

# 浅谈宫外孕的临床诊断及治疗

□ 乔雅楠

宫外孕,又称为异位妊娠,是指受精卵着床在子宫腔以外的部位,常见的着床位置包括输卵管、卵巢、腹腔等。宫外孕的发生概率较高,大约为 1/100-1/50,即每 50-100 个怀孕的人中就可能有一例宫外孕。宫外孕若不及时发现和处理,可能会导致输卵管破裂、出血,甚至休克和死亡。

因此,通过超声等手段准确诊断宫外孕至关重要。以下是从疑似到确诊宫外孕的每一步详细解析。

## 1. 临床症状的初步观察

宫外孕早期症状与正常妊娠类似,包括停经、乳房胀痛、恶心、呕吐等。然而,随着胚胎在异位位置的增长,患者会出现下腹部持续性胀痛、阵发性剧烈腹痛、腹部压痛、阴道流血等症状。这些症状提示孕妇可能存在宫外孕的风险,需要进一步检查。

## 2. 妇科检查的初步筛查

医生可以通过妇科检查来寻找任何异常迹象。检查内容包括子宫的大小和位置、卵巢肿块、阴道出血等。如果子宫大小与停经时间不符,或者卵巢部位有肿块,医生可能会怀疑宫外孕,并需要进一步进行超声检查。

## 3. 超声检查的初步诊断

超声检查是诊断宫外孕最可靠的方法之一。通过超声检查,医生可以清晰地观察到子宫及双侧附件区的情况。

正常妊娠:在超声图像上,正常妊娠的孕囊位于子宫腔内,可以观察到完整的胎芽及胎心搏动。

宫外孕:在超声图像上,宫外孕的孕囊未在于子宫腔内见到,而在附件区发现低回声或无回声区。医生还可能观察到包块内的胎芽、胎心等情况,这为明确宫外孕的诊断提供了直接的证据。

## 4. 超声评估与进一步诊断

超声检查不仅可以帮助确认宫外孕,还可以评估包块的大小、位置、与周围组织的关系等,这对于后续治疗方案的制定起着关键的指导作用。

包块大小与位置:了解包块的大小和位置有助于医生判断是否需要紧急手术。

与周围组织的关系:了解包块与周围组织的关系可以帮助医生选择合适的手术方式,并评估手术风险。

## 5. 综合诊断与确诊

如果超声检查结果不明确或存在疑问,医生可能会结合临床症状、血液检查进行综合判断。宫外孕时,血液中黄体酮水平比正常妊娠低,而人类绒毛促性腺激素水平也可能异常。

## 6. 及时治疗

一旦确诊为宫外孕,应立即进行治疗。治疗方式包括药物治疗和手术治疗,具体取决于宫外孕的情况和患者的身体状况。

宫外孕的诊断是一个综合过程,依赖于临床症状、妇科检查和超声检查的综合判断。通过及时、准确的诊断,可以为宫外孕的治疗提供有力支持,减少并发症的发生,保障患者的健康和安全。

(作者单位:河北省张家口市第一医院)

# 高血压患者的居家护理要点

□ 宿雨

高血压作为一种常见的慢性疾病,不仅需要通过药物控制,更需要患者在家中科学地进行护理。

## 1. 了解高血压知识

家庭成员应充分了解高血压的基本知识,包括其症状、危害以及日常护理方法。这有助于合理安排患者的生活,避免潜在的不良因素。

## 2. 定期测量血压

高血压患者应定期测量血压,观察血压变化情况。建议使用经过验证的上臂式医用电子血压计,并在每天的固定时间段进行测量。

## 3. 合理饮食

饮食调节是高血压患者居家护理的重要环节。饮食应以清淡为主,减少钠盐摄入,成人每日食盐摄入量应控制在 5 克以内。同时,增加钾的摄入,如羽衣甘蓝、红苋菜、口蘑、橘宿椰子、香蕉等。

## 4. 戒烟限酒

吸烟和过量饮酒都会使血压升高,对高血压患者极为不利。因此,高血压患者应戒烟,并尽量不饮酒。若确实需要饮酒,应选择低度数的酒,并限量饮用。

## 5. 适当运动

适当的运动有助于高血压患者控制血压,促进身体健康。高血压稳定患者每周应进行至少 5 天,每天 30-60 分钟的中等强度有氧运动,如快走、慢跑、骑自行车或游泳等。但需注意,血压未控制者(收缩压大于 160mmHg)在血压得到控制前,不推荐进行高强度运动。

## 6. 心理调节

高血压患者应尽量保持心理平衡,避免精神紧张和不良情绪。这些负面情绪会导致心率加快、血管收缩、血压升高。因此,患者可以通过听音乐、阅读、与家人交流等方式,保持轻松、愉快的心情。

## 7. 规律作息

高血压患者应保持规律的作息,确保充足的睡眠。必要时,可遵医嘱服用助眠药物。良好的睡眠有助于调节血压,稳定病情。

## 8. 坚持服药

高血压患者需要长期规律地服用降压药物,不能随意添加或停用药物。若血压持续升高或出现头晕、头痛、恶心等症状时,应立即就医,并在医生的指导下调整治疗方案。

总之,高血压患者的居家护理是一项全面而细致的工作。通过合理饮食、适当运动、心理支持等多方面的综合措施,高血压患者可以有效地控制病情,降低并发症风险,提高生活质量。希望广大高血压患者能够重视居家护理的重要性,遵循医生的建议和指导,共同努力维护自己的健康。

(作者单位:河北省围场县中医院)

# 三叉神经痛的定义与症状

□ 郭雅丽

限于眼睛、鼻子、嘴巴周围和头部的其他部位,可能由诸如刷牙、洗脸、微笑或说话等日常活动引发。

## 二、中医对三叉神经痛的认知

中医将三叉神经痛归为“头风”、“偏头痛”等范畴。

中医认为,此病多因风寒侵袭、气血失调、痰浊阻络等引起。中医诊疗三叉神经痛,主要依赖望、闻、问、切四诊合参的方法,通过患者的面色、舌苔、脉象及疼痛特点等信息,综合分析病因病机。

## 三、中医诊疗三叉神经痛的特色技术

### 1. 针灸疗法:

针灸是中医治疗三叉神经痛的常用方法。通过刺激面部特定穴位,如太阳穴、合谷穴、风池穴等,以调和气血、疏通经络,达到缓解疼痛的目的。针灸疗法具有操作简便、副作用小、疗效显著的特点。

### 2. 中药治疗:

中药在治疗三叉神经痛方面,主要通过清热解毒、活血化瘀、祛风通络等原则进行配伍。如白芷、川芎、防风等中药,具有止痛、抗炎、改善局部血液循环的作用。

### 3. 推拿按摩:

推拿按摩是中医外治法的一种,通过手法作用于面部特定部位,以放松肌肉、缓解痉挛、促进局部血液循环,从而减轻疼痛。

### 4. 拔罐与刮痧:

拔罐与刮痧疗法,能够疏通经络、调和气血、驱邪外出,对于缓解三叉神经痛也有一定的疗效。

□ 李宁

## 三、社会功能丧失

1. 家庭关系破裂:药物滥用者往往因经济负担加重、行为失控而引发家庭矛盾,最终导致家庭关系紧张甚至破裂。

2. 职业与学业受阻:药物滥用严重影响个人的工作效率和学习能力,导致职业表现下滑、学业成绩下降,甚至丧失工作和学习机会。

3. 违法犯罪行为增加:为了获取药物资金,部分滥用者可能走上盗窃、抢劫等违法犯罪道路,危害社会安全。

## 四、公共卫生危机

1. 疾病传播:滥用药物往往伴随着不洁注射、共用针具等行为,增加了艾滋病、肝炎等传染病的传播风险。

2. 医疗资源消耗:治疗药物滥用及其并发症需要大量医疗资源,给国家和家庭带来沉重经济负担,同时挤占了本应用于其他疾病治疗的资源。

结语  
药物滥用是一场严重的健康危机,其危害深远,后果不堪设想。因此,我们必须提高警惕,加强宣传教育,增强公众对药物滥用的认识与防范意识。同时,政府、社会、家庭和个人应共同努力,构建全方位的药物滥用防控体系,为人民群众的生命安全和身体健康保驾护航。让我们携手行动起来,远离药物滥用,共创健康和谐社会。

(作者单位:河北省邢台市中心医院)

# 药物滥用的危害及后果

在现代医学飞速发展的今天,药物已成为治疗疾病、缓解痛苦不可或缺的手段。然而,药物的双刃剑特性也日益凸显,尤其是药物滥用问题,已成为全球范围内亟待解决的公共卫生挑战。

本文将从几个方面深入剖析药物滥用的危害与严重后果,旨在提高公众对这一问题的认识与警惕。

## 一、损害身体健康

1. 直接毒性作用:滥用药物,尤其是非法药物或超剂量使用处方药,会直接导致身体各系统受损。例如,滥用镇痛药可能导致肝肾功能衰竭,滥用兴奋剂则可能引发心律失常甚至猝死。

2. 成瘾性与依赖性:许多药物具有成瘾性,一旦开始滥用,身体和心理上都会形成强烈的依赖。这种依赖不仅难以戒除,还会引发一系列身心疾病,严重影响生活质量。

3. 免疫系统受损:长期滥用药物会削弱免疫系统功能,使个体更易感染疾病,且恢复缓慢。

## 二、心理健康影响

1. 情绪波动与心理障碍:药物滥用常导致情绪不稳定,易怒、焦虑、抑郁等心理问题频发。长期下去,可能诱发严重的心理障碍,如精神分裂症、抑郁症等。

2. 认知功能下降:滥用药物会损害大脑结构和功能,导致记忆力减退、注意力不集中、判断力下降等认知障碍,影响日常生活和工作能力。

## 四、中医诊疗三叉神经痛的优势与挑战

中医诊疗三叉神经痛具有个性化、整体调节、副作用小等优势。然而,中医诊疗也面临着标准化、客观化不足等挑战。因此,在实际应用中,应结合现代医学技术,如神经影像学检查等,以提高诊断的准确性和治疗的针对性。

综上所述,中医在诊疗三叉神经痛方面具有独特的优势和疗效。

通过综合运用针灸、中药、推拿按摩等多种方法,中医能够为三叉神经痛患者提供有效的治疗选择。

同时,中医也倡导患者保持良好的生活习惯和心态,以预防疾病的复发。

(作者单位:河北省康保县人民医院)