

肿瘤筛查的重要性：早发现，早治疗

□ 廖彦

期筛查,发现并切除息肉,可以显著降低癌变风险。早期发现并治疗的患者,生存率超过5年的可能性可达80%-90%,而晚期发现的患者生存率则显著降低。

二、降低医疗费用

早期肿瘤的治疗费用通常较低,且术后康复较快。相比之下,晚期肿瘤的治疗费用高昂,且治疗效果不佳。通过早期筛查,及时发现并治疗肿瘤,不仅可以减轻患者及家庭的经济负担,还能提高医疗资源的使用效率。

三、提高生活质量

早期发现肿瘤并及时治疗,可以避免肿瘤的进一步发展和转移,减轻肿瘤对患者身体和心理的影响。晚期肿瘤患者往往因为病

情严重,治疗过程中生活质量受到很大影响。而早期治疗的患者在治疗后可以更快地恢复正常生活,提高生活质量。

四、发现高危人群

肿瘤筛查可以发现高危人群,如家族中有肿瘤病史、长期吸烟、酗酒、肥胖、高血压、糖尿病等人群。对这些高危人群进行早期干预和治疗,可以降低肿瘤的发病率和死亡率。因此,建议符合条件的人群积极参加肿瘤早期筛查。

五、肿瘤标志物的应用

肿瘤标志物筛查在肿瘤的早期发现、诊断、预后判断、疗效监测以及复发预警等方面具有重要意义。但需要注意的是,肿瘤标志物

升高并不能直接确诊肿瘤,其水平受多种因素影响。因此,肿瘤标志物的筛查结果应结合其他临床检查结果进行综合评估,以作出更准确的诊断和治疗决策。

综上所述,肿瘤筛查对于早期发现、早期治疗肿瘤具有重要意义。通过定期体检、肿瘤标志物检测、影像学检查等手段,可以及时发现肿瘤的早期迹象。

对于高危人群,应加大筛查力度,提高防癌意识,改变不良的生活方式和饮食习惯,增强免疫力,为身体筑牢健康防护罩。让我们共同努力,以科学的态度和方法,预防和治理肿瘤,为人类的健康事业贡献力量。

(作者单位:四川省广安市广安区人民医院)

缺血性脑卒中的早期识别与救治

□ 倪秀娟

角歪斜、一侧面部麻木。

2. A(Arm):尝试平举双臂,看是否有一侧手臂无力或下垂。

3. S(Speech):注意说话是否清晰,有无语言障碍,如口齿不清、表达困难。

4. T(Time):如果出现上述任何一个症状,立即记录时间并迅速就医。

此外,突然出现的剧烈头痛、视力模糊、步态不稳、眩晕、意识障碍等也可能是缺血性脑卒中的早期症状。

二、及时拨打急救电话并正确急救

一旦发现疑似缺血性脑卒中症状,应立即拨打当地急救电话(如120),并告知医生患者的症状和当前位置。在等待急救人员到

达期间,应保持冷静,避免恐慌加重病情或延误救治。同时,注意保持患者呼吸道通畅,松开衣领、裤带等,注意保暖,避免受凉。

三、早期救治的重要性

缺血性脑卒中的救治关键在于早诊断、早治疗。静脉溶栓治疗是目前国际公认的急性缺血性脑卒中恢复血流灌注的最重要、最有效的方法,用药时间窗是发病后6小时之内,特别是4.5小时之内。

如果排除禁忌症,可以考虑溶栓治疗,可使约1/3的患者降低残疾、远离瘫痪,甚至挽救生命。

对于不能进行静脉溶栓的患者,应在发病后尽早口服阿司匹林和/或氯吡格雷等抗

血小板药物。待患者病情稳定后,根据病因进行针对性治疗。

四、预防缺血性脑卒中的发生

预防缺血性脑卒中的发生同样重要。高血压、高血脂、糖尿病和心脏病等都与缺血性脑卒中有关,应在神经内科医生指导下,规范进行血压、血糖、血脂监测及管理。同时,戒烟限酒、适量运动、保持心理平衡和健康饮食也是预防缺血性脑卒中的重要措施。

总之,缺血性脑卒中的早期识别与救治对于挽救生命、减少残疾具有重要意义。我们每个人都应掌握这些知识,为自己和家人的健康保驾护航。

(作者单位:河北省张家口宣钢医院)

妇产科视角下的备孕与怀孕

□ 潘虹

孕育新生命是一个充满奇迹和挑战的旅程,妇产科医护在这一过程中扮演着至关重要的角色。从备孕到怀孕,科学的准备和细心的呵护都是确保母婴健康的关键。

以下是妇产科视角下,关于备孕与怀孕的重要建议。

一、备孕期的准备

1. 全面的孕前检查

备孕前进行全面的孕前检查是必不可少的。这包括基础指标如肝肾功、血尿常规、血糖、血型、血压、心电图等;传染病检查如乙肝、甲肝、梅毒、HIV等;妇科检查如妇科超声、性激素、宫颈刮片、TCT及HPV等;以及优生优育相关检查如弓形虫、风疹病毒、巨细胞病毒、单纯疱疹病毒、甲功五项等。男方也应进行相应的检查,共同提高受孕机会。

2. 健康的生活方式

备孕期间,双方应保持健康的生活方式,包括戒烟戒酒、避免接触化学致畸物质如甲基汞、酒精、一氧化碳、

农药等;规律作息,保证充足的睡眠,适当进行运动;饮食上注意荤素搭配,多食用新鲜蔬菜水果,避免亚硝酸盐类腌制食品、罐头类食品、酒精类食品、含铅食品等。

3. 补充叶酸

叶酸是胎儿神经系统发育所必需的重要营养素,有助于预防先天性缺陷。建议孕前3月至早孕早期3月,每日补充叶酸400-800微克。

4. 维持正常体重

保持适当的体重有助于提高生育能力,过轻或过重可能会影响妊娠。

5. 合理安排同房时间

通过日程算法、基础体温测量法、宫颈粘液观察法、排卵试纸测量法及经阴道B超监测排卵等方法,合理安排同房时间,提高受孕率。

二、怀孕期的注意事项

1. 定期进行产检

产检是监测胎儿生长发育情况、预防各类问题的重要手段。妊娠期检查多有时限性,需按时产检,密切关注母婴

健康。

2. 均衡饮食

孕期饮食应丰富多样,摄入足够的营养成分,避免动物性高脂肪食物和辛辣刺激性食物,保持营养平衡。

3. 适量运动

孕期适当运动,如散步、瑜伽等,有助于消耗过多热量,预防妊娠期合并症。

4. 避免同房和用药不当

孕早期胎儿发育不稳定,应避免同房和剧烈运动,防止先兆流产。孕期用药需谨慎,避免影响胎儿生长发育或导致畸形。

5. 心理健康

保持心情愉悦,减少压力,通过冥想、瑜伽等方式放松身心,有助于母婴健康。

迎接新生命是一个复杂而美好的过程,妇产科医护会在这一过程中给予全程监护和专业指导。备孕和怀孕期间的每一步都至关重要,科学准备和细心呵护是确保母婴健康的关键。愿每一对准父母都能顺利迎接新生命的到来,共同开启新的人生旅程。

(作者单位:中国人民解放军西部战区总医院)

在医学领域,超声波技术已经成为了检查身体内部结构的重要工具。其中,彩超技术以其无创、无痛、无辐射等优势,逐渐成为体检、疾病诊断等医疗场景中的常用手段。本文将带领大家了解彩超的基本原理、应用场景和常见问题,让你感受这双身体内部的透视眼。

一、彩超的基本原理

彩超,全称彩色多普勒超声,是在普通超声检查的基础上,增加了三维成像和彩色血流信息。通过高频声波扫描,将身体内部的组织结构以图像形式呈现,帮助医生更直观地了解人体内部状况。同时,彩超还可以观察血流动力学变化,为疾病诊断提供更多信息。

二、彩超的应用场景

- 孕期检查:彩超是孕期筛查胎儿是否健康的重要手段之一。通过彩超,可以观察胎儿的生长发育情况、筛查畸形等问题。
- 心血管系统:彩超可以检测心脏和大血管的病变,对于冠心病、主动脉瘤、心包疾病等疾病的诊断具有重要意义。
- 腹部器官:彩超是检查肝、胆、胰、脾等腹部器官常用手段,可以观察病变部位的大小、形态、边界等特征。
- 妇科疾病:对于女性生殖系统的检查,彩超也是非常有效的工具之一。可以观察子宫、卵巢等部位的病变,如子宫肌瘤、卵巢囊肿等。
- 其他:在骨科、神经系统等领域的疾病诊断中,彩超也有一定的应用价值。

三、常见问题解答

- 彩超检查时会不会痛?答:彩超检查通常是无痛的,因为它通过高频声波扫描,不会损伤身体。
- 彩超能否看到所有疾病?答:虽然彩超可以提供很多疾病的信息,但不是所有的疾病都能通过彩超检查出来。有些疾病的症状表现复杂多样,需要通过其他检查手段如病理活检等来确诊。
- 做完彩超后需要注意什么?答:做完彩超后,需要保持局部清洁干燥,避免剧烈运动和重体力劳动。同时,要遵循医生的建议,保持良好的生活习惯和作息规律。
- 彩超检查是否需要空腹?答:一般来说,腹部彩超需要空腹进行,因为进食后会影响检查结果。但是,有些特殊情况可能需要结合其他检查方法进行诊断。

通过本文的介绍,相信大家对彩超有了更深入的了解。这双透视眼不仅让我们看到了身体内部的秘密,也为疾病的诊断和治疗提供了有力支持。在未来的医疗领域发展中,相信超声波技术将更加成熟和完善,为人类健康事业做出更多贡献。

(作者单位:河北省秦皇岛市九龙山医院)

探秘彩超的基本原理及应用场景

□ 薄新维

浅谈肾脏疾病与血液透析

□ 王璐

肾脏作为人体的重要器官之一,负责过滤血液、排除废物和多余水分,同时调节电解质平衡、酸碱平衡和血压等生理功能。当肾脏功能受损时,这些平衡将被打破,导致一系列严重的健康问题。

一、肾脏疾病概述

肾脏疾病包括肾炎、肾病综合征、肾衰竭等,这些疾病可能导致肾功能下降,无法有效排除废物和多余水分,调节电解质平衡和酸碱平衡。肾功能受损时,患者可能出现高血压、水肿、贫血、骨质疏松等症状,严重时甚至危及生命。

二、血液透析的原理与作用

血液透析是一种通过体外循环血液,利用透析器中的半透膜原理,将血液中的废物和多余水分去除,同时补充必需的电解质和营养物质的治疗方法。透析器中的半透膜可以将血液中的毒素、多余电解质和水分与透析液进行交换,使血液中的这些物质达到正常水平。

血液透析的主要作用包括:

- 清除毒素:通过透析过程,将血液中的尿素氮、肌酐等毒素去除,减轻肾脏负担。

- 调节电解质平衡:通过调整透析液中的电解质浓度,纠正患者血液中的电解质失衡状态。

- 调节酸碱平衡:血液透析可以纠正酸中毒等酸碱平衡失调情况,维持体内环境的稳定。

- 去除多余水分:透析过程中,多余的水分将通过超滤作用被去除,缓解水肿症状。

三、血液透析的适应症与注意事项

血液透析适用于尿毒症综合征、容量负荷过重所致的脑水肿、肺水肿及高血压等肾脏疾病患者。在接受血液透析治疗时,患者需要注意以下几点:

- 规律透析:遵医嘱进行规律的透析治疗,不能随意减少透析次数。

- 合理饮食:控制蛋白质、盐分和水分的摄入量,遵循医生的饮食建议。

- 药物治疗:按时按量服用药物,如降压药、利尿剂等,以辅助维持血压、电解质和酸碱平衡。
- 定期检查:定期进行肾功能、电解质、血常规等相关检查,了解身体状况和透析效果。

四、血液透析的并发症与预防

血液透析过程中可能出现皮肤瘙痒、恶心、呕吐等不适,患者应及时告知医护人员。预防并发症的方法包括保持透析部位的清洁干燥,避免剧烈运动、合理饮食等。

五、结语

血液透析作为肾脏疾病患者的重要治疗手段,能够维持身体的内部平衡,提高生活质量。患者应充分了解血液透析的原理和作用,积极配合治疗,遵循医生的建议,通过规律透析、合理饮食、药物治疗、定期检查和心理调适等多方面的努力,共同维护身体的健康与平衡。

(作者单位:保定市第一中心医院肾内科)