

3.黄芪建中汤

黄芪建中汤组方:黄芪、芍药、桂枝、生姜、炙甘草、大枣(擘)、胶饴(饴糖)组成,具有补益脾胃、温阳散寒的功效。黄芪、大枣、甘草可以起到补益脾胃的作用,桂枝、生姜可以温脾散寒,芍药和饴糖可以起到很好的缓急止痛的作用。黄芪建中汤出自《金匮要略》,重在温养脾胃,是治疗虚寒性胃痛的主方。呵护您的脾胃除了要对症调理,正确选择经典方剂,还应加强日常生活管理,积极增强自身抵抗力,才能更好地改善健康状况。

(作者单位:河北省石家庄市中医院)

浅谈心肌梗塞的治疗经验

□ 李 丹

心肌梗塞是一种严重的疾病,它会导致心机的严重损伤和心肌细胞的死亡。心肌梗塞的治疗是一个复杂的过程,需要医生、患者和家属的密切合作。以下是一些关于心肌梗塞治疗的重要经验和建议。

首先,尽早接受治疗是关键。心肌梗塞发生后,应立即拨打急救电话,并在救护车到来之前采取一些基本的急救措施,如保持患者呼吸道通畅,避免过度搬动等。一旦患者被送到医院,医生会立即进行心电图、心肌酶谱等检查,以确定心肌梗塞的严重程度和范围。

其次,溶栓治疗是心肌梗塞治疗的重要手段之一。溶栓治疗是通过注射药物,使血栓溶解,从而恢复心机的血流。对于一些病情较轻

的患者,溶栓治疗可以迅速缓解症状,挽救更多的心肌细胞。但是,溶栓治疗也有一定的风险,如出血等,因此需要在医生的指导下进行。

第三,支架植入和搭桥手术是治疗严重心肌梗塞的有效方法。支架植入是通过将金属支架放置在狭窄的血管中,以扩大血管的直径,从而增加心机的血流。搭桥手术则是通过将其他部位的血管接到梗死的部位,以恢复心机的血流。这两种治疗方法都需要在医生的指导下进行,并需要患者和家属的充分配合。

在治疗过程中,患者和家属需要注意许多事项。首先,要保持患者的情绪稳定,避免过度紧张和焦虑。其次,要遵循医生的建议,按时服药,定期复查。此外,患者需要充分休

息,避免过度劳累和情绪波动。家属也应该给予患者足够的关爱和支持,帮助他们度过难关。

最后,预防心肌梗塞的发生也是非常重要的。患者应该注意饮食健康,减少高脂肪、高胆固醇食物的摄入,增加蔬菜水果的摄入。同时,要保持适当的运动,增强身体的抵抗力。

总之,心肌梗塞是一种严重的疾病,需要及时就医和治疗。在治疗过程中,患者和家属需要密切配合医生的治疗方案,遵循医生的建议,注意患者的情绪和身体状况。通过健康的生活方式和定期的医疗检查,我们可以减少心血管疾病的风险,保护我们的心脏健康。

(作者单位:河北省曲阳县第二中心医院)

甲状腺结节是指甲状腺内部形成的局限性肿块,是一种常见的甲状腺疾病,多数为良性,但也有少数为恶性。甲状腺结节的诊断和鉴别主要依靠影像学检查,其中超声检查是首选的方法,因为它安全、方便、无创,而且能够清晰地显示结节的大小、形态、边缘、回声、钙化等特征,从而评估结节的恶性风险。

目前,有多种超声检查方法可以用于甲状腺结节的诊断,如灰阶超声、多普勒超声、超声弹性成像和超声造影等。这些方法各有优缺点。那么,甲状腺结节用哪种超声诊断效果更好呢?

灰阶超声是最基本的超声检查方法,它可以显示结节的灰度水平,反映结节的声衰减特征。灰阶超声的优点是简单、快速、成本低,缺点是受操作者经验和主观判断的影响较大,对于一些不典型的结节,如囊实性结节、微小结节、淋巴瘤等,灰阶超声的诊断准确性较低。

多普勒超声是在灰阶超声的基础上,增加了对血流信号的检测,可以显示结节的血流分布和血流阻力指数,评估结节的良恶性,但特异性较低,还有一些结节血流速度很低,难以测到血流信号及频谱。

超声弹性成像是一种新型的超声检查方法,它可以显示结节的硬度,反映结节的组织特性。可以提高结节的恶性风险评估,但操作技术要求较高,受压力、位置、角度等因素的影响较大,而且对于一些硬度不均匀的结节,如淋巴瘤、甲状腺外侵犯等,超声弹性成像的诊断准确性较低。

超声造影的优点是可以提高结节的恶性风险评估,因为恶性结节通常有较多的微血管和较快的灌注速度,特别是对于一些多普勒超声不敏感的结节,如微小结节、囊实性结节等,超声造影可以提高诊断的敏感性。但造影剂剂量、注射速度、注射时间等因素的影响较大,而且超声造影是一种有创的方法,需要静脉注射造影剂,可能引起一些不良反应。总之,甲状腺结节用哪种超声诊断效果更好,没有一个统一的规范,需要根据结节的类型、大小、位置、数量等因素,综合考虑各种超声检查方法的优缺点,选择最适合的方法。

(作者单位:河北省邢台市第三医院)

甲状腺结节用哪种超声诊断效果更好

□ 李海芬

西医:肝硬化的有效治疗方法

□ 李坤然

肝硬化是一种严重的慢性疾病,它的病理改变主要是由于长期慢性肝损伤,导致肝细胞坏死,纤维增生,最终形成假小叶和结节。肝硬化是一种常见的慢性肝病,其症状包括腹水、消化道出血、肝性脑病等。西医在治疗肝硬化方面具有显著的优势,本文将详细介绍西医治疗肝硬化的有效方法。

一、病因治疗

肝硬化病因复杂多样,包括病毒性肝炎、酒精性肝炎、自身免疫性肝炎等。因此,针对不同的病因,西医会采取不同的治疗方法。例如,对于病毒性肝炎引起的肝硬化,西医会采用抗病毒药物进行治疗;对于酒精性肝炎引起的肝硬化,西医会采用戒酒、保肝治疗等措施。

二、药物治疗

西医治疗肝硬化的药物主要包括抗病毒药物、保肝药物、抗纤维化药物等。抗病毒药物主要用于治疗病毒性肝炎引起的肝硬化,如恩替卡韦、拉米夫定等。保肝药物主要用于改善肝功能,如谷胱甘肽、硫普罗宁等。抗纤维化药物主要用于抑制纤维增生,如复方鳖甲软肝片、安络化纤丸等。此外,西医还会根据患者的具体情况,采用利尿剂、抗感染药物等进行治疗。

三、手术治疗

对于一些严重的肝硬化患者,西医可能会采用手术治疗。例如,对于门静脉高压引起的腹水,西医可能会采用分流术或断流术等手术方法进行治疗。此外,对于一些特殊类型的肝硬化,如肝肾综合征、自发性腹膜炎等,西医也会采用相应的手术治疗。

四、生活调理

生活调理在西医治疗肝硬化中占有重要的地位。首先,患者应保持健康的饮食习惯,避免饮酒和过度劳累。其次,患者应定期进行肝功能检查和影像学检查,以便及时发现病情变化。此外,患者还应保持良好的心态,积极面对疾病,配合医生的治疗。

综上所述,西医治疗肝硬化具有多种有效方法。首先,针对不同的病因采取相应的治疗措施;其次,根据患者的具体情况,采用相应的药物治疗;对于一些严重的肝硬化患者,西医可能会采用手术治疗;最后,生活调理在西医治疗肝硬化中占有重要的地位。通过以上方法,我们可以有效地控制肝硬化的发展,提高患者的生存质量。

(作者单位:河北省曲阳第二医院)