

哪些疾病需要人工髋关节置换

□李勇泉

髋关节是人体的主要关节之一,连接大腿骨和躯干,承受着巨大的压力和活动量。因此,髋关节的疾病可能会导致严重的疼痛、功能丧失和生活质量下降。在这种情况下,人工髋关节置换是一种有效的治疗方法。以下是一些需要人工髋关节置换的疾病:

- 老年髋部骨折(尤其是股骨颈骨折):**这是一种常见的老年髋关节疾病,通常是由于摔倒或跌倒引起。骨折后,关节关系的破坏可能导致持续的疼痛和功能丧失。人工髋关节置换可以提供一种长期的解决方案,恢复关节的正常功能。
- 退行性骨关节炎:**随着年龄的增加,

长,关节会发生退行性改变,导致关节炎。这可能导致疼痛、肿胀和关节僵硬。人工髋关节置换可以帮助患者恢复关节的正常活动,减轻疼痛,提高生活质量。

- 类风湿性关节炎:**这是一种自身免疫性疾病,可能导致关节侵蚀和破坏。在髋关节受累时,类风湿性关节炎可能导致持续的疼痛和功能丧失。人工髋关节置换可以帮助患者恢复关节的正常功能,改善生活质量。
- 股骨头坏死:**股骨头坏死是一种常见的髋部疾病,发病机理在病理上未被完全阐释清楚。但与大量饮酒和糖皮质激素的滥用有密切关系。股骨头进行

性的遭受破坏,根据股骨头被破坏的程度可分为早中晚三期,尤其中晚期会导致严重的疼痛和功能障碍。人工髋关节置换可以帮助患者恢复关节的正常功能,提高生活质量。

- 髋关节发育不良:**髋关节发育不良是一种先天性疾病,可能导致疼痛、不稳定和功能障碍。人工髋关节置换可以帮助患者重建髋关节的正常结构,改善症状,提高生活质量。
- 感染性关节炎:**感染性关节炎是一种由细菌感染引起的疾病,可能导致髋关节炎和疼痛。在感染得到控制后,人工髋关节置换可以帮助患者恢复关节

的正常功能,减轻疼痛,提高生活质量。

可行人工髋关节置换的疾病还有很多,以上我们列举了最常见的适应症。在进行人工髋关节置换前,患者应咨询医生进行全面的评估,包括X光片、CT扫描和MRI等影像学检查。医生将根据患者的具体情况制定合适的治疗方案,包括手术时机、假体的选择和手术方式等。

总之,人工髋关节置换是一种有效的治疗方法,适用于多种髋关节疾病。患者应在医生的指导下进行全面的评估和治疗计划制定,以确保获得最佳的治疗效果和生活质量。

(作者单位:四川省成都第一骨科医院)

掌握心律失常的预防与控制方法

□李燕

心律失常是一种常见的健康问题,它会影响心脏的正常跳动。了解并掌握心律失常的预防与控制方法对于保护我们的心脏健康至关重要。本文将就这一主题进行详细介绍。

一、了解心律失常

心律失常是指心脏跳动的频率、节律、强度、速率或传导时间异常,导致心脏不能正常泵血,进而影响全身血液循环。心律失常可能表现为心慌、心悸、胸闷、头晕等,严重者可能导致猝死。了解心律失常的原因有助于我们预防和控制这一健康问题。

二、预防心律失常

- 健康生活方式:**保持良好的饮食习惯,多摄入富含纤维、维生素和矿物质的食物,避免过多摄入咖啡因和酒精。
- 戒烟限酒:**戒烟和限制酒精摄入对于预防心律失常非常重要。吸烟和酒精会损害心血管系统,增加心律失常的风险。
- 控制体重:**肥胖是许多健康问题的危险因素,包括心律失常。通过合理的饮食和运动,保持健康的体重有助于降低心律失常的风险。
- 定期进行体检:**定期体检有助于及时发现潜在的心律失常问题,并在问题

出现前进行干预。对于有家族心脏病史或高血压等心脏病风险因素的人,定期检查尤为重要。

三、控制心律失常

- 药物治疗:**如果心律失常症状严重,医生可能会开具药物治疗。药物可以恢复心脏节律,减缓心跳速度,或改善心脏泵血功能。但请注意,药物治疗需要遵循医生的指导,并定期复查。
- 非药物治疗:**非药物治疗包括电击、射频消融和植入式心脏除颤器等。这些方法通常在药物治疗无效或严重心律失常的情况下使用。
- 心理调节:**焦虑和压力可能会加重

心律失常的症状。通过放松技巧、心理治疗或认知行为疗法等心理调节方法,可以帮助缓解焦虑和压力,从而改善心律失常的症状。

- 生活方式调整:**保持良好的睡眠质量、避免过度劳累、保持适当的休息和放松时间有助于控制心律失常。

总之,掌握心律失常的预防与控制方法对于维护心脏健康至关重要。通过健康的生活方式、定期检查、合理用药、非药物治疗和心理调节等多方面的综合措施,我们可以有效预防和控制中心律失常问题。

(作者单位:山东省桓台县荆家镇卫生院)

脑出血的治疗和护理措施

□李艳丽

脑出血是一种严重的神经系统疾病,主要由于非外伤性原发性脑血管破裂引起。它常常在情绪激动、过度劳累、饮酒等情况下发生,症状包括头痛、恶心、呕吐、意识模糊、偏瘫等。本文将详细介绍脑出血的治疗和护理措施。

一、治疗

- 急救处理:**在发现患者有脑出血症状时,应立即拨打急救电话,等待救护车的同时,应保持患者呼吸道通畅,防止呕吐物阻塞呼吸道导致窒息。
- 药物治疗:**在救护车上,医生通常会给予患者一些药物以降低颅内压,如甘露醇、速尿等。这些药物可以防止脑水肿,避免颅内压升高。
- 手术治疗:**对于一些严重的脑出血患者,医生可能会建议进行手术,如开颅手术或微创手术。这些手术可以清除部分血肿,帮助患者恢复。

醇、速尿等。这些药物可以防止脑水肿,避免颅内压升高。

- 休息与环境:**患者应卧床休息,避免剧烈运动。保持环境安静,避免噪音和光线刺激。
- 饮食护理:**患者应食用易消化、高营养的食物,如蔬菜、水果、瘦肉等。避免过冷、过热、过咸、过甜的食物。

二、护理措施

- 心理护理:**脑出血会给患者带来巨大的心理压力,家属应给予患者关爱和支持,帮助患者树立战胜疾病的信心。
- 病情观察:**家属应密切观察患者的病情,如意识状态、肢体活动能力等。如有异常,应及时就医。
- 康复训练:**在病情稳定后,患者应尽早开始康复训练,如肢体按摩、被动运动、站立和行走训练等。这有助于预防肌肉萎缩和关节僵硬。
- 预防感染:**患者抵抗力下降,容易发生感染,如肺部感染、尿路感染等。家属应定期帮助患者翻身、拍背,鼓励患者咳嗽、

咳嗽,预防感染发生。

- 保持良好生活习惯:**戒烟限酒,保持规律的作息时间,避免熬夜和过度劳累。良好的生活习惯有助于维护血管健康,预防脑出血的发生。
- 健康教育:**向患者及其家属普及脑出血的知识,让他们了解疾病的严重性,学会自我管理,预防疾病复发。

脑出血是一种严重的疾病,治疗和护理措施都非常重要。在急救阶段,及时拨打急救电话并保持呼吸道通畅是关键。在康复阶段,合理的饮食、充足的休息、心理支持、康复训练和预防感染等护理措施同样重要。

(作者单位:河北省平乡县人民医院)

系统性红斑狼疮的症状及病因

□李月敏

系统性红斑狼疮是一种以免疫性炎症为突出表现的弥漫性结缔组织病,目前全球患病率为4/10万~25/10万,我国患病率为70~75/10万,育龄妇女为发病高峰。系统性红斑狼疮严重影响患者的生活,对患者生理心理健康带来很大危害。疾病诊疗需要明确诊断评估疾病严重程度,处理难控制的病例防治药物副作用,需要专科医生参与多学科通力合作处理妊娠手术等特殊患者特殊情况。要了解系统性红斑狼疮的临床症状与病因,提高对疾病的认识积极做好预防措施,采取科学的治疗方法应对疾病。

一、系统性红斑狼疮的症状及病因

临床表现:系统性红斑狼疮是累及多系统器官有多种自身抗体出现的免疫性疾病,临床症状表现(1)一般症状:本病男女之比为1:7~9,发病年龄以20~40岁最多,幼儿或老人也可发病。疲乏无力、发热和体重下降。(2)皮肤和黏膜:表现多种多样,大体可分为特异性和非特异性两类。①特异性皮损有蝶形红斑、亚急性皮肤红斑狼疮、盘状红斑。②非特异性皮损有光过敏、脱发、口腔溃疡、皮肤血管炎(紫癜)、色素改变(沉着或脱失)、

网状青斑、雷诺现象、荨麻疹样皮疹,少见的还有狼疮脂膜炎或深部狼疮及大疱性红斑狼疮。(3)骨骼肌肉:表现有关节痛、关节炎及肌痛、肌无力、无血管性骨坏死、骨质疏松。(4)心脏受累:可有心肌炎,心肌炎主要表现为充血性心力衰竭,心瓣膜病变。(5)呼吸系统受累:胸膜炎、胸腔积液;肺间质病变、肺栓塞、肺出血和肺动脉高压均可发生。(6)肾:肾炎时尿内出现红细胞、白细胞、管型和蛋白尿。肾功能测定早期正常,逐渐进展,后期可出现尿毒症。肾病综合征和实验室表现有全身水肿,伴程度不等的腹腔、胸腔和心包积液,大量蛋白尿,血清白蛋白降低,白球蛋白比例倒置和高脂血症。(7)神经系统受累:可有抽搐、精神异常、器质性脑综合征包括器质性遗忘/认知功能不良,痴呆和意识改变,其他可有无菌性脑膜炎,脑血管意外,横贯性脊髓炎和狼疮样硬化,以及外周神经病变。(8)血液系统:受累可有贫血、白细胞计数减少、血小板减少、淋巴结肿大和脾大。(9)消化系统:受累可有纳差、恶心、呕吐、腹泻、腹水、肝大、肝功异常及胰腺炎。(10)其他:可以合并甲状腺功能亢进或低下、

干燥综合征等疾病。

二、系统性红斑狼疮的预防

SLE迁延不愈反复发作,行为生活能力下降,药物引起肥胖多毛等身体形象改变对患者的工作、学习和生活带来很大的影响,慢性疾病需要终生治疗减缓疾病进展维持身体功能。目前对SLE的预防尚无明确的方法,保持良好的生活习惯、注意防晒、避免接触可能诱发SLE的化学物质等可以降低患病风险,平时应做到:

- 保持心情舒畅,正确对待疾病,配合治疗。注意劳逸结合,适当锻炼,天气变化及时增添衣物,预防感冒。(2)合理调配饮食,保证全面营养。勿食有增强光敏作用的食物:如无花果、油菜及芹菜等,如食用后应避免阳光照射。不宜蘑菇、香菇、海鲜及辛辣品。(3)戒烟、减轻体重、适当的锻炼、血压控制以及血脂监测均可以减低系统性红斑狼疮的心血管疾病的风险。(4)减少日光照射,避免暴晒和紫外线照射。夏日在户外活动须戴帽,穿长衣物,最好用温水洗脸,避免使用化妆品、碱性肥皂。(5)住所清洁卫生,避免寒冷,潮湿,尽量减少与动植物

致病原的接触。(6)长期应用糖皮质激素的患者应适当补充钙剂、维生素D以及双磷酸盐等预防和治疗骨质疏松。(7)有雷诺氏现象时:冬季避免长时间呆在寒冷空气中,根据气温变化调节手套、袜子的厚度,保持肢端的温度;避免直接进冰箱取物,避免接触冷水。(8)女性患者注意避孕,疾病活动期,避免妊娠,不宜口服含雌激素的避孕药。希望生育者应在医生的指导下妊娠。(9)在医生指导下坚持服药治疗,患者需要在医生的指导下使用激素、免疫抑制剂等药物控制病情的发展。不可擅自减药、减量或加量。(10)有疾病活动迹象(如发热、乏力,食欲减退,关节肿痛,肌肉酸痛,全身不适,体重减轻,皮疹,脱发,头痛,胸闷胸痛,口干干燥,口腔溃疡,淋巴结肿大,紫癜,浮肿等),应及时就诊。(11)起病在半年内者,最好应每月复诊一次。病情稳定后,患者及家属应积极配合医生的治疗建议定期随访复查,至少3个月一次定期复查血常规以及免疫学测定等,了解疾病变化。(12)避免过度劳累:过度劳累可能会诱发SLE的发作,患者应合理安排作息时间避免过度劳累。

(作者单位:广西贵港市人民医院)