

解读二维超声心肌组织斑点跟踪显像技术

□ 黄嘉诚

在我们的日常生活中，心脏的健康状况对我们至关重要。因此，如何准确、有效地评估心脏功能成为了医学领域的一个重要课题。近年来，二维超声心肌组织斑点跟踪显像技术(2D-STI)作为一种新的评估心脏功能的方法，正在逐渐得到医生和研究者的关注和认可。

二维超声心肌组织斑点跟踪显像技术是一种使用超声波扫描心脏的先进技术。通过这个技术，医生能够获取心脏内部各层心肌组织的二维图像，从而准确地了解心肌的形态和功能。这项技术特别适用于评估心脏疾病的严重程度，如心肌梗死、心

力衰竭等。

首先，让我们了解一下什么是斑点跟踪显像技术。在传统的超声心动图检查中，医生需要手动追踪和测量心脏各部位的运动，以评估心脏功能。然而，这种方法往往需要耗费大量的时间和精力，且容易受到人为因素的影响，导致测量结果的准确性受到影响。而斑点跟踪显像技术则可以自动追踪心肌组织的运动，大大提高了测量的精度和效率。

其次，二维超声心肌组织斑点跟踪显像技术在评估心脏功能方面具有显著的优势。传统的超声心动图只能提供心脏的整

体结构信息，而二维超声心肌组织斑点跟踪显像技术则能够提供更详细的心肌组织信息，包括心肌的厚度、形态、运动状态等。这些信息有助于医生更准确地判断心脏疾病的类型和严重程度，从而制定出更有效的治疗方案。

此外，二维超声心肌组织斑点跟踪显像技术还可以与其他技术相结合，如人工智能和大数据分析，进一步提高评估的准确性和效率。通过这些技术的应用，医生可以更快、更准确地诊断和治疗心脏疾病，从而更好地保护患者的生命健康。

然而，二维超声心肌组织斑点跟踪显

像技术并非完美无缺。它也有一些局限性，如对操作者的技术要求较高，对某些特殊病例的适应度可能有限等。因此，在使用这项技术时，医生应充分考虑患者的具体情况，选择最适合的治疗方案。

总的来说，二维超声心肌组织斑点跟踪显像技术是一种具有重要应用前景的新技术。它能够提供更准确、更高效的评估方法，为医生和研究者提供了新的工具和手段，有助于更好地理解和治疗各种心脏疾病。随着这项技术的不断发展和完善，我们期待它将在未来的医疗领域中发挥更大的作用。

(作者单位：河北北方学院附属第一医院)

如何建立良好的哺乳习惯

□ 张倩

母乳，作为婴儿最自然、最安全的食物，一直以来都被视为最佳的营养来源。然而，要成功建立良好的哺乳习惯，需要一些基本的步骤和技巧。本文将向您介绍如何建立良好的哺乳习惯，以帮助您的宝宝共同享受母乳带来的健康和快乐。

一、了解母乳的重要性

母乳是婴儿成长过程中最自然、最安全、最完整的营养来源。母乳中含有婴儿所需的全部营养物质，如蛋白质、脂肪、碳水化合物、维生素和矿物质等，同时还含有大量的免疫因子和活性因子，能够增强宝宝的免疫力和

抵抗力，预防疾病的发生。

二、母乳喂养的好处

母乳喂养的好处不仅限于婴儿的健康和营养，还对母亲有诸多益处。首先，母乳喂养可以促进子宫的恢复和减少产后出血的风险。其次，母乳喂养可以减少母亲患乳腺癌和卵巢癌的风险。此外，母乳喂养还可以促进母亲与婴儿之间的情感交流和亲子关系的发展。

三、良好的哺乳习惯

要建立良好的哺乳习惯，首先要选择正确的哺乳姿势。常用的哺乳姿势包括摇篮式、

侧卧式、交叉式等，要根据实际情况选择适合的姿势。其次，要保持乳房清洁卫生，定期清洗乳房和乳头，避免细菌滋生。此外，要保持良好的哺乳环境，如安静、舒适、无干扰等，以利于母婴之间的交流和互动。

四、母乳喂养的注意事项

母乳喂养过程中需要注意一些事项，以避免对母婴造成不良影响。首先，要避免在哺乳前过度喂养或摄入刺激性食物，如咖啡、茶、巧克力等。其次，要避免在哺乳期间使用某些药物，如抗生素、避孕药等，以免影响母乳的质量和婴儿的健康。此外，要定期检查乳

房和乳头，及时发现和处理乳腺炎等乳房疾病。

五、坚持母乳喂养的信心

建立良好的哺乳习惯需要信心和耐心。在母乳喂养过程中，可能会遇到一些困难和挑战，如乳汁不足、乳腺炎等。这时，要保持积极的心态，寻求医生的帮助和支持。

总之，建立良好的哺乳习惯是母乳喂养的关键。通过了解母乳的重要性、选择正确的哺乳姿势、保持乳房清洁卫生、保持良好的哺乳环境和坚持母乳喂养的信心，您可以和您的宝宝共同享受母乳带来的健康和快乐。

(作者单位：河北省河间市人民医院)

中西医结合治疗帕金森病

□ 姬琳

帕金森病是一种神经系统退行性疾病，是继心脑血管病和肿瘤之后的中老年人“第三大健康杀手”，影响着全球数百万人的生活。尽管现代医学在帕金森病的治疗方面取得了显著的进步，但许多患者仍然面临生活质量下降的问题。近年来，中西医结合治疗帕金森病越来越受到关注，其独特的治疗方法可以缓解患者的临床症状，延缓疾病的进展，为患者带来更好的生活质量。

一、帕金森病的基本知识

帕金森病是由于大脑黑质致密部的多巴胺能神经元减少和多巴胺分泌减少而引起的。多巴胺是一种神经递质，可以协调肌肉运动，调节情绪和睡眠。随着疾病的进展，患者逐渐出现运动迟缓、肌肉僵直、震颤和姿势不稳等症状。

二、中西医结合治疗的优势

中西医结合治疗帕金森病具有独

特的优势。传统的西医治疗主要通过药物补充多巴胺，如左旋多巴，但长期使用可能出现疗效减退或异动等副作用。而中医的整体观念，通过调整患者全身气血阴阳达到改善血液循环、增强免疫力、缓解焦虑等作用。中西医结合治疗为帕金森病提供了一种综合的治疗方法。

中医通常采用针灸、中药、推拿和按摩等方法来改善患者的症状。这些方法被认为可以刺激身体的自然康复能力，调节气血运行，恢复脏腑功能进而改善帕金森病的运动症状及非运动症状。此外，中医还注重调整患者的心理状态，帮助他们更好地应对疾病带来的压力和困扰。

三、中西医结合治疗对生活质量的影响

研究表明，中西医结合治疗帕金森病可以显著改善患者的生活质量。通过综合西医和中医的治疗方法，患者能够更好地控制症状，减少药物的副作用，同时减轻心理压力。这种治疗方法还可以帮助患者更好地管理日常生活，如饮食、

睡眠和社交活动。

四、结论

总的来说，中西医结合治疗为帕金森病患者提供了新的治疗选择，有助于提高生活质量。这种综合治疗方法不仅可以改善患者的临床症状，还能缓解心理压力，提高整体健康水平。

然而，值得注意的是，目前中西医结合治疗帕金森病的研究仍处于发展阶段，许多具体的方法和效果还需要进一步的科学验证。此外，不同的患者可能对不同治疗方法的反应有所不同，因此个性化治疗显得尤为重要。

对于帕金森病患者及其家人来说，了解中西医结合治疗的方法及其潜在的好处和局限性是非常重要的。通过寻求多学科医疗团队的建议，他们可以找到最适合自己的治疗方案，从而提高生活质量，享受更长、更充实的人生。

(作者单位：山东中医药大学第二附属医院)

阑尾炎患者如何正确护理

□ 何伟娜

阑尾炎是一种常见的外科疾病，常常表现为腹痛、恶心、呕吐等症状。对于阑尾炎患者来说，正确的护理至关重要，它可以帮助患者缓解症状、加速康复，同时防止并发症的发生。本文将向读者介绍阑尾炎患者的正确护理方法。

一、心理护理

阑尾炎患者通常会感到不适和疼痛，这可能会对他们的情绪产生一定的影响。因此，护理人员应与患者建立良好的关系，倾听他们的感受，给予必要的关心和支持。同时，患者应保持积极的心态，相信自己能够战胜疾病。

二、饮食护理

在阑尾炎的早期，患者应遵循医生或营养师的建议，保持清淡、易消化的饮食。患者应避免辛辣、油腻等刺激性食物，尽可能多地摄入新鲜蔬菜和水果。在病情稳定后，患者可以逐渐增

加营养丰富的食物，如鸡汤、鱼汤等。需要注意的是，患者在急性发作期应禁食，以免加重病情。

三、休息与活动

患者在急性发作期应卧床休息，以减少体力消耗，减轻疼痛。在病情稳定后，患者可以适当活动，以促进身体的恢复。护理人员应指导患者进行适当的运动，如散步、瑜伽等，以增强身体的抵抗力。

四、观察病情

护理人员应密切观察患者的生命体征，如体温、脉搏、呼吸、血压等。如果出现异常情况，如腹痛加剧、发热、恶心呕吐等，应及时通知医生，采取相应的治疗措施。

五、排便护理

对于一些较严重的阑尾炎患者，可能会发生便秘的情况。护理人员应鼓励患者多吃高纤维食物，保持大便通

畅。如果便秘严重，可以使用一些温和的通便药物，但需在医生的指导下使用。

六、疼痛护理

阑尾炎患者通常会感到不同程度的疼痛。护理人员可以给予一些非药物的镇痛方法，如热敷、按摩、针灸等，以缓解患者的疼痛。如果疼痛严重，可以使用一些药物镇痛，但需在医生的指导下使用。

七、术后护理

如果需要进行手术治疗，护理人员应密切关注患者的生命体征、切口情况等。同时，患者应遵循医生或护理人员的指导，进行适当的活动和饮食。术后早期，患者应避免剧烈运动和重体力劳动。

总之，阑尾炎患者的正确护理至关重要。从心理护理到饮食护理，从休息与活动到观察病情，从排便护理到术后护理，每一个环节都需要注意。

(作者单位：河北省霸州市中医医院)

如何看懂超声检查报告单

□ 黄蓓

超声检查，作为一种无创、无痛、无辐射的医学影像检查方法，已经广泛应用于临床诊断和疾病监测。然而，对于大多数人来说，拿到一份超声检查报告单可能感到困惑，不知道如何解读其中的数据和图像。本文将为你揭示超声检查报告单的奥秘，教你如何看懂这份报告单。

一、超声检查报告单的内容

一份完整的超声检查报告单通常包括以下内容：

- 检查描述：医生会详细描述超声检查的过程，包括探头的位置、检查的时间、探查的部位等。
- 图像：医生会提供一些关键的超声图像，如腹部、心脏、妇产科等。这些图像通常会被标注上特定的标识，帮助医生解读。
- 报告结果：这是报告的核心部分，医生会根据超声图像和数据给出一些诊断结论，如正常、异常、建议进一步检查等。
- 建议：医生通常会给出一些建议，如饮食、运动、药物使用等，以帮助患者更好地管理和改善健康状况。

二、如何解读超声检查报告单

- 了解超声检查的目的：首先，你需要了解你做超声检查的目的，是为了诊断某种疾病，还是为了监测治疗效果。这有助于你更好地理解超声报告中的信息。
- 关注关键数据：报告中通常会列出一些关键数据，如血流速度、血管直径、血流信号强度等。这些数据可以帮助医生评估血管的健康状况。
- 理解图像：理解超声图像是读懂报告的关键。你需要了解超声图像的术语和标识，如“强回声”、“低回声”、“血流信号”等。同时，你需要关注图像的变化，如血管形态的变化、血流信号的变化等。
- 结合其他检查结果：超声检查并非万能的，它只能提供一部分疾病的诊断信息。因此，你需要结合其他检查结果(如病理检查、放射影像等)来全面了解你的健康状况。
- 寻求专业意见：如果你对报告中的结果有疑问，或者不明白某些术语的含义，建议你寻求专业医生的帮助。他们将根据你的具体情况给出专业的建议和解释。

三、常见问题解答

- 超声检查能检查出所有疾病吗？
答：不是的。超声检查是一种辅助检查手段，它能够提供一些疾病的诊断信息，但并不能替代其他检查方法(如病理检查、放射影像等)。
 - 超声检查对身体有害吗？
答：超声检查是一种无创、无痛、无辐射的医学影像检查方法，对身体没有伤害。
- 总的来说，解读超声检查报告单需要一定的医学知识和理解能力。通过了解超声检查的目的、关注关键数据、理解图像并结合其他检查结果，你可以更好地了解自己的健康状况。

作者单位：湖南省人民医院(湖南师范大学附属第一医院)