

# 物理治疗在骨科康复中的重要性

□ 王丹丹

为后续的康复训练创造了良好的条件。

## 2. 促进组织修复与愈合

物理治疗能够加速骨骼和软组织的修复过程。在骨折或其他骨伤后,物理疗法就像一位细心的园丁,精心培育着骨骼的恢复。此外,物理疗法还可以帮助纠正因伤导致的身体的畸形,通过牵引或定制的锻炼方案,逐渐恢复患者的正常姿态。

## 3. 增强肌肉力量与关节功能

物理治疗通过特定的锻炼和训练,增强肌肉力量,提高关节的稳定性和灵活性。力量训练和平衡锻炼是其中的重要组成部分。通过有针对性的锻炼,患者的肌肉会变得更加强健,关节活动更加灵活,这不仅有助于完成日常活动,还能提高生活质量。个性化的治疗

方案是关键,确保每个患者都能得到最佳的治疗效果。

## 4. 跨学科合作与全面康复

物理治疗在骨科康复中通常需要与其他医疗专业人员密切合作,包括骨科医生、运动治疗师以及病人家属等。这种跨学科的合作能够制定出更全面、更人性化的康复方案。

通过整合各方的意见和资源,康复过程变得更加系统化和高效,也更能符合患者的实际需求。

## 5. 早期康复与预防并发症

骨科手术后,尽早进行物理治疗是预防并发症的关键。许多患者在手术后由于未能及时进行康复治疗,导致关节挛缩、僵硬、韧带强度下降、粘连、肌肉萎缩等并发症。早期

下床活动或床上锻炼,可以促进血液循环,恢复胃肠功能,防止并发症,促进伤口愈合。物理治疗师可以通过软组织松解术、关节松动术等手法来帮助改善症状,促进患者早日康复。

## 结语

综上所述,物理治疗在骨科康复中发挥着不可替代的作用。它不仅能够有效缓解疼痛和炎症,促进组织修复和愈合,还能增强肌肉力量和关节功能,提高患者的生活质量。

通过跨学科的合作和个性化的治疗方案,物理治疗帮助患者走出疾病的阴影,重新获得健康和快乐的生活。未来,随着科技的进步,物理治疗将更加高效和个性化,为骨科康复带来更多的希望和可能。

(作者单位:河北省沧州市人民医院)

# CT 检查为精准医疗提供科学依据

□ 王轶博

着重要作用。

4. 骨骼系统:CT 检查能够准确诊断骨折、骨肿瘤、关节病变等,对复杂骨关节结构的扫描尤为擅长。

5. 心血管系统:通过向血管内注射造影剂,CT 扫描可以清晰地显示冠状动脉、脑血管等血管的形态和狭窄程度,对冠心病、脑动脉瘤等疾病的诊断具有重要意义。

## 三、CT 检查的注意事项

1. 辐射风险:CT 检查利用 X 射线完成,具有一定放射性。尽管现代 CT 设备在辐射剂量控制方面已有很大改进,但患者仍需接受一定剂量的辐射。因此,应尽量避免高频次进行 CT 检查,特别是孕妇、儿童等特殊人群需谨慎权衡利弊。

这些变化,并将它们转化为可被计算机识别的数字信号。随后,计算机系统对这些数字信号进行快速而精确的处理,最终生成清晰、精确的横断面图像。这些图像如同透视眼一般,让医生能够深入人体内部,直观地观察到病变的位置、形态及其与周围组织的关系。

## 二、CT 检查的应用领域

1. 中枢神经系统:CT 检查能帮助医生诊断颅脑外伤、脑梗塞、颅内肿瘤等严重疾病。

2. 胸部:CT 能清晰显示肺内病变、纵隔肿瘤等胸部疾病,对肺癌、肺炎、肺结核等的诊断具有重要价值。

3. 腹部:CT 扫描可以清晰地显示肝脏、胆囊、胰腺、脾脏、肾脏等器官的形态和结构,对肿瘤、囊肿、结石、炎症等疾病的诊断发挥

在现代医学领域,计算机断层扫描(Computed Tomography,简称 CT)无疑是精准医疗的重要工具。凭借其独特的成像技术和广泛的应用领域,CT 检查为医生提供了前所未有的诊断视角和深度,成为现代医学不可或缺的一部分。

本文将详细介绍 CT 检查的工作原理、应用领域及其注意事项,帮助读者更理性地看待这一医疗手段。

## 一、CT 检查的工作原理

CT 检查的核心在于利用 X 射线进行身体扫描。当一束精细调控的 X 射线围绕患者身体的某一部位进行快速旋转扫描时,这些 X 射线穿透人体不同密度的组织后,其强度会发生相应的变化。高灵敏度的探测器捕捉

# 中耳炎的常见症状和治疗方法

□ 谢真杰

## 二、中耳炎的原因

1. 感染:中耳炎通常是由细菌或病毒感染引起的。感染可能来自于上呼吸道感染,如感冒、鼻窦炎等。

2. 过敏:过敏性鼻炎、鼻息肉等过敏反应可能导致咽鼓管堵塞,从而引发中耳炎。

3. 咽鼓管功能障碍:咽鼓管是连接中耳和咽喉的通道,负责调节中耳压力。当咽鼓管功能受损时,可能导致中耳积液,从而引发中耳炎。

4. 气压变化:飞行、潜水等活动可能导致气压变化,从而引发中耳炎。

## 三、中耳炎的治疗方法

1. 药物治疗:抗生素是治疗细菌性中耳炎的主要药物,可以消除感染。对于病毒性中耳炎,抗生素无效,需要对症治疗。此外,解热镇痛药、抗过敏药等也可以帮助缓解症状。

2. 鼻腔冲洗:鼻腔冲洗可以帮助清除鼻腔内的分泌物,减轻咽鼓管堵塞,从而缓解中耳炎症状。

中耳炎是一种常见的耳部疾病,通常发生在儿童身上,但成年人也可能患上。中耳炎是指中耳腔内的炎症,可能会影响到听力和平衡。本文将介绍中耳炎的常见症状、原因以及治疗方法,帮助大家更好地了解这一疾病。

## 一、中耳炎的常见症状

1. 耳痛:这是中耳炎最常见的症状,可能是持续性的,也可能是阵发性的。疼痛可能会加重,当头部晃动或咳嗽时。

2. 听力下降:由于中耳腔内的炎症,可能导致听力下降,甚至完全丧失听力。

3. 耳鸣:耳鸣是指在没有外部声源的情况下,耳朵里出现嗡嗡声或其他声音。

4. 平衡障碍:中耳炎可能导致头晕、眩晕和平衡障碍,这可能会影响到日常生活和工作。

5. 发热:中耳炎可能伴有发热,尤其是在儿童患者中。

6. 流脓:在严重的中耳炎中,可能会出现耳朵流脓的现象。

3. 手术治疗:对于反复发作的中耳炎,可能需要进行手术治疗。手术的目的是修复咽鼓管功能,或者清除中耳内的病变组织。

4. 预防措施:保持良好的生活习惯,加强锻炼,提高免疫力,可以降低中耳炎的发病风险。此外,避免过度吹鼻子,保持鼻腔通畅,也有助于预防中耳炎。

## 四、有趣的科普知识

1. 耳朵的结构:耳朵分为外耳、中耳和内耳三部分。外耳包括耳廓和外耳道;中耳包括鼓膜、听骨和咽鼓管;内耳包括前庭、半规管和耳蜗。

2. 声音的传播:当我们说话或听到声音时,声音首先通过外耳道传到鼓膜,然后鼓膜振动,通过听骨传到内耳的前庭,最后在内耳转化为神经信号,传递到大脑,我们才能听到声音。

3. 平衡感知:内耳的前庭和半规管负责感知头部的位置和运动,帮助我们保持平衡。当中耳炎影响到这些结构时,可能出现头晕、

眩晕等症状。

4. 耳朵的自洁功能:耳朵具有自我清洁的功能。耳垢可以帮助保护耳朵免受外界污染。但是,过度清洁耳朵可能会导致耳朵受伤或感染。

总之,中耳炎是一种常见的耳部疾病,了解其症状、原因和治疗方法,可以帮助我们更好地应对这一疾病。在日常生活中,保持良好的生活习惯,加强锻炼,提高免疫力,可以降低中耳炎的发病风险。同时,遇到耳朵不适时,应及时就医,以免延误病情。

中耳炎虽然常见,但并非不可治愈。通过药物治疗、手术治疗等方法,大多数中耳炎患者都可以康复。然而,预防始终是最好的办法。保持良好的生活习惯,加强锻炼,提高免疫力,可以降低中耳炎的发病风险。同时,遇到耳朵不适时,应及时就医,以免延误病情。希望通过本文的介绍,大家对中耳炎有了更深入的了解,从而更好地保护自己的耳朵。

(作者单位:四川省泸州市妇幼保健院)

# 微生物的致病与有益的微观博弈

□ 赵永东

康,预防便秘和腹泻,还能降低胆固醇,促进营养吸收。

此外,微生物在女性生殖道中也扮演着重要角色。它们通过维持微生态平衡,保护女性免受感染,对生育和健康产生积极影响。

## 微生物的“恶”——疾病的制造者

然而,微生物并非总是友善的。一些病原微生物,如细菌、病毒和真菌,是引发各种感染和疾病的元凶。

沙门氏菌、霍乱弧菌等可引起严重的消化道疾病,导致腹泻、呕吐等症状。流感病毒、肺炎链球菌等则可导致呼吸道感染,如感冒、肺炎等。这些病原微生物对人类健康构成了巨大威胁,特别是对免疫系统受损的人群来说,感染的风险更高。

微生物不仅威胁人类健康,还能导致动植物疾病,影响农业生产。例如,植物病原菌

可引发作物病害,导致减产甚至绝收。动物病原菌则可引起动物疫情,影响畜牧业的发展。

## 微生物的“善恶转变”——条件致病菌

值得注意的是,微生物的“善恶”并非一成不变。一些原本无害的微生物,在特定条件下可能转变为致病菌。

当人体免疫力下降或微生态环境失衡时,一些平时相安无事的细菌可能会“兴风作浪”,引发健康问题。例如,大肠杆菌在正常情况下是肠道中的正常菌群,但在某些条件下,如食品污染或肠道感染时,它可能引发严重的肠道疾病。

## 微生物与人类的共生关系

微生物与人类的共生关系历史悠久。人类通过长期实践,学会了利用有益微生物制作美食,如酿酒、制酱、发酵乳制品等。这些美食不仅丰富了人们的饮食文化,还提升了生

活的幸福感。

然而,微生物也可能导致食品腐败,引发食品安全问题。因此,我们需要采取一系列措施来维护健康,如保持良好的个人卫生习惯、注意饮食卫生、控制食品污染等。

## 结语

微生物的“善恶双面秀”展示了它们在致病与有益之间的微妙平衡。了解微生物的特性和行为,采取有效的预防和控制措施,能够帮助我们更好地维护健康。

未来,随着科学技术的不断发展,人们有望通过各种科学手段来调节人体内的微生物群落,从而达到预防和治疗某些疾病的目的。

在这场与微生物的博弈中,让我们更加深入地了解它们,与它们和谐共生,共同守护我们的健康生活。

(作者单位:河北省张家口市第四医院)