

羊水栓塞的预警信号及早期预防

□ 陈小燕

羊水栓塞多发于女性分娩的过程中,主要是指羊水或者是其他物质异常进入母体所产生的一系列并发症,这些并发症是非常危险的,严重时会影响产妇产后甚至胎儿生命健康。所以在生产的过程中,女性需要特别注意做好相关的准备工作,以免羊水栓塞的情况发生。

1. 羊水栓塞是什么

羊水栓塞指孕产妇在顺产或剖宫产过程中,羊水忽然向母体血液循环进入,将血管堵塞,引发母体多脏器功能衰竭、急性肺栓塞等并发症。羊水中的组织有角化上皮、胎粪等。羊水栓塞具有较急的起病,会在栓塞内短时间引发死亡,具有较高的死亡率。羊水栓塞是一种分娩并发症,在妇产科极为罕见,呕吐、寒颤等是其主要临床症状。胎膜破或产时是羊水栓塞的高发时间,足月产产妇是高危人群,中期钳刮术、引产术中不常见。虽然羊水栓塞具有较低的发病率,但是却

具有极为迅猛的病情进展速度,发生后很难治愈。

2. 羊水栓塞的原因有哪些

①血窦开放。②羊腔膜内压力高。③胎膜破裂。④自发性。自发性因素是人为的导致宫缩过强,也就是在没有严格按照缩宫素或者引产的这些标准来操作,会导致宫缩过强,急产、前置胎盘、胎盘早剥以及胎膜早破等,主要包括完全性和不完全的子宫破裂,这些情况都有可能发生,会诱发羊水栓塞。另外,还要强调一点,羊水栓塞虽然不常见,但是也有可能在怀孕早期行人工流产时,会造成羊水栓塞。

3. 羊水栓塞的预警信号

羊水栓塞发病迅猛,羊水侵入到产妇血液中就发生羊水栓塞,量少在一些情况下可能自行恢复,量多则极为严重。羊水量较多或混浊时会有典型的临床表现相继出现。羊水栓塞的预警信号包括:

①呼吸循环衰竭。依据病情分为两种,即缓慢型、暴发型,前者具有较轻的呼吸循环系统症状,一些情况下无显著症状,产后流血不止、血液不凝被确诊,后者在前屈症状出现后以极快的速度出现发绀、呼吸困难,急性肺水肿时有血压降低、心率快、咳嗽等出现,一些患者只尖叫一声后心跳呼吸骤停死亡。

②全身出血倾向。一些羊水栓塞患者经抢救于呼吸循环衰竭时期渡过,继而有弥漫性血管内凝血出现,大量阴道流血、血尿、皮肤等全身出血倾向是其主要临床表现,同时血液不凝。但是,一些羊水栓塞患者无呼吸循环系统症状,起病后主要临床表现为阴道流血,很难控制,极易被误诊为子宫收缩乏力引发的产后出血。

③多系统脏器损伤。羊水栓塞患者全身脏器受到损害,最易受到损害的气管为心脏、肾脏。由于肾脏缺氧,因此会有

氮质血症、尿闭等出现,进而引发肾功能衰竭,从而造成患者死亡。脑缺氧患者会有昏迷、烦躁等发生。

4. 早期识别羊水栓塞的重要性

早期注意观察产妇的身体变化,羊水栓塞也是可以被发现,具体可以通过以下几点判断:①在生产时,如果有胎盘早出,羊水通过胎盘进入,到产妇体内的情况时,要尽快控制,这种情况发生羊水栓塞的可能性非常高。②生产时产妇突然出现大出血、休克、血压下降、昏迷、全身颤抖的症状时,应该按照羊水栓塞进行处理,治疗同时再区分出现这些症状的原因。③要多观察胎动,如有异常及时处理,因为胎儿在宫内出现死亡后,时间越久发生羊水栓塞的概率越高,孕妇在怀孕时一定要注意,尽量减少羊水栓塞的诱因,生产时要选择专业的妇产医院,发生意外可以更好的进行处理。

(作者单位:四川省自贡市第三人民医院)

如何识别和控制老年高血压

□ 谌金凤

老年高血压是一种常见的慢性疾病,它给许多老年人带来了身体和心理的困扰。但是,很多人并不清楚如何识别和控制老年高血压。在这篇文章中,我将向您介绍一些有关老年高血压的重要信息,并分享一些控制高血压的方法,帮助您更好地保护自己的健康。

一、识别老年高血压

老年高血压是什么。高血压是指血液在血管壁上施加的压力过高,长时间持续导致血管损伤。老年高血压是指发生在60岁以上的人群中的高血压。高血压通常没有明显的症状,但它会增加心脑血管疾病的风险,如心脏病、中风等。因此,了解如何识别高血压是至关重要的。因此,我们需要学会识别高血压的早期

症状。此外,定期进行血压监测也是发现高血压的重要手段。一旦发现血压升高,应尽快就医,接受专业医生的诊断和治疗。

二、控制老年高血压的方法

1. 控制饮食

饮食对于控制高血压非常重要。应保持低盐、低脂、高蛋白的饮食习惯,尽量避免摄入过多的腌制食品和油腻食物。此外,多吃蔬菜水果,保持饮食均衡,也有助于控制血压。

2. 合理运动

适量的运动有助于降低血压,建议老年人每周进行至少150分钟的中等强度有氧运动,如快走、慢跑、游泳等。此外,应避免剧烈运动和过度劳累。

3. 保持良好睡眠

良好的睡眠有助于调节血压,建议老年人保持规律的作息习惯,保证每晚7-8小时的睡眠时间。

4. 药物治疗

对于血压控制不佳的老年患者,应在医生的指导下使用降压药物进行治疗。常用的降压药物包括利尿剂、β受体拮抗剂、钙通道阻滞剂等。在使用降压药物时,应注意避免突然停药,以免引起血压波动。

三、注意事项

1. 定期监测血压:定期进行血压监测有助于及时发现高血压,并采取相应的控制措施。建议老年人每季度进行一次血压监测。

2. 保持良好心态:情绪波动、精神紧

张都可能影响血压,因此,老年人应保持心态平和,避免情绪波动。

3. 戒烟限酒:吸烟和过量饮酒都会对血压产生不良影响,因此,应戒烟限酒,保持良好的生活习惯。

4. 合理安排作息时间:良好的作息习惯有助于调节血压,建议老年人保持规律的作息时间,避免熬夜。

总之,识别和控制老年高血压对于维护老年人的健康和睡眠质量至关重要。通过控制饮食、合理运动、保持良好睡眠、药物治疗等方法,我们可以有效控制老年高血压。同时,我们应关注老年人的心理健康和生活习惯,帮助他们更好地应对高血压这一慢性疾病。

(作者单位:河北省迁安市人民医院)

小儿腮腺炎的病因及症状

□ 崔彬

小儿腮腺炎是由腮腺炎病毒感染引起的急性呼吸道传染病,在我国属于法定丙类传染病,临床以腮腺非化脓性肿大、疼痛、发热为特征,可引起脑膜炎、睾丸炎、胰腺炎等并发症。腮腺炎病毒可通过直接接触、飞沫等途径传播。冬春季为发病高峰,集体儿童机构中可形成暴发流行。目前小儿腮腺炎尚无特效药物,主要采取对症处理,需要了解小儿腮腺炎病因与症状,正确诊断及及时治疗小儿腮腺炎。

1. 小儿腮腺炎的病因与症状

(1) 小儿腮腺炎主要病因是腮腺炎病毒感染,通过直接接触、飞沫等途径传

播。病原体为腮腺炎病毒,具有V抗原和S抗原,感染后2周内达高峰,可持续存在6-12个月。V抗原出现较晚,4-5周达高峰,对患儿具有免疫保护作用。接触感染者衣物及唾液等可能导致病毒传播,在学校托儿所等人员密集地方病毒容易传播。

(2) 小儿腮腺炎潜伏期为2-3周,多无前驱症状。起病较急,可有发热、头痛、咽痛、食欲不振、全身无力等症状,有些患者出现恶心、呕吐及腹泻等症状。腮腺肿大初为一侧,继之对侧也出现肿大,当腮腺肿大明显时出现胀痛,咀嚼或进食

酸性食物时疼痛加剧,年龄较小的患者可能出现流口水等症状,腮腺肿大一周左右消退,整个病程约10-14天。

2. 小儿腮腺炎的诊断与防治

(1) 小儿腮腺炎的诊断主要依据患者症状与医生的检查,单纯颌下腺肿大病例有明确传染源可作出诊断。医生可以根据血液与唾液检查确定病因,唾液检查可以检测患者体内是否存在病毒抗原。患者出现严重的并发症需要进行腰椎穿刺及其他检查。

(2) 小儿腮腺炎并发症包括神经系统、生殖器官与感音性耳聋等。小儿腮腺

炎治疗主要是对症治疗与休息,对症治疗包括退热药、漱口水等;支持治疗包括补充足够的水分与电解质等。患者需要充分休息多喝水避免刺激性食物,患者要在家中隔离至少10天避免病毒传播。家长观察孩子病情出现症状加重应及时就医。

(3) 小儿腮腺炎的预防包括自动免疫与被动免疫,关键是增强免疫力避免接触感染者,家长应注意让孩子保持卫生,避免接触感染者唾液等。疫苗接种通常在孩子15个月大时进行,可以有效预防小儿腮腺炎的发生。

(作者单位:河北省大城县中医医院)

低血糖昏迷的原因

□ 单建丽

对于低血糖昏迷的原因,我想强调一点,它并非简单的生理反应,而是一种非常严重的健康问题。如果未能得到及时处理,可能会导致永久性的神经损伤,甚至危及生命。以下是我对低血糖昏迷原因的科普。

首先,我们需要了解什么是低血糖。低血糖是指血液中葡萄糖浓度低于正常水平。通常,正常人的血糖水平在每升4.4到8.3毫摩尔之间。当血糖水平低于3.9毫摩尔时,就可能引发一系列症状,如头晕、乏力、颤抖、面色苍白等,这被称为低血糖前期。如果未能及时纠正,这些症状可能会加重,甚至导致意识丧失,这就是我们所说的低血糖昏迷。

低血糖昏迷的原因主要有以下几点:

一、饮食不当:这是低血糖昏迷的最

常见原因。如果一个人没有规律进食,或者食物摄入量不足,可能导致血糖水平下降。此外,一些特殊的食物组合也可能导致低血糖,如高蛋白、高纤维的食物,因为它们需要更长的时间消化。

二、药物影响:某些药物,如降糖药物、精神类药物等,可能影响身体的糖代谢,导致血糖水平下降。在使用这些药物时,需要特别注意饮食,并在服药期间密切监测血糖水平。

三、疾病因素:一些疾病如胰岛素瘤、自身免疫性低血糖等,可能导致异常的糖代谢,引发低血糖。此外,某些恶性疾病,如癌症、白血病等,可能导致糖摄入不足或糖利用不足,从而引发低血糖。

四、运动和体力活动:高强度的运动和体力活动需要身体消耗更多的葡萄

糖,如果此时没有得到足够的能量补充,就可能导致血糖水平下降,引发低血糖。

五、其他因素:睡眠障碍、酗酒、吸烟等不良生活习惯,也可能导致低血糖昏迷。这些因素可能影响身体的正常代谢过程,尤其是糖代谢。

那么如何预防和处理低血糖昏迷呢?首先,我们需要保持规律的饮食,确保每天摄入足够的热量。对于糖尿病患者,应规律服药并定期监测血糖。在运动前,应确保有足够的能量摄入,或者在运动过程中适当补充含糖食物。当出现低血糖症状时,应立即补充糖分(如一块糖果、一块巧克力、一块甜饼干等),或喝含糖的饮料。如果症状持续或加重,应立即就医。

对于儿童和老人,发生低血糖的风险更高,他们出现低血糖症状时,家长或监

护人应及时处理。特别需要强调的是,如果出现意识丧失(即低血糖昏迷),应立即呼叫120并予以及时静脉注射高糖溶液。

在日常生活中,我们应养成良好的生活习惯和作息规律,戒烟戒酒,避免不规律饮食和过度疲劳。如果出现反复的低血糖症状,应及时就医,寻求专业医生的建议和治疗。

总结起来,低血糖昏迷是一种严重的健康问题,它并非简单的生理反应。了解和预防低血糖昏迷需要我们关注生活中的每一个细节,保持规律的饮食和适当的运动,避免不良生活习惯的影响。当出现低血糖症状时,应立即处理并寻求专业医生的帮助。通过这些措施,我们可以降低低血糖昏迷的风险,保障我们的健康。

(作者单位:河北省香河县人民医院)