

胃肠超声的治疗方案解析

□ 黄军业

随着人们生活水平的提高,健康意识的增强,越来越多的人开始关注胃肠健康。然而,许多人对胃镜检查存在恐惧和担忧,认为胃镜检查是一种痛苦且危险的检查方式。其实,我们可以通过胃肠超声来替代胃镜检查,告别恐惧,保护胃肠健康。

本文将为大家详细介绍胃肠超声的特点和优势,帮助大家了解其作用和必要性。

一、什么是胃肠超声?

胃肠超声是一种利用超声波检查胃肠疾病的无创技术。它通过将超声探头放置在受检者的腹部,利用高频声波反射原理,实时显示胃肠壁结构、胃肠蠕动等情况,从而判断胃肠疾病。与胃镜相比,胃肠超声无需插管,操作简便,对受检者影响小。

二、胃肠超声的特点和优势

1. 无创性:胃肠超声检查无需插管,避免了胃镜检查带来的痛苦和风险。

2. 操作简便:胃肠超声检查只需将超声探头放置在腹部,操作简便易行。

3. 实时动态显示:胃肠超声可以实时显示胃肠壁结构、胃肠蠕动等情况,有助于医生准确判断病情。

4. 可重复性强:胃肠超声检查可以多次重复进行,有助于医生对病情进行跟踪观察。

5. 价格适中:相对于胃镜检查,胃肠超声检查的价格相对较为亲民,适合广大人群接受。

6. 快捷方便:胃肠超声检查可在短时间内完成,无需等待,节省时间。

三、胃肠超声在胃肠疾病中的应用

1. 胃炎、胃溃疡:通过胃肠超声可以观察胃壁结构、厚度以及胃蠕动情况,有助于判断胃炎、胃溃疡的病情及治疗效果。

2. 肠道炎症:胃肠超声可以观察肠道黏膜是否受损、肠道蠕动是否正常,有助于诊断肠道炎症。

3. 肠道肿瘤:通过胃肠超声可以观察肠道壁结构、淋巴结情况,有助于判断肠道肿瘤的分期和预后。

4. 消化不良:胃肠超声可以观察胃和肠道的蠕动情况,有助于诊断消化不良等疾病。

5. 其他疾病:胃肠超声还可以应用于其他胃肠相关疾病的诊断和治疗。

四、如何克服对胃镜的恐惧?

1. 了解相关知识:通过阅读相关书籍、咨询医生或专业人士,了解胃镜检查的原理、过程和必要性,消除误解和恐惧。

2. 心理准备:在接受胃镜检查前,与医生沟通交流,了解检查过程,做好心理准备,减轻紧张情绪。

3. 放松身体:在检查过程中,尽量放松身体,配合医生的指示和操作,减轻不适感。

4. 寻求支持:与家人和朋友分享自己的恐惧和担忧,寻求支持和鼓励,增强信心。

5. 尝试胃肠超声:在条件允许的情况下,尝试接受胃肠超声检查,逐渐适应这种检查方式,克服对胃镜的恐惧。

五、结语

胃肠超声检查具有无创、无痛、快捷方便、准确度高、可重复性强等优势,是告别胃镜恐惧、选择更安全、更舒适的胃肠检查方式的选择。对于消化系统炎症、肿瘤、溃疡等胃肠疾病,胃肠超声检查都是一种有效的诊断方法。建议广大患者积极了解胃肠超声检查的相关知识,根据自己的病情和医生的建议选择合适的治疗方案。同时,医疗机构也应加强宣传推广,让更多的患者了解并接受这种新型的胃肠检查方法。我们也要认识到,任何一种医学检查方法都有其适应症和局限性,因此患者在接受任何治疗前都应咨询专业医生的建议,选择最适合自己的治疗方案。

(作者单位:山东省沂南县中医医院)

浅谈血压、血糖对肾脏的影响

□ 姜敏

肾脏是人体的重要器官,它可以帮助调节体内的水分和电解质平衡,清除废物和毒素,维持血压和酸碱平衡。然而,高血压和糖尿病等慢性疾病会对肾脏造成损害,增加肾脏疾病的风险。本文将分条阐述血压、血糖对肾脏的影响。

一、血压对肾脏的影响

高血压会对肾脏造成损害,这是因为长期的高血压会使肾小球硬化、肾小管萎缩,最终导致肾功能衰竭。高血压还会增加肾小球内压力,加速肾小球损伤,进而导致蛋白尿和肾功能下降。

高血压对肾脏的损害是一个渐进的过程,早期发现并控制高血压可以有效地预防肾脏损伤。

1. 早期发现高血压

对于有高血压家族史的人,应定期进行血压检测,以便及时发现高血压。对于无家族史的人,可以在成年早期开始关注自己的血压状况。

况。高血压患者应在医生的指导下合理使用降压药物,控制血压在正常范围内。

2. 控制饮食和运动

饮食和运动是控制血压的重要因素。应保持低盐、低脂肪的饮食,多食用富含钾、钙、镁等微量元素的食物,以降低血压。适当的运动可以增强血管弹性,有助于控制血压。

二、血糖对肾脏的影响

糖尿病是一种常见的慢性疾病,它会影响到肾脏的功能。长期的高血糖会导致肾小球硬化,肾小管损伤,进而导致肾功能下降。糖尿病对肾脏的损害是一个渐进的过程,早期发现并控制血糖可以有效地预防肾脏损伤。

1. 早期发现糖尿病

对于有糖尿病家族史的人,应定期进行血糖检测,以便及时发现糖尿病。对于无家族史的人,可以通过控制饮食、加强锻炼等方式预防糖尿病的发生。一旦确诊为糖尿病,应积极配合医生的治疗,控制血糖在正常范围内。

2. 控制饮食和运动

饮食和运动是控制血糖的重要因素。应保持低糖、低淀粉的饮食,多食用富含维生素、矿物质、膳食纤维等营养素的食物,以降低血糖。适当的运动可以增强胰岛素敏感性,有助于控制血糖。此外,糖尿病患者应避免摄入过多的高热量食物和高糖饮料,以免加重病情。

三、血压、血糖与肾脏的关系

高血压和糖尿病都会对肾脏造成损害,但它们之间也存在一定的关联。长期的高血压和血糖相互作用,会增加肾脏损伤的风险。因此,对于高血压和糖尿病患者来说,控制血压和血糖至关重要。

四、其他因素对肾脏的影响

除了血压和血糖外,其他因素也会对肾脏造成损害。例如:

1. 药物因素:某些药物如非甾体抗炎药(NSAIDs)、抗生素等会对肾脏造成损害。因

此,在用药前应咨询医生或药师,选择对肾脏影响较小的药物。

2. 饮食习惯:高盐、高脂肪、高糖等不良饮食习惯会增加肾脏负担。因此,应保持健康的饮食习惯,适量摄入蛋白质、矿物质、膳食纤维等营养素。

3. 生活习惯:吸烟、饮酒、熬夜等不良生活习惯会增加肾脏负担。因此,应保持良好的生活习惯,戒烟限酒,保证充足的睡眠时间。

4. 其他疾病:某些疾病如肥胖、高尿酸血症等也会对肾脏造成损害。因此,应积极治疗这些疾病,以保护肾脏健康。

总之,血压、血糖和其他因素都会对肾脏造成影响。

为了保护肾脏健康,应关注自己的血压和血糖状况,保持良好的生活习惯和饮食习惯,避免不良因素的影响。如有疑问或出现异常症状,应及时就医检查。

(作者单位:甘肃省武威市人民医院)

屈光手术在近视防控中的适应症与禁忌症

□ 梁信豪

在当今社会,随着电子产品的普及和学习、工作压力的增大,近视已成为影响青少年及成年人视力健康的重大问题。近视不仅给日常生活带来不便,还可能增加患眼部疾病的风险。

因此,近视防控显得尤为重要。在众多近视矫正方法中,屈光手术作为一种有效的治疗手段,备受关注。

本文将从了解屈光手术的角度出发,分条阐述其在近视防控中的作用与相关知识。

一、屈光手术的基本概念

屈光手术,是指通过手术方法改变眼睛的屈光状态,从而矫正近视、远视、散光等屈光不正问题。

这类手术直接作用于角膜或晶状体,调整其光学性质,使光线能够准确聚焦于视网膜上,从而改善视力。屈光手术主要包括激光类手术(如LASIK、LASEK、SMILE)和非激光类手术(如ICL植入)。

二、屈光手术的种类及原理

1. LASIK(激光原位角膜磨镶术):通过制作一个角膜瓣,然后用激光去除部分角膜组织,改变角膜曲率,最后复位角膜瓣。此手术恢复快,疼痛小。

2. LASEK(激光上皮下角膜磨镶术):与LASIK相似,但不需要制作角膜瓣,适用于角膜较薄或不适合LASIK的患者。恢复时间稍长,可能有轻微不适感。

3. SMILE(全飞秒激光微小切口基质透镜取出术):利用飞秒激光在角膜内部制作一个透镜状组织片,再通过微小切口取出,无需制作角膜瓣,创伤更小,恢复更快。

4. ICL(有晶体眼人工晶体植入术):将一片微小的人工晶体植入眼内,置于自然晶状体前或后,用于高度近视、角膜厚度不足或追求更高质量视力的患者。

三、屈光手术的适应症与禁忌症

适应症:年龄18岁以上,近视度数稳定

两年以上,无活动性眼病,角膜厚度足够,有摘镜需求的患者。

禁忌症:包括自身免疫性疾病、严重干眼症、圆锥角膜倾向、角膜病变、未控制的青光眼等。

四、术前准备与术后护理

术前准备:进行全面的眼科检查,包括视力、验光、角膜地形图、内皮细胞计数等,以评估手术适宜性。

术前需停用隐形眼镜一段时间,并按医嘱使用抗生素眼药水预防感染。

术后护理:术后需佩戴护眼罩保护眼睛,避免剧烈运动和揉眼。按医嘱使用眼药水减轻炎症和预防感染,定期复查监测恢复情况。

五、屈光手术的风险与收益

任何手术都存在风险,屈光手术也不例外,可能的风险包括干眼症、视力回退、夜间视觉异常(如眩光、光晕)等。然而,随着技术

的不断进步,这些并发症的发生率已大大降低。对于符合条件的患者而言,屈光手术能显著提高生活质量,减少佩戴眼镜或隐形眼镜的不便,提升视觉体验。

六、近视防控的综合策略

屈光手术虽能有效矫正近视,但近视防控应更注重综合策略,包括增加户外活动时间、保持正确用眼姿势、合理用眼时间、定期眼科检查等。对于儿童青少年,尤其要强调预防,减少近距离用眼负担,控制电子产品使用时间,保证充足睡眠和营养。

总之,屈光手术作为近视矫正的重要手段,为众多近视患者提供了恢复清晰视力的可能。然而,选择手术需谨慎,应在充分了解手术原理、适应症、风险及术后护理的基础上,结合个人情况,在专业医生的指导下做出决定。同时,加强近视防控意识,采取综合措施,才是维护视力健康的长久之道。

(作者单位:河北省承德爱尔眼科医院)

常见乳腺癌的治疗方法

□ 马珉

乳腺癌是全球女性中最常见的恶性肿瘤之一,严重威胁着女性的生命健康。随着医学技术的不断进步,放疗作为乳腺癌治疗的重要手段,在提高治愈率、减少复发风险以及改善患者生存质量方面发挥着不可替代的作用。本文将详细介绍放疗的基本原理、适应症、常见治疗方式及其注意事项,帮助大家更好地理解这一治疗手段。

一、放疗的基本原理

放疗,全称为放射治疗,是利用高能射线破坏癌细胞的DNA结构,使其丧失分裂繁殖能力,最终死亡。在乳腺癌治疗过程中,放疗主要用于杀死手术后可能残留在体内的微小癌细胞,降低局部复发的风险。

二、乳腺癌放疗的适应症

1. 手术后辅助放疗:适用于大部分早期

乳腺癌患者,尤其对于淋巴结转移的病例。放疗能有效杀灭手术区域可能残留的癌细胞,减少复发风险。

2. 新辅助放疗:用于缩小肿瘤体积,便于后续手术切除。通过放疗,可以使原本难以切除的肿瘤变得易于手术,提高手术成功率。

3. 局部晚期乳腺癌或转移灶的姑息性放疗:对于晚期乳腺癌患者,放疗可以缓解症状,如减轻疼痛、缩小肿瘤体积,从而改善生活质量。

4. 乳腺癌复发患者的再次放疗:根据具体情况,部分复发患者可以通过再次放疗获得治疗效果。

三、乳腺癌放疗的常见治疗方式

1. 三维适形放疗:利用计算机辅助系统,精确计算并规划射线路径,使射线能量集中

在肿瘤靶区,降低对周边正常组织的影响。

2. 调强放疗:一种更高级别的适形放疗,通过调节射线强度,使照射剂量更加均匀地分布在靶区内,进一步减小对周围正常组织的伤害。

3. 体素旋转调强放疗:快速高效的IMRT技术,通过单个或多个弧形照射,一次性完成复杂的剂量分布,提高治疗效率。

4. 靶区内照射:在特定情况下,通过植入体内放射性粒子直接对肿瘤部位进行近距离放疗,适用于部分难以通过外部放疗达到治疗效果的病例。

四、放疗期间的注意事项

1. 保护照射野皮肤:保持皮肤清洁干燥,避免摩擦、抓挠等不良刺激。若出现红肿脱皮,应及时暂停放疗并就医处理。

2. 饮食调理:适当进食新鲜水果和生津

的甘凉之品,如西瓜、芒果、猕猴桃等,有助于缓解放疗带来的不适。

3. 定期检查血常规:放疗可能会引起骨髓抑制,导致白细胞、红细胞等降低,因此需要定期检查血常规,及时调整治疗方案。

4. 保持良好的生活习惯:保证充足的睡眠,适当进行轻度运动,如散步、瑜伽等,但要避免过度劳累。

放疗作为乳腺癌治疗的重要手段,在提高治愈率、减少复发风险方面发挥着关键作用。随着技术的不断进步,放疗的精准度和安全性得到了进一步提升。每一位乳腺癌患者的治疗方案都需要根据其具体情况定制,医患之间的好沟通和密切配合至关重要。让我们携手并进,共同为乳腺癌患者的健康护航。

(作者单位:河北省承德市第三医院)