

心电图异常情况的关注点

□ 陈颖

心电图是临床医学中非常重要的诊断工具之一,它能够记录心脏的电活动,帮助医生了解心脏的病理生理情况。心电图的异常变化往往提示着心脏疾病的存在,因此对于心电图的正确解读和判断至关重要。本文将介绍哪些心电图异常情况需要引起特别关注,以便读者能够更好地理解心电图的意义,并在必要时及时采取相应措施。

1. 心电图基本知识:心电图是通过在体表放置电极,记录心脏电活动的曲线图。心电图的工作原理是利用心电图描记器记录心脏的电活动,包括心房、心室的电活动以及心脏传导系统的传导过程。心电图记录的信号主要包括P波、QRS波群、T波以及ST段等,它们分别代表了心房、心室以及心脏传导系统的不同活动。正常的心电图形态应当是规则的,时限和振幅都应当在正常范围内。

2. 需要关注的心电图异常情况:2.1 心肌缺血:心肌缺血是常见的心电图异常情况之一,主要表现为ST段和T波的改变。当心脏供血不足时,心肌细胞的功能会受到影响,导致心电图上出现ST段压低或T波倒置等变化。这些变化通常

提示着冠状动脉疾病的存在,需要进一步检查和治疗。如果发现有心肌缺血的表现,应及时就医,医生会根据患者的具体情况制定相应的治疗方案。2.2 心律失常:心律失常是指心脏的节律出现异常,主要表现为心率的快慢和心律的不规则。常见的心律失常包括早搏、心动过速、心动过缓等。这些异常情况可能会导致心悸、胸闷、头晕等症状,严重时甚至可能导致猝死。对于心律失常的处理,应根据具体情况选择药物治疗或非药物治疗。同时,患者应注意保持良好的生活习惯,避免诱发心律失常的因素。2.3 心肌梗死:心肌梗死是一种严重的心血管疾病,通常由冠状动脉阻塞导致心肌缺血坏死引起。心电图对于心肌梗死的诊断和治疗具有重要意义。在心肌梗死发生时,心电图可能会出现ST段抬高或异常Q波等表现。对于疑似心肌梗死的患者,应立即送往医院进行进一步检查和治疗。治疗心肌梗死的主要方法是再灌注治疗,包括介入治疗和溶栓治疗等。同时,患者应注意改善生活习惯,降低心肌梗死的风险。2.4 心肌肥厚与扩张:心肌肥厚与扩张是指心脏肌肉增厚和扩张的

现象。心电图上主要表现为QRS波群的形态变化,如R波增高、ST段压低等。这些变化通常提示着高血压性心脏病、心肌炎等疾病的存在。对于心肌肥厚与扩张的患者,应及时就医并接受相应的治疗。治疗方法包括药物治疗、生活方式的改善以及手术治疗等。2.5 心脏传导阻滞:心脏传导阻滞是指心脏传导系统某个部位出现传导阻滞,导致心律失常。心电图上主要表现为P波和QRS波群的异常变化,如P波增高或变窄、QRS波群增宽或变窄等。这些变化可能会导致心悸、胸闷等症状,严重时甚至可能导致猝死。对于心脏传导阻滞的患者,应根据具体情况选择药物治疗或手术治疗。同时,患者应注意改善生活习惯,降低心脏传导阻滞的风险。2.6 心律失常药物影响:许多药物对心脏的电活动产生影响,导致心电图异常。例如,抗心律失常药物可能会引发心律失常加重,利尿剂可能会诱发电解质紊乱,抗抑郁药和安眠药可能会影响心脏传导系统等。因此,在使用这些药物的过程中,应密切关注心电图的变化情况。一旦发现异常,应及时减少药量或停止用药,同时可以添加保护

心脏和电解质的药物治疗。饮食方面要注意少食多餐,避免暴饮暴食,避免高脂、高盐、高糖的食物,同时要戒烟戒酒,保持良好的作息习惯,避免过度劳累和精神紧张。定期参加体育锻炼可以增强体质,并有助于控制体重。通过这些措施可以更好地维护心血管健康。

心电图的异常情况应引起高度重视。心肌缺血、心律失常、心肌梗死、心肌肥厚与扩张、心脏传导阻滞以及心律失常药物影响等都是需要关注的心电图异常情况。这些异常情况可能提示心脏疾病的存在,严重时甚至可能导致猝死。因此,了解心电图的基本知识,掌握解读技巧,并结合临床症状进行综合诊断至关重要。同时,保持良好的生活习惯,避免诱发心脏疾病的风险因素也十分重要。一旦发现心电图异常,应及时就医,接受相应的检查和治疗。定期体检对于心血管疾病的预防非常重要,通过心电图检查可以及时发现并处理潜在的心血管问题。注意自身身体状况,如有疑问或出现异常症状,应及时就医,以便更好地保护心脏健康。

(作者单位:广西南宁市第二人民医院)

黑色素瘤的基本知识

□ 樊栖

1. 什么事黑色素瘤?黑色素瘤是一种恶性肿瘤,起源于皮肤中的黑色素细胞。它是一种常见的皮肤癌,可以发生在身体的任何部位,包括皮肤、眼睛、黏膜和内脏器官。黑色素瘤的发生率在过去几十年中呈上升趋势,因此了解黑色素瘤的病因、症状、预防和治疗至关重要。

2. 黑色素瘤的病因是什么?2.1 遗传因素:遗传因素在黑色素瘤的发生中起着重要作用。有些人携带特定的基因突变,会增加黑色素瘤的风险。有家族史的人更容易罹患黑色素瘤,因此,如果家族中有黑色素瘤的病例,应该定期进行皮肤检查。2.2 紫外线辐射:皮肤的黑色素较少,其保护免受紫外线照射损伤的作用也较小。相比肤色较深者,金色或红色的头发、浅色的眼睛、易晒伤或长雀斑者患黑色素瘤的可能性更大。来自阳光的紫外线照射,可增加患皮肤癌的风险,尤其是黑色素瘤。紫外线能够损害皮肤中的DNA,并导致黑色素细胞发生异常增殖和突变,最终形成黑色素瘤。2.3 免疫系统衰弱:免疫系统衰弱的人患黑色素瘤风险增加,如曾接受器官移植者。2.4 某些疾病或药物:有些疾病或药物(如某

些抗生素、激素或抗抑郁药)会使皮肤对阳光更敏感,或抑制免疫系统,从而增加罹患黑色素瘤风险。2.5 不恰当的处理:对皮肤尤其是色素痣进行刀割、绳勒、盐腌、激光和冷冻等不恰当局部刺激,可能诱发色素痣恶变和迅速生长。

3. 黑色素瘤有哪些症状?一般来讲,早期黑色素瘤患者可能会出现原有痣快速增大、隆起、形状或颜色改变,甚至出现瘙痒、出血等症状和体征。黑色素瘤进一步发展可出现卫星灶、溃疡、反复不愈、区域淋巴结转移和移行转移。晚期黑色素瘤患者因转移部位不同而症状不一,如骨转移可能出现骨痛,肺转移可能出现咳嗽、咯血、颅脑转移表现为中枢神经症状等。皮肤、肢端黑色素瘤的临床症状包括出血、瘙痒、疼痛、溃疡等。眼黑色素瘤的症状包括飞蚊症、瞳孔形状改变、视力模糊、视野缺损等。黏膜黑色素瘤症状依据所发生部位而定,一般无特异性症状,如直肠黑色素瘤可表现为血便、不全梗阻等,鼻腔黑色素瘤表现为鼻塞、头痛、鼻出血等。

4. 如何预防黑色素瘤?避免阳光最强烈时间(上午10点至下午4点)暴晒;户

外运动时穿防晒服,戴防晒帽和太阳镜;全年都要涂防晒霜,美国皮肤病学会建议使用SPF至少为30的广谱防水防晒霜;避免使用晒黑灯和床;定期对皮肤自查,观察是否有新的皮肤生长或原有痣、胎记等发生变化。

5. 黑色素瘤的预后如何?黑色素瘤的预后与性别、年龄、部位、肿瘤分期等相关。通常来说,女性预后好于男性;年轻人预后好于老年人;四肢预后最好,躯干其次,头颈部预后最差;发现越早,治愈可能性越大,预后越好。局限性无转移(I-II期)黑色素瘤患者的5年相对生存率约为98%,区域转移(III期)患者约为64%,远处转移(IV期)患者约为23%。

6. 黑色素瘤患者生活日常:黑色素瘤患者应遵医嘱用药,并定期复查。此外,患者应注意:在接受干扰素治疗期间,不能够打疫苗;在饮食方面,避免食用引起过敏的食物;做好伤口部位的清洁护理,以免发生感染;尽早进行运动康复,对于需长期卧床者,家人应给患者多按摩,防止血栓或是下肢肌肉萎缩;保持良好心态,尽早恢复适当的社会活动和交流。

7. 黑色素瘤的治疗:黑色素瘤的治疗

措施主要包括手术切除、放射治疗、化学治疗和免疫治疗等。手术切除是治疗黑色素瘤的首选方法,它能够完全去除肿瘤组织,并提供组织学评估和病理分期,为后续的治疗方案选择提供指导。对于早期的黑色素瘤,仅需局部切除即可,但对于晚期或转移性黑色素瘤,可能需要进行广泛的切除甚至淋巴结清扫术。放射治疗在黑色素瘤的治疗中也扮演重要角色。它可以用于预防和治疗手术切除后的复发和转移,或用于无法手术切除的局部进展性黑色素瘤。放射治疗通过使用高能射线或颗粒来破坏癌细胞的DNA,从而抑制其生长和扩散。③化疗在黑色素瘤的治疗中应用有限,主要用于黑色素瘤的转移性黑色素瘤。常用的化疗药物包括达卡巴嗪、沙利度胺和依托泊苷等,它们通过抑制黑色素瘤细胞的生长和分裂来达到治疗的效果。④免疫治疗主要通过激活或增强机体的免疫系统来攻击和杀死癌细胞。常用的免疫治疗方法包括使用免疫检查点抑制剂,如抗CTLA-4抗体和PD-1抗体,以及转移性黑色素瘤的接种癌症疫苗等。

(作者单位:广西南宁市第三人民医院)

呼吸内科护理的小技巧和肺健康秘诀

□ 胡燕玲

呼吸系统是人体的重要组成部分,它负责为身体提供氧气并排除二氧化碳。然而,随着环境和生活方式的改变,呼吸系统疾病的发生率逐年上升。呼吸内科护理是针对呼吸系统疾病的预防、治疗和护理的专业领域,对于维护肺健康和提高患者的生活质量具有重要意义。本文将介绍呼吸内科护理中的“小智慧”,帮助大家了解如何保持肺部健康。

1. 肺部的结构与功能:肺部是呼吸系统的主要器官,由多个肺泡和肺实质组成。肺泡是肺部的基本功能单位,它能够与血液进行气体交换,将氧气传递给血液并将二氧化碳从血液中排除体外。肺部还具有调节气压、免疫防御等功能。

2. 呼吸内科常见疾病:2.1 感冒与流感:感冒和流感是由病毒引起的呼吸道疾病,主要症状包括发热、咳嗽、鼻塞、流涕等。这些疾病通常具有一定的自限性,大部分患者会在发病后一周左右自然康复。然而,对于老年人、儿童和孕妇等特殊人群,感冒和流感可能会引发严重的并发症,甚至导致死亡。2.2 支气管炎与肺炎:支气管炎和肺炎是常见的呼吸道疾病,主要表现为咳嗽、咳痰和呼吸困

难。支气管炎是由细菌、病毒或过敏原引起的气管和支气管黏膜及其周围组织的炎症,而肺炎则是由病原体侵入肺部引起的感染性炎症。这两种疾病的治疗方法主要包括抗生素治疗、对症治疗和康复治疗。2.3 哮喘与慢性阻塞性肺疾病(COPD):哮喘是一种慢性炎症性疾病,患者容易受到外界刺激而出现喘息、气促等症状。COPD是一种长期慢性炎症性疾病,主要累及肺部,导致肺部功能逐渐减退。这两种疾病都需要长期治疗和管理,主要治疗方法包括药物治疗、哮喘教育和康复治疗等。2.4 肺癌与其他严重呼吸疾病:肺癌是发生在肺部的恶性肿瘤,原因尚不明确。其他严重呼吸疾病包括间质性肺疾病、囊性纤维化等,这些疾病的预后和治疗方法各不相同。

3. 呼吸内科护理之“小智慧”:3.1 正确的生活习惯与肺部健康:3.1.1 戒烟与限制二手烟暴露:吸烟是引起多种肺部疾病的重要原因之一,包括肺癌、COPD等。戒烟是预防肺部疾病的重要措施之一,同时也要尽量避免二手烟暴露。吸烟会损伤肺部结构和功能,增加患肺癌、心脏病等疾病的风险。戒烟可以显著降低

这些风险,同时改善肺功能和生活质量。3.1.2 保持室内空气清新:室内空气不流通容易滋生病原体和过敏原,保持室内空气清新有助于预防呼吸道疾病的发生。建议经常开窗通风,或者使用空气净化器降低室内空气污染物的浓度。此外,应避免在室内吸烟和燃烧香薰等物品,以减少对呼吸系统的刺激。3.1.3 均衡饮食与适量运动:均衡饮食有助于增强身体免疫力,预防呼吸道疾病的发生。建议多食用富含维生素C、E、A等抗氧化物质的食物,如蔬菜、水果、坚果等。同时,适量运动也有助于增强身体免疫力,建议每周进行至少150分钟的中等强度有氧运动。保持良好的体重和饮食对肺部健康非常重要。3.2 肺部的日常保养与护理:3.2.1 咳嗽与排痰的技巧:咳嗽是人体的一种自我保护机制,能够将呼吸道内的异物和痰液排出体外。然而,不正确的咳嗽和排痰方式容易加重肺部负担。正确的咳嗽和排痰方式包括:保持呼吸道通畅,深呼吸后用力咳嗽和适时排痰等。此外,还可以通过湿化呼吸道、改变体位等方式帮助排痰。3.2.2 呼吸操与肺功能锻炼:呼吸操和肺功能锻炼能够增强肺

部肌肉力量,改善肺功能。例如,进行深呼吸、憋气-呼气练习等有助于增强肺部肌肉力量;进行吹气球、吹蜡烛等练习有助于锻炼肺功能。此外,还可以通过游泳、慢跑等方式进行有氧运动,增强肺部功能。3.2.3 寻找合适的呼吸治疗途径:对于存在呼吸道疾病的患者,根据病情选择合适的呼吸治疗途径有助于缓解症状和提高生活质量。例如,使用吸入器、喷雾器等药物治疗哮喘和COPD等疾病;使用氧疗和机械通气等方法治疗严重肺部疾病等。患者应在医生的指导下进行治疗,并注意观察病情变化。

通过以上的分析我们可以看到,呼吸内科护理中的“小智慧”对肺部健康起着重要的保护作用。从戒烟、保持室内空气清新等生活方式的调整,到咳嗽、排痰等呼吸功能的锻炼,再到及时就医、合理用药等就医行为的指导,这些“小智慧”贯穿了肺部健康的日常保养、疾病的预防和治疗以及特殊人群的护理。随着现代医学技术的不断发展,未来有更多关于肺健康维护创新技术和方法护理服务。

(作者单位:广西壮族自治区桂东人民医院)