

# 重症患者肢体功能锻炼的必要性及方法

□ 唐 晓

时间卧床,肌肉力量会逐渐减弱。适当的肢体功能锻炼可以增强肌肉力量,提高患者的自理能力。

3.改善关节活动度:重症患者由于长期卧床,关节活动度会受到影响。通过适当的肢体功能锻炼,可以改善关节活动度,预防关节僵硬。

4.缓解焦虑情绪:肢体功能锻炼可以让重症患者逐渐适应外界环境,减轻焦虑情绪,提高心理健康水平。

## 二、肢体功能锻炼的方法

1.被动运动:在医生的指导下,家属或护理人员可以协助患者进行被动

运动,如按摩、推拿、关节屈伸等。被动运动可以促进血液循环,预防肌肉萎缩和关节僵硬。

2.主动运动:在病情允许的情况下,重症患者可以尝试进行主动运动,如抬腿、握拳、翻身等。逐渐增加运动强度和难度,逐步恢复肌肉力量和关节活动度。

3.呼吸肌训练:呼吸肌训练是重症患者肢体功能锻炼的重要组成部分。通过深呼吸、缩唇呼吸等训练,可以提高患者的呼吸功能,减轻呼吸困难的症状。

4.渐进式康复训练:根据患者的病情和恢复情况,制定渐进式的康复训练

计划。初期以被动和辅助运动为主,逐渐过渡到主动运动,最后加入日常生活活动训练。

5.心理疏导:在肢体功能锻炼的过程中,心理疏导同样重要。

总之,重症患者的肢体功能锻炼对于康复至关重要。通过适当的被动运动、主动运动、呼吸肌训练和渐进式康复训练等方法,可以帮助患者恢复身体机能,提高生活质量。同时,心理疏导同样不可忽视,让患者在关爱和支持的环境下更好地进行康复训练。

(作者单位:山东省夏津县人民医院)

# 检测免疫系统的重要性及方法

□ 李 洁

胞。血清学检查则通过检测体内各种抗体的水平来判断疾病的存在和严重程度。基因检测则用于检测某些遗传性疾病,如血友病、地中海贫血等。

## 三、如何解读免疫检验结果

免疫检验结果通常会以数值或符号的形式呈现,例如白细胞计数、淋巴细胞比例等。这些数值或符号代表了免疫系统的健康状况,如过高或过低的数值可能表示免疫系统过度活跃或缺乏活性。

解读免疫检验结果时,我们需要关注以下几个方面:

1.正常范围:免疫检验结果通常有一个正常范围,超出这个范围可能意味着免疫系统存在问题。

免疫系统是我们身体内的一道防线,它保护我们免受各种疾病的侵害。免疫检验是一种特殊的检查方法,它可以帮助我们了解免疫系统的功能,从而预防和治疗许多疾病。本文将详细介绍免疫检验的重要性、方法以及如何解读免疫检验结果。

## 一、免疫检验的重要性

免疫系统是我们身体内最复杂的防御系统之一,它由数以亿计的免疫细胞组成,这些细胞通过识别和消灭入侵的病原本来保护我们。免疫检验可以帮助我们了解免疫系统的功能,从而预防和治疗许多疾病。

## 二、免疫检验的方法

免疫检验的方法有很多种,主要包括细胞学检查、血清学检查、基因检测等。细胞学检查通常用于检测体内是否存在异常细胞,如肿瘤细胞或病毒感染细

腰椎间盘突出症是一种常见的骨科疾病,主要由于椎间盘退行性改变或损伤导致纤维环破裂,髓核突出,压迫神经根,引起腰痛、下肢疼痛、麻木等症状。本篇文章将向读者介绍腰椎间盘突出症的病因、症状、治疗方法及预防措施。

## 一、认识腰椎间盘突出症

腰椎间盘突出症是由于椎间盘各部分退行性改变,在外力作用下,椎间盘向后突出,刺激或压迫神经根引起的疾病。常见于青壮年体力劳动者。

## 二、腰椎间盘突出症的病因

1.椎间盘退行性改变:随着年龄增长,椎间盘逐渐退化,纤维环和髓核含水量下降,髓核失去弹性,纤维环破裂。

慢阻肺是一种常见的慢性

呼吸系統疾病,严重影响患者的生活质量和健康状况。本文将从肺部影像学角度,介绍慢阻肺在影像学上的表现,帮助大家更好地理解这一疾病。

## 一、慢阻肺的肺部影像学表现

慢阻肺的肺部影像学表现主要包括肺气肿、支气管扩张和慢性炎症等。这些改变会导致肺部组织结构异常,影响气体交换和气道通畅。

1.肺气肿:肺气肿是慢阻肺最常见的影像学表现。在X光或CT扫描下,可以看到肺部组织过度膨胀,形成均匀或不均匀的阴影。随着病情进展,肺气肿会逐渐加重,导致肺部组织弹性减弱,影响呼吸功能。

2.支气管扩张:慢阻肺患者支气管壁会出现炎症和增厚,导致支气管扩张。在影像学上,可以看到支气

# 慢阻肺,在肺部影像学上是怎么表现的

□ 郭亚琼

管形态不规则,管腔变窄或扩张。这些改变会影响气流通过,加重呼吸困难症状。

3.慢性炎症:慢阻肺是一种慢性炎症性疾病,肺部长期受到炎症刺激,会导致肺部组织结构破坏和纤维化。在影像学上,可以看到肺部纹理增粗、紊乱,甚至出现斑点状阴影。

## 二、慢阻肺的影像学诊断

慢阻肺的影像学诊断主要依靠X光、CT扫描和磁共振成像(MRI)等检查手段。通过观察肺部组织的形态和结构变化,医生可以初步判断是否存在慢阻肺及其严重程度。

1.X光检查:X光检查是慢阻肺的常用诊断方法

之一。通过观察肺部组织的形态和气体交换情况,医生可以评估病情严重程度和治疗效果。

2.CT扫描:CT扫描是更精确的影像学检查手段,可以更清晰地观察到肺部组织的形态和结构变化。尤其是对于肺气肿和支气管扩张等改变,CT扫描的诊断准确性更高。

3.MRI:MRI检查对于慢阻肺的诊断意义不大,主要用于评估肺部感染、肺心病等并发症。

慢阻肺是一种常见的慢性呼吸系统疾病,其肺部影像学表现主要包括肺气肿、支气管扩张和慢性炎症等。通过X光、CT扫描等影像学检查手段,医生可以初步判断是否存在慢阻肺及其严重程度。了解慢阻肺的影像学表现和诊断方法,有助于患者及早发现病情,获得更好的治疗和护理。

(作者单位:河南省登封市人民医院)

# 儿童哮喘的有效防控

□ 吕庆芝

的滋生;避免使用地毯,以减少尘土和宠物毛屑的吸入;尽量避免养宠物,如无法避免,应定期清洗宠物毛发和家中宠物的用品。

2.避免接触过敏原:了解儿童的过敏原,如对花粉、动物毛发、食物等过敏,应尽量避免接触。在季节交替或天气变化时,应注意减少外出,以减少花粉吸入和呼吸道感染的风险。

3.加强锻炼:适当的体育锻炼可以提高儿童的免疫力,增强呼吸道的抵抗力。建议家长引导儿童进行有氧运动,如跑步、游泳等。

4.合理饮食:均衡的饮食可以提供身体所需的营养,

增强身体抵抗力。家长应避免让儿童食用过于油腻、辛辣、刺激性的食物,以免加重哮喘症状。

## 三、儿童哮喘的治疗

一旦儿童确诊为哮喘,应积极配合医生的治疗建议,坚持用药并定期复查。治疗哮喘的药物主要包括吸入性糖皮质激素、支气管舒张剂等,可根据病情选择合适的药物方案。同时,家长应学会正确使用药物的方法,以便在儿童症状发作时能够及时给予治疗。

除了药物治疗外,心理疏导和生活习惯的调整也非常重要。家长应给予儿童足够的关爱和支持,帮助他们树立战胜疾病的信心。

总体来说,儿童哮喘是一种可防可控的疾病。通过合理的预防措施和科学的治疗方法,我们可以有效地控制病情,提高儿童的生活质量。

(作者单位:河南省光山县人民医院)