

肝癌靶向药物常见的不良反应及处理方法

□ 宁秋燕

临床用于治疗肝癌的方法较多,常见的有手术切除、血管介入、靶向药物治疗及化疗等。因靶向治疗具有疗效好、靶向性强等作用,得到了临床的运用及推广。俗话说“是药三分毒”,肝癌靶向药物治疗过程中也会出现一些不良反应,加重患者痛苦。今天,就让我们来看一下肝癌靶向药物常见不良反应及其处理方法吧。

1、皮疹

皮疹为肝癌靶向药物常见不良反应之一,多见于服用靶向药物2周内,大部分患者症状较轻,具体表现为皮肤干燥、痤疮样皮疹等,不会影响日常生活正常开展。按照皮疹严重程度可分为以下三级:①轻度:主要发生于上躯干和头面部,很少有主观症状,对日常生活没有影响。②中度:皮疹侵及范围较为广泛,有轻微主观症状,对日常生活影响不大。③重度:皮疹范围广泛,有明显的主观症状,影响到日常生活,且有继发感染风险。

处理方法:对出现轻度皮疹的病人,可以采用红霉素软膏或1%克林霉素软膏涂抹在患处;对伴有皮肤干燥、瘙痒者,可局部涂抹苯海拉明软膏或薄酞甘油。两周后,再次评估皮疹程度,如果情

况没有明显改善或有恶化倾向,需要咨询医生进行针对性处理。对重度皮疹且已经影响到日常生活者,可咨询医生是否考虑推迟治疗或适当减量。除此之外,还可全身涂抹润肤乳(不含酒精),注意防晒,以减轻对皮肤的刺激,预防皮疹。

2、乏力

许多使用过瑞戈菲尼与索拉菲尼的病人都出现过疲劳乏力症状。一般,正常人出现乏力后,经过充足的休息和睡眠便可消失,而癌症患者即便经过充足的睡眠及休息,乏力感也无法缓解,会持续很长一段时间,导致患者情绪较为低落。处理方法:乏力的有效处理方法为转变患者健康理念,并配以适量的运动。指导患者养成科学作息及运动、合理饮食习惯,每天陪伴患者散步,时间约为30分钟,每周3次,并鼓励患者开展喜欢的活动,以减轻乏力感。

3、腹泻

腹泻多见于患者使用靶向药物后2~3周内,按照严重程度分为以下几种:①轻度腹泻:大便不成形,每日排便次数增加<4次;②中度腹泻:大便不成形,每日排便次数增加6~4次;③严重腹泻:大便不成形,每天排便次数增加>6次,大

便失禁,已经影响日常生活,需要住院治疗。

处理方法:根据患者症状表现,给予对症处理,临床常用的腹泻治疗药物有泻特灵、易蒙停等;对中度、严重腹泻者,易蒙停的首次剂量、维持剂量分别为4mg、2mg,等到腹泻症状消退后停药。药物治疗期间,不要吃油腻、辛辣、生冷的食物,保持饮食清淡、易消化,以防腹泻症状加重。如果治疗后腹泻症状依然没有改善,可以问医生是否可以停药或减少药量。对于>80岁的患者,需要加强对其腹泻症状的监测,必要时可以开展全身治疗。

4、高血压

高血压也是肝癌靶向药物常见不良反应之一,通常只要及时处理,按照医嘱用药,不会对身体产生较大影响。按照血压水平的高低,可以分为以下几级:①1级:舒张压为90~99mmHg,收缩压为140~159mmHg;②2级:舒张压为100~109mmHg,收缩压为160~179mmHg;③3级:舒张压≥110mmHg,收缩压≥180mmHg。

处理方法:对1级高血压,如果仅仅是偶尔发生1级高血压,可以不用给予特殊处理;如果血压持续几天仍旧不下

降,早上可以服用1片络活喜。对2、3级高血压,遵医嘱服用适宜的降压药物。

5、恶心呕吐

靶向药物使用期间会对患者胃肠道带来诸多不良影响,引起恶心呕吐、食欲不振等消化道不良反应。恶心呕吐的出现,会导致患者进食欲望下降,导致机体摄入营养不足,难以支撑身体各项功能的正常进行。处理方法:按照患者肝功能状况,指导其适当补充蛋白质,嘱咐其多吃富含热量和优质蛋白的食物,养成少食多餐饮食习惯。恶心呕吐症状明显者,可采用地塞米松及胃复安,改善恶心呕吐症状,同时采用甲氧氯普胺,提高胃动力;对恶心呕吐症状严重者,可给予5-HT3受体拮抗剂治疗。

6、手足皮肤反应

手足皮肤反应多见于患者服药后2~4周,具体表现为手与脚部形成对称性红斑,并有肿胀和疼痛问题。

处理方法:嘱咐患者尽量穿质地柔软的棉质鞋袜及衣物,减少对皮肤的挤压与摩擦。对手足皮肤反应较为严重者,可采取停药或适当减量处理。手脚不要直接和高热的东西触碰,注意防晒,采用含有尿素或羊毛脂成分、保湿的护肤品,以此保护皮肤。日常饮食时,不要吃辛辣的食物。

(作者单位:广西浦北县人民医院)

孩子睡觉打呼噜的原因及避免方法

□ 柳宁宁

有些家长反映,自家小孩在睡觉时会

一、孩子打呼噜的常见原因

1.腺样体肥大

腺样体位于我们的鼻咽部后壁,因为上呼吸道反复刺激等原因,可能会产生病理性的肥大增生,加之慢性扁桃体炎的影响,可能会堵塞住宝宝的鼻咽腔,使其出现呼吸不畅的问题,以至于睡觉打呼。

2.不良的睡姿

有些小孩的睡姿可能不是很好,这会他的舌头过分后垂,进而阻塞呼吸道,对其睡眠中的呼吸造成不利影响,不自觉地响起鼾声。

3.积食或呼吸道感染

如果小孩子存在积食问题,他的肠胃就会出现不适,影响睡觉时的质量,进而

引发打鼾。而若是存在呼吸道感染疾病,那孩子一般只能用嘴巴呼吸,这种状态下睡觉也比较容易打鼾。

4.支气管炎

支气管炎会对孩子造成生理性刺激,使之痰液增加,而他们往往缺乏足够的咳痰能力,在痰液堆积下气道会变得相对狭窄,以至于在睡觉时出现打呼噜的情况。

二、孩子睡觉打呼噜的危害

1.影响睡眠

腺样体肥大等所导致的打呼噜会直接影响宝宝的正常呼吸,降低其睡眠质量,使之睡眠时间大幅减短,而对于孩子来说,睡眠使其分泌生长激素的关键时期,若是长时间睡眠不足会直接影响其正常生长发育。

2.诱发呼吸系统疾病

孩子在打呼噜过程中会出现张口呼

吸的情况,这时候病毒、细菌等病原体很有可能趁机而入,使宝宝出现呼吸系统感染性疾病。

3.干扰大脑发育

打呼噜还让宝宝在睡眠中氧气摄入量减少,其大脑会因此而出现一定的缺氧问题,不利于大脑的发育,使孩子出现头记忆力减退、头痛等问题。时间久了,还有造成孩子脾气暴躁、注意力不集中的风险

4.影响外观

若是一直张口呼吸,会让处于生长发育阶段的宝宝逐渐出现腺样体面容改变,使之出现嘴唇外翻、牙列不齐、上颌突出等问题,严重影响孩子的外观,严重的还可能让孩子出现自卑心理。

三、如何避免小孩打呼噜

1.增强宝宝免疫力

要重点加强对孩子呼吸道感染的预

防。在饮食方面,要注意保持营养均衡,及时为孩子添加辅食,对其进行合理喂养。生活中也可以多带孩子晒太阳,领孩子进行跑步等运动,使其呼吸新鲜空气,提高宝宝的免疫力与体质。

2.及时帮宝宝清理鼻腔

可用生理盐水为宝宝冲洗鼻腔,这样可以在清理鼻涕等分泌物的同时起到较好的消炎杀菌作用,让孩子的鼻子始终保持相对通畅的状态,并消除鼻腔内容存在的病原体,降低感染机风险。若宝宝为过敏体质,还应当注意对过敏性鼻炎的预防。

3.控制体重与调整睡姿

要避免宝宝让营养过盛,这样可能会引发肥胖,进而使其睡觉打呼;而如果孩子是仰面睡觉打鼾,则可以试着为其换个睡姿,或是把宝宝的头部垫高。

(作者单位:河北省香河县人民医院)

上呼吸道感染的家庭护理与注意事项

□ 马林

上呼吸道感染是一种常见的呼吸道疾病,常常会影响我们的日常生活和工作。本文将介绍上呼吸道感染的基本知识,包括症状、传播途径、易感人群等,并给出家庭护理和注意事项,帮助大家更好地应对上呼吸道感染。

一、上呼吸道感染的基本知识

上呼吸道感染的常见症状包括咳嗽、流鼻涕、打喷嚏、喉咙痛、发热、头痛等。这些症状通常会在几天内自行消失,但如果症状持续时间较长或加重,就需要就医。上呼吸道感染的主要传播途径是飞沫传播和接触传播,也就是说,当患者咳嗽、打喷嚏或说话时,会产生大量含有病毒的飞沫,这些飞沫会悬浮在空气中,被他人吸入后导致感染。此外,与患者接触也会增加感染的风险,因为病毒可以在患者的手上存活一段时间,并通过手接触其他物体或表面,再由其他人接触这些物体或表面后再触摸自己的口鼻眼

而被感染。

二、家庭护理与注意事项

1.保持室内空气流通:保持室内空气流通是预防上呼吸道感染的重要措施之一。每天至少开窗通风两次,每次至少15分钟。如果天气寒冷或下雨,可以减少通风次数,但要确保室内空气新鲜。

2.保持个人卫生:勤洗手是预防上呼吸道感染的有效方法。使用肥皂和水彻底清洗双手,尤其是在咳嗽、打喷嚏或触摸了公共物体后。另外,避免触摸眼睛、鼻子和口腔,因为这些部位更容易感染病毒。

3.保持室内适宜温度和湿度:保持室内适宜的温度和湿度有助于减少呼吸道感染的风险。室内温度应保持在20~25℃,湿度应保持在40%~60%。可以使用加湿器或空气净化器来调节室内环境。

4.避免接触患者:尽量避免与患有

上呼吸道感染的人接触。如果必须接触患者,应佩戴口罩并保持手部卫生。

5.合理饮食:饮食对上呼吸道感染的康复非常重要。应选择易消化、营养丰富的食物,如蔬菜、水果、瘦肉、鱼类等。避免食用辛辣、油腻的食物,以免加重症状。

6.休息与运动:充足的睡眠和适当的运动有助于增强身体免疫力,减少呼吸道感染的风险。避免过度劳累,保持良好的作息时间。

7.家庭成员出现症状时的应对:如果家庭成员出现上呼吸道感染症状,应及时就医并采取隔离措施。避免与其他成员密切接触,以减少传播风险。

三、常见问题解答

Q:我最近经常咳嗽,流鼻涕,是不是上呼吸道感染?

A:很有可能。如果这些症状持续存在或加重,请就医确诊。

Q:我感冒后一直在服用感冒药,但症状仍未缓解,怎么办?

A:如果感冒症状持续时间较长或加重,建议就医以排除其他并发症的可能性。

Q:我担心被病毒感染,应该采取哪些预防措施?

A:保持室内空气流通、勤洗手、避免接触患者等都是有效的预防措施。

Q:孕妇或儿童患上呼吸道感染时,应该如何护理?

A:孕妇和儿童身体免疫力较低,感染风险较高。因此,家庭成员应加强护理,注意饮食和休息,避免病情加重。

总之,上呼吸道感染是一种常见的呼吸道疾病,通过保持室内空气流通、保持个人卫生、保持适宜的温度和湿度等措施,可以有效地预防和治疗上呼吸道感染。家庭成员出现症状时应及时就医并采取隔离措施。

(作者单位:河北省香河县人民医院)