

## 心力衰竭的症状及治疗措施

□ 刘震

心力衰竭是一种常见的心血管疾病,严重影响着人们的健康和生活质量。本文将探讨心力衰竭的危害及其应对策略,帮助读者更好地了解这一疾病,并采取积极的措施预防和治疗。

### 一、心力衰竭的定义和症状

心力衰竭是指心脏无法正常工作,导致血液循环不畅,身体各部位得不到足够的血液供应。常见症状包括呼吸困难、乏力、水肿等。

### 二、心力衰竭的危害

#### 1. 健康问题

心力衰竭可能导致多种健康问题,如心肌梗死、心律失常、血栓形成等。这些并发症可能对患者的生命造成威胁,影响生活质量。

#### 2. 情绪问题

心力衰竭可能导致患者产生焦虑、抑郁等情绪问题,影响心理健康。长期的情绪困扰可能进一步加重病情,形成恶性循环。

#### 3. 家庭和社会负担

心力衰竭患者需要长期治疗和管理,这给家庭和社会带来了巨大的经济和心理负担。患者可能需要定期就诊、服药、监测病情。这些都需要家庭成员或专业人士的陪伴和照顾。

### 三、心力衰竭的预防

#### 1. 健康的生活方式

保持健康的生活方式是预防心力衰竭的关键。这包括合理的饮食、适量的运动、充足的睡眠,以及避免吸烟、酗酒等不良生活习惯。

#### 2. 控制心血管危险因素

高血压、高血脂、糖尿病等心血管危险因素可能增加心力衰竭的风险。通过控制这些危险因素,可以降低患心力衰竭的可能性。

#### 3. 及早发现并治疗心脏病

如有胸闷、气短等症状,应及时就医,及早发现并治疗心脏病,避免其发展为心力衰竭。

### 四、心力衰竭的治疗

#### 1. 药物治疗

药物治疗是心力衰竭的基本治疗手段之一。常用的药物包括利尿剂、血管紧张素转化酶抑制剂(ACEI)、β受体拮抗剂等,这些药物可以改善心脏功能,缓解症状。

#### 2. 心脏康复治疗

心脏康复治疗是针对心力衰竭患者的一种综合治疗方式,包括药物治疗、饮食指导、

运动训练、心理辅导等。通过这些措施,可以帮助患者改善生活质量,减少复发风险。

#### 3. 手术干预

对于严重的心力衰竭患者,手术干预可能是一种有效的治疗手段。例如,心脏移植、心脏再同步治疗(CRT)等手术方式,可以改善心脏功能,提高患者的生活质量。

总之,心力衰竭是一种严重的疾病,对患者的生活质量和健康造成严重影响。通过采取健康的生活方式、控制心血管危险因素、及早发现并治疗心脏病,以及采用药物治疗、心脏康复治疗 and 手术干预等手段,我们可以有效地预防和

治疗心力衰竭,提高患者的生活质量。  
(作者单位:河北省张家口市第一医院)

## 乳腺癌手术的选择建议

□ 刘文斌

随着医疗技术的进步,越来越多的乳腺癌患者在发现病情后选择了手术治疗。但是,如何选择适合自己的手术方式,仍有许多患者感到困惑。本文将就乳腺癌手术的选择进行科普,帮助大家了解如何选择适合自己的手术方式。

### 一、乳腺癌手术的基本类型

乳腺癌手术主要包括乳腺癌根治术、改良根治术和保乳手术。其中,根治术适用于肿瘤较大、范围较广的患者,改良根治术适用于肿瘤较小、范围较局限的患者,保乳手术则适用于肿瘤较小且局限于乳房的患者。

### 二、影响手术方式选择的因素

1. 肿瘤大小和位置:肿瘤的大小和位置是决定手术方式的重要因素。肿块位于乳房中央或较大,需要选择根治术或改良根治术;而位于乳房边

缘或较小的肿块,则更适合选择保乳手术。

2. 患者年龄和身体状况:老年患者身体状况较差,通常选择较为保守的手术方式;年轻患者身体状况较好,可以选择更为彻底的根治术。

3. 病理检查结果:病理检查结果是决定手术方式的关键因素。如果病理结果显示癌细胞已经扩散,那么根治术或改良根治术可能是更好的选择。

### 三、手术方式的优缺点及选择建议

1. 优点:根治术和改良根治术能够彻底切除肿瘤,降低复发风险,适用于肿瘤较大、范围较广的患者。保乳手术手术创伤较小,适用于肿瘤较小且局限于乳房的患者。

2. 缺点:根治术和改良根治术的创伤较大,恢复时间较长;保乳手术虽然创伤较小,但可能无法完全切除肿瘤,

存在复发风险。

3. 选择建议:患者在选择手术方式时,应根据自身病情、年龄和身体状况综合考虑。建议在医生的指导下,选择最适合自己的手术方式。

4. 术前准备:患者在接受手术前应做好充分的术前准备,如调整饮食、保持充足的睡眠和良好的心态等。同时,患者应向医生提供完整的病史和检查结果,以便医生做出准确的诊断和治疗方案。

总之,乳腺癌手术的选择是一个复杂的过程,需要患者在医生的指导下根据自身情况做出合适的选择。患者应了解各种手术方式的优缺点,以便做出明智的选择。同时,保持良好的心态,积极配合医生的治疗建议,有助于早日康复。  
(作者单位:河北燕达医院)

## 探讨腰椎间盘突出症的发病机制

□ 刘志雷

腰椎间盘突出症是一种常见的骨科疾病,它主要由腰椎间盘退行性变、损伤和遗传因素等引起。本文将探讨腰椎间盘突出症的发病机制,包括病因和病理过程,以便读者更好地了解该疾病。

### 一、发病机制

腰椎间盘突出症的发病机制主要涉及腰椎间盘的结构和功能。腰椎间盘是脊柱中一个重要的组成部分,它位于两个腰椎骨之间,起着缓冲和传递压力的作用。腰椎间盘主要由两部分组成:髓核和纤维环。髓核是一种富有水分和弹性的胶冻状物质,而纤维环则是由坚韧的纤维组织构成的外壳。

当腰椎间盘开始退行性变时,其结构会发生变化,导致髓核向后突出,压迫周围的神经根,从而引发腰椎间盘突出症。这种退行性变可能是由于年龄、慢性劳损、遗传因素等引起的。

### 二、病因

腰椎间盘突出症的病因主要包括

以下几个方面:

1. 长期劳损:长期从事重体力劳动、长时间坐姿不正确、长时间弯腰等都可能使腰椎间盘受到过度的压力,加速其退行性变。

2. 遗传因素:腰椎间盘突出症具有一定的家族聚集性,部分人群可能存在遗传易感性。

3. 脊柱畸形:如脊柱侧弯、腰椎滑脱等,可能导致腰椎间盘承受更大的压力,加速其退行性变。

4. 其他因素:如肥胖、不良生活习惯(如吸烟、饮酒等)、年龄增长等也可能对腰椎间盘造成不良影响。

### 三、病理过程

当腰椎间盘向后突出并压迫神经根时,就会引发一系列病理过程。这些过程包括:

1. 炎症反应:腰椎间盘突出后,周围的神经末梢和血管会受到刺激,引发炎症反应。

2. 神经受压:突出的腰椎间盘会压迫神经根或脊髓,导致神经功能障碍。

3. 组织水肿:受压的神经会引发周围组织水肿,进一步加重神经受压症状。

### 四、预防与治疗

针对腰椎间盘突出症的预防与治疗,我们可以采取以下措施:

1. 保持良好的生活习惯,避免长时间坐姿、弯腰和过度劳累。

2. 加强腰背部肌肉锻炼,增强脊柱的稳定性。

3. 及早就医,在医生的指导下进行康复训练和治疗。

对于已经出现腰椎间盘突出症的患者,治疗方法主要包括药物治疗、物理治疗和手术治疗。药物治疗可以通过消炎镇痛药缓解疼痛;物理治疗可以通过按摩、针灸等方式缓解症状;严重者可能需要手术治疗,通过手术切除突出的腰椎间盘,解除神经受压症状。

总之,了解腰椎间盘突出症的发病机制和病理过程,对于预防和治疗该疾病非常重要。保持良好的生活习惯、定期进行体检、及早就医治疗是预防该疾病的关键。  
(作者单位:河北省魏县中医院)

## 阑尾炎的症状表现

□ 刘星

阑尾炎是一种常见的外科疾病,通常由阑尾内部发炎引起。阑尾炎的症状表现多样,不同的人可能会有不同的症状,但一般来说,这些症状都具有共同点。下面我们将详细介绍阑尾炎的症状表现。

### 一、典型症状

1. 腹痛:腹痛是阑尾炎最常见的症状,通常在肚脐周围或上腹部开始,然后逐渐转移到右下腹。这种转移性疼痛是阑尾炎的一个重要特征。

2. 恶心和呕吐:阑尾炎通常会引发恶心和呕吐,这是因为炎症刺激了肠道和胃部。

3. 腹泻和便秘:有些患者可能会出现腹泻或便秘的症状,这可能与炎症刺激肠道有关。

4. 发热和寒战:炎症会导致身体发热,有时甚至会发高烧。同时,患者还可能

### 二、其他症状

1. 右下腹疼痛:在急性阑尾炎中,右下腹疼痛是最常见的症状之一。然而,慢性阑尾炎可能不会出现明显的右下腹疼痛。

2. 腹部压痛:当医生按压患者的腹部时,可能会感觉到疼痛。这是阑尾炎的一个特征性表现。

3. 肌肉紧张和触痛:有些患者可能会出现肌肉紧张和触痛的症状,这可能是由于炎症刺激了周围的肌肉和结缔组织。

### 三、不同类型阑尾炎的症状

1. 急性阑尾炎:急性阑尾炎通常会表现出上述典型症状,并且疼痛和炎症会突然出现并迅速恶化。有时,急性阑尾炎还可能

2. 慢性阑尾炎:慢性阑尾炎的症状不如急性阑尾炎明显,可能只是轻微的腹痛或不舒适。此外,慢性阑尾炎还可能出现反复发作的症状,例如在一段时间内出现腹痛,然后逐渐消失,然后又再次出现。

3. 妊娠期阑尾炎:对于妊娠期女性来说,阑尾炎的症状可能有所不同。可能会出现与一般情况类似的腹痛、恶心、呕吐等症状,但也可能出现其他特殊症状,如腹部压痛、肌肉紧张等。此外,妊娠期阑尾炎的风险相对较高,因此建议妊娠期女性如有疑似阑尾炎的症状,应及时就医。

### 四、如何缓解阑尾炎症状

首先,要保持冷静,不要过于紧张或恐慌。同时要注意休息,适当喝水和进食清淡易消化的食物。对于轻度疼痛的患者,可以使用一些非处方药来缓解疼痛和不舒适。但是请注意,对于任何严重的疼痛或不舒适,尤其是伴有其他症状时,应及时就医。医生通常会建议采用一些非手术方法进行治疗,如抗生素治疗和适当的饮食和休息。如果情况严重或反复发作,可能需要手术切除阑尾以根治疾病。

总之,阑尾炎的症状表现多样,不同的人可能会有不同的症状。但只要及时就医并按照医生的建议进行治疗,通常可以很快恢复健康。  
(作者单位:河北省张家口市第一医院)

## CT 检查的适应症及检查流程

□ 刘永

CT 检查是一种广泛应用于医学诊断和治疗的影像学检查技术。它通过使用 X 射线对人体的各个部位进行断层扫描,生成高分辨率的图像,帮助医生更好地了解患者的病情。本文将向您介绍 CT 检查的特点、适应症、禁忌症以及检查流程,让您更好地了解这一无创、无创的医学检查方法。

### 一、CT 检查的特点

CT 检查具有以下特点:

1. 高分辨率:CT 利用 X 射线对人体的各个部位进行断层扫描,生成高分辨率的图像,使得医生能够更清晰地看到人体内部结构的细节。

2. 无创:CT 检查过程中不会对患者造成损伤,因此适用于各种需要影像学检查的患者,包括儿童和老年人。

3. 快速:CT 检查的速度较快,通常在几

分钟内即可完成。这使得它成为许多临床医生的首选检查方法。

4. 多方位:CT 图像可以多方位、多角度展示人体内部结构,有助于医生进行准确的诊断和手术规划。

### 二、CT 检查适应症

CT 检查适用于多种临床情况,包括但不限于:

1. 肿瘤:CT 可用于检测和评估肿瘤的大小、位置、扩散程度等。

2. 感染性疾病:CT 可用于诊断感染性疾病,如肺炎、结核等。

3. 骨折:CT 可用于评估骨折的程度和位置。

4. 脑部疾病:CT 可用于诊断脑部疾病,如脑出血、脑梗塞等。

5. 心血管疾病:CT 可用于评估心血管系统的结构和功能。

6. 胃肠疾病:CT 可用于观察胃肠疾病的形态和位置。

### 三、CT 检查禁忌症

虽然 CT 检查是一种安全、无创的检查方法,但并非适用于所有患者。以下情况可能需要避免或谨慎进行 CT 检查:

1. 孕妇:在怀孕的前三个月,CT 检查可能对胎儿产生不良影响,因此需要权衡利弊。

2. 安装心脏起搏器或除颤器患者:CT 检查中的 X 射线可能对起搏器或除颤器产生干扰,因此需要告知医生相关情况。

3. 安装其他植入物患者:某些植入物可能对 CT 检查结果产生干扰或影响,需要医生评估风险。

4. 严重心肺疾病患者:对于严重心肺疾病患者,CT 检查可能加重病情,需要医生评估风险。

### 四、CT 检查流程

1. 预约:患者需要提前预约 CT 检查时间,告知医生自己的病史和药物过敏史。

2. 准备:在检查前,患者需要去除身上的金属物品,如金属纽扣、钥匙、手机等。同时,根据医生的要求服用药物或保持适当的体位。

3. 检查:根据医生安排的时间,患者进入 CT 室接受检查。医生会根据需要进行多层面的扫描,以便获得高质量的图像。

4. 结果:CT 检查结果通常会以图像和报告的形式呈现。医生会根据检查结果给出诊断意见和建议。

总之,CT 检查是一种无创、无创的医学检查方法,适用于多种临床情况。患者在接受 CT 检查前需要了解适应症和禁忌症,按照医生的要求进行准备和检查,并遵医嘱进行随访。  
(作者单位:河北省迁安市人民医院)