

超声在子宫内膜异位症治疗中的作用

□ 田思明

子宫内膜异位症是一种常见的妇科疾病，其特征是子宫内膜细胞在子宫以外的地方生长，通常可见于卵巢、输卵管以及盆腔腹膜上。这种异常的内膜生长在月经周期中受到激素的调控，导致相应区域的出血和炎症，引起周期性的疼痛和不孕。

超声作为一种无创、安全、有效的医学影像学技术，在子宫内膜异位症的治疗中发挥着重要作用。

以下是超声在子宫内膜异位症治疗中的几点重要意义：

1. 辅助诊断与明确病变范围

超声检查可以清晰地显示盆腔器官的结构和形态，帮助医生发现异常的内膜组织。通过超声检查，医生可以观察到子宫内

膜厚度，检查卵巢内是否有囊肿存在，从而辅助医生进行初步的诊断。此外，超声检查还可以明确子宫内膜异位症的具体位置和范围，为医生制定精确的治疗方案提供重要依据。

2. 评估治疗效果

在治疗过程中，超声检查可以用来监测病情的变化和评估治疗的效果。通过对比治疗前后的超声检查图像，医生可以判断异位内膜是否有所缩小或消失，从而调整治疗方案。这种实时的监测有助于确保治疗效果的最大化，减少不必要的治疗时间和费用。

3. 超声引导下的介入治疗

超声引导下的介入治疗是一种精确定位异常组织并在引导下进行治疗的方法。常见的介入治疗包括超声引导下的经皮穿刺抽吸

术和经阴道超声引导下的子宫内膜异位症灭活术。这些治疗方法具有创伤小、恢复快、效果确切等优点。

例如，经阴道超声引导下的子宫内膜异位症灭活术可以直接观察到病灶的位置和形态，将高能量的超声波直接作用于病灶组织，实现其灭活，从而有效减轻症状，并保留子宫和卵巢功能。

4. 安全无创的检查手段

B超作为一种安全、无创的检查手段，通过声波反射成像，无辐射，不会对身体造成直接损害。尽管检查结果可能受多种因素影响，如异位病灶大小、位置、操作者经验、患者配合度以及设备性能等，但总体而言，超声检查在子宫内膜异位症的诊断和后续治疗中具有

重要意义。

5. 推动技术创新与发展

近年来，随着超声技术的不断进步和临床经验的积累，超声在子宫内膜异位症治疗中的应用越来越广泛。例如，高强度聚焦超声(HIFU)技术作为一种非侵入性的治疗手段，在妇科疾病的治疗中得到了广泛应用，并取得了显著疗效。

综上所述，超声在子宫内膜异位症的治疗中发挥着不可或缺的作用，从辅助诊断到评估治疗效果，再到超声引导下的介入治疗，超声技术为患者提供了更为温和、有效的治疗选择，为医生的精准治疗提供了有力支持。

(作者单位：河北省雄安新区容城县人民医院)

高血压脑出血的治疗方法

□ 王玉华

高血压性脑出血是一种常见的脑血管疾病，具有高发病率、高病死率、高致残率和高复发率的特点，严重威胁着人们的生命健康。本文将详细介绍高血压性脑出血的治疗方法，帮助大家更好地了解和应对这一疾病。

1. 控制血压

控制血压是治疗高血压性脑出血的关键。过高的血压可能加重出血，而过低的血压又可能影响脑灌注。医生会根据患者的具体情况，选择合适的降压药物，如硝苯地平、卡托普利等，将血压控制在一个相对安全的范围。降压治疗的目标是减少脑出血的风险，并防止再出血的发生。

2. 降低颅内压

颅内压升高会影响脑组织的正常功能，

甚至危及生命。常用的降低颅内压的方法包括使用甘露醇、呋塞米等脱水药物，这些药物可以减少脑组织的水肿，从而降低颅内压。必要时，可能需要进行颅内压监测和脑室引流，以进一步降低颅内压。

3. 止血治疗

对于有活动性出血的患者，止血治疗是必要的。常用的止血药物包括氨甲环酸、维生素K等。然而，止血治疗需要谨慎使用，以避免血栓形成等并发症的发生。止血的目的是稳定受损的血管壁，促进凝血机制恢复，防止脑出血进一步加剧。

4. 手术治疗

手术治疗是高血压性脑出血的重要治疗手段之一，目的是清除血肿、减轻颅内压、挽

救生命和促进神经功能恢复。手术方式包括开颅血肿清除术和微创手术。开颅血肿清除术适用于血肿较大、位置较深的患者，可以直视下彻底清除血肿并止血。微创手术则适用于血肿较小、位置较浅的患者，可以减少手术创伤和术后并发症。

5. 康复治疗

康复治疗是高血压性脑出血治疗的重要组成部分，有助于促进神经功能的恢复，提高患者的生活质量。康复治疗包括物理治疗、作业治疗、言语治疗等，旨在帮助患者恢复运动功能、认知功能和日常生活能力。康复治疗应在病情稳定后尽早进行，并持续进行一段时间，以达到最佳的治疗效果。

6. 综合治疗

高血压性脑出血的治疗需要综合考虑患者的病情，采取个体化的治疗方案。除了上述治疗方法外，还需要注意保持患者的呼吸道通畅、预防感染、纠正凝血功能、使用神经保护剂等。同时，患者应保持充足的休息，避免剧烈运动，以免增加脑出血的风险。

结语

高血压性脑出血是一种严重的脑血管疾病，但通过合理的治疗方法，可以有效地控制病情、减少并发症的发生，提高患者的生存率和生活质量。患者应积极配合医生的治疗，做好护理和康复训练，保持乐观的心态，以促进早日康复。同时，定期监测血压、控制危险因素，也是预防高血压性脑出血的重要措施。

(作者单位：河北省沧州市人民医院)

放射性皮炎护理注意事项

□ 张希琳

放射治疗是恶性肿瘤治疗的重要手段之一，但它在杀灭肿瘤细胞的同时，也会对皮肤造成不同程度的损伤，引发放射性皮炎。放射性皮炎是肿瘤放疗治疗中最常见的并发症，约95%的放疗患者会出现不同程度的皮肤损伤。因此，放疗后的皮肤护理显得尤为重要。以下是一些关于放射性皮炎护理的科普知识，帮助患者和家属更好地应对这一挑战。

一、了解放射性皮炎

放射性皮炎是由电离辐射(如 α 、 β 、 γ 、X射线等)照射皮肤黏膜引起的急性或慢性损伤。根据RTOG分级标准，放射性皮炎可分为5级，从皮肤基本无变化到溃疡、出血、组织坏死。

二、保持皮肤清洁与干燥

1. 温和清洁：使用清水或无刺激性的非碱性肥皂清洗皮肤，再用柔软的毛巾轻轻蘸干，避免用力揉搓。

2. 避免化学刺激：禁止在照射部位使用沐浴露、酒精、碘伏等刺激性物品，以及胶带和粘合剂。

三、减少物理摩擦

1. 宽松衣物：穿宽松棉质衣物，避免粗糙衣物加重皮肤损伤。头颈部放疗的患者可以穿宽松领口较大的衣服。

2. 皮肤褶皱护理：注意皮肤褶皱部位的护理，如腋下、腹股沟、颈部等，可以在室内适当暴露通风，保持照射区域皮肤清洁。

四、合理饮食与营养

1. 清淡易消化：进食清淡易消化、高蛋

白、高能量饮食，戒烟酒、忌辛辣食物。

2. 多饮水：保持充足的水分摄入，促进皮肤黏膜损伤修复。

五、防晒与保护

1. 避免日晒：照射区皮肤避免在日光下暴晒，外出时戴帽子或使用遮阳伞，涂抹防晒霜前需咨询医生。

2. 皮肤保护剂：预防性地涂抹皮肤保护剂，如比亚芬乳膏、重组人表皮生长因子等，保护局部皮肤。

六、日常护理注意事项

1. 剪短指甲：勤剪指甲，皮肤瘙痒时禁用

手抓，及时报告医生。

2. 避免刺激：禁止在放疗前使用润肤霜、凝胶、乳剂和敷料。

3. 保护标记：保持照射野标志清晰，勿用肥皂涂擦，勿用胶布粘贴。

七、专业护理建议

1. 保湿：使用无香型、不含羊毛脂的亲水性面霜有助于减少皮肤干燥、脱屑、疼痛的发生。但如果皮肤出现破损，应停止使用。

2. 止痒：选择低剂量激素药膏(如皮质类固醇乳膏)可降低严重放射性皮炎的发生率，并缓解瘙痒症状，但需注意避免过度使用。

放射性皮炎的护理需要患者、家属以及医护人员的共同努力。通过科学的护理方法，可以有效减轻皮肤反应程度，提高放疗的耐受性和疗效。希望以上科普知识能帮助大家更好地应对放疗后的皮肤挑战，打赢这场皮肤保卫战。

(作者单位：河北省廊坊市香河县人民医院)

糖尿病并发症从预防到康复的防治

□ 张杨

糖尿病是一种以高血糖为特征的代谢性疾病，长期的高血糖状态会对人体的多个器官和系统造成损害，导致一系列并发症的出现。中西医结合在糖尿病并发症的防治中具有独特的优势和效果。

以下从预防到康复，详细介绍中西医结合糖尿病并发症的防治方法。

一、预防篇

1. 加强学习与监测：提高糖尿病知识水平，了解糖尿病治疗的目的和方法，提高治疗的依从性。定期监测血糖，及早发现糖尿病并发症的线索，做到早诊断、早干预。

2. 合理饮食与减重：遵循低糖、低盐、低脂肪的饮食原则，增加膳食纤维的摄入，控制碳水化合物的摄入。减轻体重可减缓糖尿病

的发病进程并预防糖尿病并发症。

3. 适当运动：适当运动可以增强身体对胰岛素的敏感性，有助于控制血糖。患者可以选择适合自己的运动方式，如快走、慢跑、太极拳等，但需注意避免过度劳累。

4. 戒烟限酒：戒烟可改善微循环并避免有害物质对血管的损伤。少量饮酒可改善微循环，但大量饮酒会损伤肝脏，加重脂肪肝等。

二、治疗篇

1. 控制血糖：是治疗糖尿病并发症的基础和关键。患者需定期监测血糖，按照医生的建议使用降糖药物，如口服降糖药或胰岛素，确保血糖控制在理想范围内。

2. 中西医结合治疗：

调整内分泌系统：中医通过中药方剂、针

灸、推拿等手段，改善胰岛细胞的分泌功能，提高胰岛素的敏感性和利用率。

改善胰岛素抵抗：通过调整饮食结构、增加身体活动量、改善生活方式等手段，降低胰岛素抵抗程度。

保护胰岛细胞：中西医结合治疗可以促进胰岛细胞的再生和修复，提高胰岛细胞的分泌功能。

3. 并发症的特殊治疗：

心血管病变：采用活血化瘀、滋阴降火等中医方法进行治疗，同时积极控制血压、调节血脂。

脑血管病变：采用开窍醒神、祛风通络等中医方法进行治疗，改善脑循环、预防脑血栓。

眼部病变：采用清热解毒、滋阴明目等中医方法进行治疗，同时控制血糖、改善眼底循环。

肾脏病变：采用补肾益气、利水消肿等中医方法进行治疗，同时控制血糖、降低血压、保护肾功能。

神经病变：采用活血化痰、通络止痛等中医方法进行治疗，改善神经传导功能、减轻疼痛。

通过中西医结合的综合治疗，糖尿病并发症患者可以得到更好的治疗效果，提高生活质量。患者应积极配合医生的治疗建议，进行综合治疗和生活方式的调整，定期复诊，监测血糖、血压、血脂等指标，确保病情的稳定。

(作者单位：河北省沧州市肃宁县疾病预防控制中心)