

解读结肠癌手术治疗方式

□ 赵春元

结肠癌,是肠道系统内的一种恶性肿瘤,主要治疗方法包括手术切除。然而,结肠癌的手术治疗因其复杂性和特殊性,常使人们感到困惑。今天,我们将深入浅出地为您解析结肠癌手术治疗的基本知识。

一、手术适应症

并非所有的结肠癌都需要手术治疗。一般来说,当肿瘤已经扩散到肠壁或周围淋巴结,或者已经发生远处转移时,就需要进行手术治疗。此外,当肿瘤过大,已经影响肠道功能,或者患者年龄较大,无法承受进一步的化疗时,也常会选择手术治疗。

二、手术方式

结肠癌的手术方式主要有两种:结肠切除术和造口术以及结肠切除术和末端回肠造口术。结肠切除术是一种将整个病变肠段及其周围组织进行切除的手术方式,适用于肿瘤已经扩散的情况。造口术则是一种将肠道切开,将肠内容物从切口流出,以保持肠道通畅的手术方式,适用于不能在回肠部位进行开口,以代替结肠切除后无法保留的排便功能,适用于需要保留排便功能的患者。

三、手术过程

手术前,医生会对患者进行全面的检查,

包括血液检查、影像学检查、病理学检查等,以确定肿瘤的性质和范围。手术后,患者需要进行一系列的康复治疗,包括伤口护理、饮食调整、活动建议等。

四、术后护理

术后护理对于患者的康复至关重要。患者应遵循医生的建议,定期进行复查,保持良好的生活习惯和合理的饮食结构。同时,适当的运动和休息也是恢复的重要环节。

五、辅助治疗

结肠癌的手术治疗通常需要配合化疗等辅助治疗。化疗可以帮助消除手术

无法触及的微小病灶,降低肿瘤复发的风险。同时,化疗还可以减轻患者的症状,提高生活质量。

结肠癌的手术治疗虽然复杂,但只要患者积极配合医生的治疗建议,就能取得良好的治疗效果。通过本文的介绍,相信您对结肠癌的手术治疗有了一定的了解。如果您有任何疑问或担忧,请及时咨询医生,他们会根据您的具体情况给出专业的建议。记住,健康的生活方式和定期的复查是预防和治疗结肠癌的关键。

(作者单位:河北省三河燕郊福合第一医院)

缓解手术患者术前紧张情绪的方法探究

□ 赵帆

手术通常会对患者产生一定程度的压力和焦虑,这些情绪常常源自对未知的恐惧。本篇文章将深入探讨手术前患者紧张情绪的原因,并提供一些实用的方法来减轻这种紧张情绪。

一、术前紧张情绪的原因

手术前,许多患者会感到紧张和焦虑,这是很正常的反应。其原因包括对手术过程的未知、对疼痛的担忧、对术后恢复的恐惧以及对手术医生的专业能力的不信任等。这些因素都可能导致患者产生紧张情绪,从而影响手术效果和术后恢复。

二、减轻术前紧张情绪的方法

- 充分沟通:患者有权了解他们所接受手术的相关信息,包括手术过程、麻醉方式、可能的并发症等。医生应尽可能详细地解答患者的疑问,消除他们的疑惑。
- 术前教育:向患者介绍手术后的恢复过程,包括可能出现的疼痛、需要遵守的饮食和活动限制等,使患者对术后恢复有更全面的了解。
- 营造舒适环境:手术前,应确保患者的病房环境整洁、安静、舒适,降低外部环境对患者情绪的影响。同时,家属的陪伴和关爱也是减轻患者紧张情绪的重要因素。

三、术前心理准备

- 药物缓解:适度的镇静药物可以在一定程度上缓解患者的紧张情绪,但必须在医生的指导下使用。这类药物的作用时间短暂,不会影响患者的意识,能有效帮助患者应对手术前的紧张情绪。
- 心理疏导:专业的心理咨询师或心理医生可以对患者进行心理疏导,帮助他们应对紧张情绪。通过认知行为疗法等心理干预手段,可以帮助患者调整他们的思维模式,以更积极的态度面对手术。
- 鼓励患者参与决策:让患者在手术前有更多的参与感,例如参与手术方案的讨论,

选择麻醉方式等。这种参与感有助于减轻患者的焦虑感。

- 给予正面激励:手术前,医生可以对患者的积极态度和配合给予肯定和鼓励,这有助于增强患者的信心,减轻他们的紧张情绪。

术前紧张情绪是常见的反应,通过充分沟通、术前教育、营造舒适环境、药物缓解、心理疏导、鼓励参与决策和给予正面激励等方法,可以有效减轻患者的紧张情绪。这些方法不仅有助于手术的顺利进行,还能帮助患者更好地恢复。

(作者单位:河北省邢台市任泽区人民医院)

急性阑尾炎诱因分析

□ 张艳丽

急性阑尾炎是一种常见的外科急症,通常表现为突发性疼痛,需要立即就医。本文将探讨急性阑尾炎的常见诱因,以便读者在日常生活中注意预防。

一、阑尾管腔阻塞

阑尾管腔阻塞是急性阑尾炎的常见诱因之一。管腔阻塞通常由于食物残渣、粪石(小结石)等异物堵塞导致。这些异物可由肠道内容物进入阑尾管腔,并粘附在管壁上形成粪石,进而导致管腔堵塞。此外,管腔内细菌繁殖也可能加剧阻塞。

二、细菌感染

阑尾管壁内的淋巴组织相对丰富,容易受到细菌感染。当管腔堵塞时,阑尾黏膜仍

可分泌黏液,这些黏液可增加细菌在阑尾内的停留时间,从而增加感染的风险。此外,一些特定的细菌,如大肠埃希菌、肠球菌等,也常导致急性阑尾炎。

三、不良生活习惯

不良的生活习惯也是急性阑尾炎的诱因之一。过度劳累、长时间久坐、饮食不规律等不良习惯都可能导致身体抵抗力下降,从而增加急性阑尾炎的风险。此外,年龄因素也是不可忽视的因素之一,随着年龄的增长,急性阑尾炎的发病风险也会随之增加。

四、其他因素

- 家族遗传因素:据报道,约有20%的急性阑尾炎患者具有家族遗传倾向,这可能与

基因有关。

- 慢性炎症:一些慢性炎症可能逐渐发展为急性阑尾炎。例如,扁桃体炎、支气管炎等呼吸道感染可导致阑尾管壁受累,增加急性阑尾炎的风险。

- 手术史:既往阑尾手术史是急性阑尾炎的独立危险因素。由于手术创伤或瘢痕粘连等原因,手术史患者发生急性阑尾炎的可能性较大。

五、预防策略

- 健康饮食:保持规律的饮食习惯,避免暴饮暴食,减少辛辣、刺激性食物的摄入,以减轻胃肠负担。同时,应注重饮食卫生,避免病从口入。

- 良好生活习惯:保持健康的生活方式,如定时作息、适当运动、保持体重等,以提高身体免疫力,减少阑尾炎的发病风险。

- 定期检查:定期进行身体检查,及早发现并治疗潜在疾病,如慢性胃炎、肠道感染等,以降低阑尾炎的发病风险。

- 情绪管理:学会调节情绪,避免过度紧张、焦虑等情绪波动,以保持身心健康。如有精神压力过大,可寻求专业心理咨询或治疗。

总之,了解急性阑尾炎的诱因对于预防疾病非常重要。通过关注生活细节、调整生活习惯、及时就医等方式,我们可以降低急性阑尾炎的发病风险,保持身体健康。

(作者单位:河北省唐山长安医院)

脑梗塞复发的原因和预防方法

□ 赵恒乐

脑梗塞的复发问题一直是困扰医生和患者的大问题。许多患者都会担心,为什么自己经过治疗康复后,还是会频繁出现复发的情况? 本文将从多个角度出发,为大家科普脑梗塞复发的相关问题,帮助大家更好地理解这个问题的原因和预防方法。

一、脑梗塞复发的危险因素

- 基础疾病:许多脑梗塞患者本身存在高血压、高血脂、糖尿病等基础疾病,这些疾病会增加脑梗塞复发的风险。
- 生活习惯:不良的生活习惯如吸烟、饮酒、饮食不健康等,也会增加脑梗塞复发的风险。
- 季节变化:冬季是脑梗塞复发的多发

季节,主要是因为气温变化、空气干燥等因素会影响血管收缩,导致血压升高,从而增加脑梗塞复发的风险。

- 情绪波动:情绪波动过大,如过度紧张、焦虑、激动等,也会影响血压和血液粘稠度,从而增加脑梗塞复发的风险。

二、脑梗塞复发的机制

脑梗塞的复发主要是由于血管堵塞导致脑部缺血缺氧,进而引发脑组织坏死。一旦血管再次堵塞,就会导致脑梗塞复发。此外,一些患者可能存在血管狭窄或斑块形成等问题,也会导致脑梗塞的复发。

三、如何预防脑梗塞复发

- 控制基础疾病:对于高血压、高血脂、

糖尿病等基础疾病,患者需要积极控制,按时服药,定期检查,保持健康的生活习惯。

- 调整饮食:饮食要均衡,多吃蔬菜水果,控制脂肪和盐的摄入量。避免食用过多的高脂肪食物和含盐量高的食物,以免加重血管负担和血压波动。

- 预防感冒:冬季注意保暖,避免感冒引起的病情加重。同时,保持良好的心态,避免情绪波动过大。

- 坚持运动:适当的运动可以增强身体的免疫力和抵抗力,改善血管健康状况。建议每周进行至少150分钟的中等强度有氧运动。

- 戒烟限酒:戒烟限酒对预防脑梗塞复

非常重要。戒烟可以降低心血管疾病的风险,而适量饮酒可以降低脑梗塞复发的风险,但过量饮酒则会增加风险。

- 定期检查:患者应定期进行脑部检查,及早发现异常情况,及时治疗。同时,根据医生的建议,合理调整治疗方案。

总之,脑梗塞的复发是一个复杂的问题,涉及到多种因素和机制。但是,通过积极控制基础疾病、改善生活习惯、预防感冒和定期检查等措施,我们可以有效地预防脑梗塞的复发。同时,患者应保持乐观的心态,积极面对疾病,相信在医生和家人的共同努力下,我们一定能够战胜病魔。

(作者单位:河北省衡水市第八人民医院)

盆底健康是预防和治疗尿失禁的关键

□ 赵佳楠

盆底肌肉是指支撑尿道、膀胱、阴道的深层肌肉群。盆底肌肉就像一张“网”,将我们的内脏紧紧地包裹在一起,确保它们正常运转。然而,随着年龄的增长和生育的增加,盆底肌肉可能会变得松弛,导致尿失禁等健康问题。

一、盆底健康的重要性

盆底肌肉不仅支撑着尿道和膀胱,还参与了性生活和排便过程。盆底健康对于维持正常的性生活和排便功能至关重要。尿失禁是一种常见的盆底问题,它会导致尿液不自主地流出,给患者带来极大的困扰和不便。此外,盆底问题还可能影响其他泌尿生殖系统问题,如子宫脱垂、阴道松弛等。

二、预防尿失禁的关键

- 保持健康的生活方式:保持健康的体重、戒烟、限制酒精摄入等生活方式因素,有助于减少盆底肌肉的压力。
- 坚持运动:有氧运动可以增强盆底肌肉的力量和弹性,如步行、游泳等。此外,进行凯格尔运动也有助于增强盆底肌肉。
- 及时就医:如果你出现尿失禁症状,应及时就医。医生会根据你的情况,制定个性化的治疗方案。

三、治疗尿失禁的方法

尿失禁的治疗方法包括药物治疗、生物反馈疗法、手术治疗等。对于轻度尿失禁,可以通过改变生活习惯、增加水分摄入和进行

凯格尔运动来缓解。以下是一些治疗尿失禁的关键步骤:

- 药物治疗:医生可能会开一些能够增强尿道收缩力的药物,以改善尿失禁症状。

- 生物反馈疗法:生物反馈疗法是一种通过视觉反馈来帮助患者了解自己盆底肌肉的收缩能力,并学会如何正确收缩的过程。这种疗法通常与凯格尔运动相结合,以提高治疗效果。

- 手术治疗:对于严重的尿失禁或其他盆底问题,医生可能会建议手术治疗。手术方法包括阴道悬吊术和膀胱颈抬高术等,以增强尿道闭合机制。

除了以上治疗方法外,还有一些生活技

巧可以帮助你预防和治疗尿失禁:

- 保持大便通畅:便秘和大便干燥可能会增加尿失禁的风险。因此,保持足够的水分摄入和规律的排便习惯非常重要。

- 穿着合适的内衣:选择合适的内衣可以减少对尿道的压力,从而减少尿失禁的发生。选择具有良好支撑力和弹性的内衣,不穿紧身裤。

- 避免过度劳累:过度劳累可能会影响盆底肌肉的正常功能,导致尿失禁症状加重。

总之,盆底健康对于维持身体健康至关重要。通过保持健康的生活方式、坚持运动、及时就医、采取合适的治疗方法,以及遵循生活技巧,可以有效地预防和治疗尿失禁等盆底问题。

(作者单位:河北省优抚医院)