

# 慢性肾脏病的常见症状及诊断方法

□ 陈敏

慢性肾脏病(CKD)是一种常见的疾病,其症状通常较为隐蔽,不易察觉,因此,早期发现和诊断慢性肾脏病至关重要。本文将介绍慢性肾脏病的早期症状和诊断方法,帮助大家更好地认识这一疾病。

## 一、什么是慢性肾脏病

慢性肾脏病是指各种原因引起的慢性肾脏结构和功能障碍(肾脏损害病史大于3个月),包括肾小球滤过率正常和不正常的病理损伤、血液或尿液成分异常,及影像学检查异常,或不明原因肾小球滤过率下降( $<60\text{ml}/\text{min}\cdot 1.73\text{m}^2$ )超过3个月。除了与遗传、年龄及出生时低体重等不可控因素有关外,慢性肾小球肾炎、高血压、糖尿病、高尿酸

血症、痛风、肥胖及滥用药物等是导致慢性肾脏病的主要原因。

## 二、慢性肾脏病的常见症状

- 尿液异常:尿液颜色变深、尿量变化、排尿次数增多或减少等。
- 疲劳和乏力:慢性肾脏病患者常常感到疲劳和乏力,这是由于肾功能下降导致身体毒素清除能力下降所致。
- 食欲不振:肾功能下降会影响消化系统,导致食欲不振。
- 血压升高:慢性肾脏病患者常常伴有高血压,这是由于肾脏负责调节血压的功能受损所致。
- 肌肉疼痛和关节疼痛:这些症状可能

是由于肾功能下降导致钙磷代谢紊乱所致。

- 皮肤瘙痒:肾功能下降可能导致皮肤瘙痒。

## 三、慢性肾脏病的诊断方法

慢性肾脏病的诊断方法包括尿液检查、血液检查、影像学检查等。具体如下:

- 尿液检查:通过尿液检查可以检测到尿蛋白、红细胞和白细胞等,有助于判断是否存在肾脏损伤。
- 血液检查:通过血液检查可以检测血常规、生化、血气分析、甲状旁腺素等指标,有助于评估肾功能及判断是否存在慢性肾脏病的并发症。
- 影像学检查:通过B超、CT、MRI等

影像学检查可以了解肾脏形态和结构是否异常。当医生怀疑慢性肾脏病时,会建议患者进行全面的肾功能检查,包括尿液检查、血液检查及影像学检查等。

## 四、如何预防慢性肾脏病

预防慢性肾脏病需要从日常生活中做起,如合理饮食、适当运动、控制血压和血糖等。此外,因慢性肾脏病起病隐匿,早期症状不明显,故定期体检也是预防慢性肾脏病的重要措施之一。如发现以上提到的症状或疑似慢性肾脏病的症状,应尽早就医就诊并接受相应的检查和治疗。总之,对慢性肾脏病的认识和预防对于保护我们的健康至关重要。

(作者单位:河北省石家庄市人民医院)

# 慢性阻塞性肺病早期诊断与预防的重要性

□ 陈步红

慢性阻塞性肺病(COPD)是一种常见的慢性呼吸系统疾病,其特征是持续气流受限和肺部炎症。COPD可导致患者呼吸困难,生活质量下降,甚至可能影响其日常生活。早期诊断和预防COPD对于患者的生活质量和长期健康至关重要。

## 一、COPD的早期症状

COPD的早期症状通常包括持续的咳嗽,痰液,呼吸困难,尤其是在活动后。此外,患者可能会感到疲劳,食欲不振,睡眠质量下降,甚至出现焦虑和抑郁等情绪问题。这些症状可能由于肺部炎症和气流受限而出现。

然而,许多COPD患者可能不会在早期就表现出明显的症状。因此,定期的健康检查和常规的健康筛查对于早期发现COPD至关重要。这些检查可以包括肺功能测试,X光胸透和

CT扫描等。这些检查可以帮助医生检测到COPD的症状,以便及时进行干预和治疗。

## 二、预防COPD的重要性

预防COPD比治疗更为重要。首先,通过预防措施可以降低COPD的风险。对于吸烟者,戒烟是最重要的预防措施之一。此外,保持良好的生活习惯,包括定期锻炼,健康饮食,避免暴露于二手烟和空气污染的环境中,也可以降低COPD的风险。

其次,接种疫苗,如流感疫苗和肺炎疫苗,也可以降低COPD的风险。这些疫苗可以帮助增强身体的免疫力,减少感染的发生率,从而减少COPD的发生。

## 三、早期诊断的重要性

早期诊断COPD可以提供更多的机会来改善症状和控制病情。一旦确诊为COPD,医生可能会建议使用药物来

减轻症状,改善肺功能,并防止病情恶化。此外,早期诊断还可以帮助患者更好地了解他们的病情,制定适合自己的健康计划,并学习如何管理他们的症状。

## 四、结论

总的来说,早期诊断和预防慢性阻塞性肺病(COPD)的重要性不言而喻。它不仅可以帮助患者提高生活质量,还可以帮助他们避免因呼吸困难而影响日常生活。对于任何出现持续咳嗽、呼吸困难、疲劳等症状的人,都应及时就医并进行相关检查。同时,保持良好的生活习惯、定期进行健康检查和接种技术也是预防COPD的关键。让我们一起努力,提高对COPD的认识,加强预防措施,以改善我们的健康状况。

(作者单位:河北省张家口市万全区医院)

# 超声引导下腹横肌平面阻滞的临床应用及优势

□ 陈广彬

近年来,超声引导下腹横肌平面阻滞作为一种新型的麻醉技术,在临床应用中取得了显著的效果。本文将详细介绍超声引导下腹横肌平面阻滞的临床应用,并阐述其相较于传统麻醉技术的优势。

## 一、超声引导下腹横肌平面阻滞的临床应用

- 镇痛效果显著:超声引导下腹横肌平面阻滞能够准确地定位到腹横肌平面,并给予局部高浓度的局麻药物,从而显著提高镇痛效果。与传统麻醉技术相比,该技术能够更好地满足手术对镇痛的需求,降低术后疼痛评分,提高患者舒适度。

- 减少并发症:超声引导下腹横肌平面阻滞能够减少局麻药的使用量,降低并发症的发生率。同时,该技术还能避免传统盲穿带来的风险,如

穿刺失败、损伤血管和神经等,从而降低手术风险。

- 适应症广泛:超声引导下腹横肌平面阻滞适用于多种手术,如妇科手术、胃肠道手术、骨科手术等。由于该技术具有较好的镇痛效果和较低的并发症发生率,因此受到了临床医师的青睐。

## 二、超声引导下腹横肌平面阻滞的优势

- 安全性高:与传统盲穿相比,超声引导下腹横肌平面阻滞能够准确掌握局麻药的注射深度和范围,避免对周围组织造成损伤,降低并发症的发生率。

- 精确度高:超声能够清晰地显示局部解剖结构,使医师能够准确地定位到目标组织,从而提高穿刺成功率,减少不必要的重复穿刺。

- 操作简便:超声引导下腹横肌平面阻滞无需特殊的器械和设备,易于操作,适合在基层医院推广应用。

- 节省时间:超声引导下腹横肌平面阻滞减少了穿刺时间,缩短了麻醉准备时间,提高了手术效率。

- 患者舒适度高:超声引导下腹横肌平面阻滞能够显著降低术后疼痛评分,提高患者舒适度,有利于术后恢复。

综上所述,超声引导下腹横肌平面阻滞具有较高的安全性和精确度,适用于多种手术。相较于传统麻醉技术,该技术具有操作简便、节省时间、患者舒适度高、适应症广泛等优势。随着超声技术的不断发展和完善,超声引导下腹横肌平面阻滞将在临床应用中发挥越来越重要的作用。

(作者单位:河北省廊坊市固安县人民医院)

肋骨骨折是一种常见的胸部损伤,如果不及治疗,可能会引起严重的并发症。本文将介绍肋骨骨折恢复的最佳方法,帮助患者尽快康复。

## 一、了解肋骨骨折

肋骨是胸部的重要支撑结构,共有12对肋骨,其中第1-7肋骨与胸骨连接形成胸廓,第8-12肋骨呈游离状态称为浮肋。当肋骨受到外力撞击、挤压等致伤因素时,容易发生骨折。肋骨骨折常见于交通事故、跌倒、斗殴等意外事件中。

## 二、肋骨骨折的恢复方法

- 休息与制动:肋骨骨折需要充分休息,避免剧烈运动和咳嗽等增加胸廓压力的动作,以减轻疼痛和防止骨折端移位。可以使用胸带或胶布固定受伤部位,以减轻疼痛和稳定骨折部位。

- 药物治疗:疼痛是肋骨骨折的常见症状,可以使用非甾体消炎药、镇痛药等缓解疼痛。同时,可以使用活血化瘀、促进血液循环的药物,以加速骨折愈合。

- 物理治疗:物理治疗是肋骨骨折恢复的重要手段,包括热敷、按摩、电疗等。这些治疗方法可以促进血液循环,缓解肌肉紧张,加速恢复。

- 康复训练:在疼痛减轻和肿胀消退后,可以进行适当的康复训练,如呼吸训练、肌肉锻炼等。这些训练有助于增强呼吸功能和肌肉力量,促进恢复。

- 营养补充:骨折愈合需要充足的营养支持,建议食用富含蛋白质、钙、维生素D等营养素的食物,如鱼肉、鸡蛋、牛奶、豆制品等。

## 三、注意事项

- 不要自行尝试触摸或按压骨折部位,

以免加重疼痛和损伤。

- 保持充足的睡眠,有助于身体恢复和骨折愈合。

- 避免吸烟和过量饮酒,因为烟草和酒精会影响血液循环和骨愈合过程。

- 遵医嘱进行康复训练和药物治疗,不要自行更改治疗方案。

- 如出现呼吸困难、胸痛加重、骨折部位出现异常活动等情况,应及时就医。

## 四、不同类型肋骨骨折的恢复方法

- 单纯性肋骨骨折:通常有明显的外伤史,表现为局部疼痛、肿胀和呼吸运动受限。治疗方法主要包括休息、使用胸带固定、药物治疗和物理治疗等。在疼痛缓解和肿胀消退后,可以进行适当的康复训练。
- 多发性肋骨骨折:在严重外伤如车祸、跌倒等情况下发生,伴有大量出血、呼吸困难

等症。治疗方法包括及时就医,使用呼吸机辅助呼吸、止血治疗、镇痛药物等。在肿胀消退后,可以进行适当的康复训练和呼吸训练,以逐渐恢复正常的呼吸功能。

- 连枷胸:多发性肋骨骨折引起的胸壁浮动,导致肺部顺应性降低、通气功能障碍等并发症。治疗方法包括使用呼吸机辅助呼吸、止血治疗、镇痛药物等。同时,需要进行呼吸支持治疗,如吸氧或呼吸兴奋剂等。在软弱胸壁得到固定后,可以进行康复训练和肌肉锻炼。

总之,肋骨骨折恢复的最佳方法包括休息与制动、药物治疗、物理治疗、康复训练和营养补充等综合手段。不同类型肋骨骨折的恢复方法有所区别,需要根据具体情况制定相应的治疗方案。患者应遵医嘱进行康复训练和药物治疗,并注意饮食调理,以加速恢复过程。

(作者单位:河北省香河县人民医院)

# 脑挫伤后遗症多久会出现

□ 陈敏

脑挫伤是一种常见的脑损伤,常常由于外力撞击、跌倒等原因导致。脑挫伤后,患者可能会出现一系列的后遗症,影响生活质量。那么,脑挫伤后遗症多久会出现呢?本文将为您详细解答这个问题。

## 一、脑挫伤的定义和症状

脑挫伤是指头部受到外力撞击,导致脑组织局部损伤,但并未发生明显的结构改变或出血。常见的症状包括头痛、头晕、恶心、呕吐、意识模糊等。严重的脑挫伤还可能导致昏迷、癫痫发作等。

## 二、脑挫伤后遗症的出现时间

脑挫伤的后遗症通常会在受伤后的数周至数月内出现。具体时间取决于患者的个体差异、受伤程度、治疗方式等因素。在受伤后的数天内,一些轻微的脑挫伤可能已经发生,但症状可能不明显。随着时间的推移,症状逐渐显现,逐渐加重。因此,建议患者在受伤后密切关注自己的身体状况,如有异常及时就医。

## 三、影响后遗症出现时间的因素

- 患者个体差异:不同患者的身体状况、年龄、健康状况等都可能影响后遗症的出现时间。一般来说,年轻、健康状况较好的患者,后遗症出现时间可能会相对较早。

- 受伤程度:脑挫伤的严重程度直接影响到后遗症的出现时间。轻度脑挫伤可能仅有轻微的后遗症,而重度脑挫伤则可能导致长期甚至永久性的后遗症。

- 治疗方式:正确的治疗方式对于减少后遗症的出现至关重要。及时的医疗干预、合理的药物治疗和康复训练等都有助于减少后遗症的发生。

## 四、后遗症的预防和治疗

对于脑挫伤患者,预防后遗症的关键在于及时就医、接受正确的治疗和康复训练。一旦出现脑挫伤症状,应尽快就医,接受专业的诊断和治疗。在医生的指导下,进行合理的药物治疗和康复训练,以减缓后遗症的出现和加重。

总的来说,脑挫伤的后遗症通常会在受伤后的数周至数月内出现。具体时间取决于患者的个体差异、受伤程度、治疗方式等因素。了解这些因素有助于患者及家属提前做好心理准备,及时就医并接受专业的治疗和康复训练,以最大程度减少后遗症的发生,提高患者的生活质量。

(作者单位:山东省郯城县第一人民医院)