

带状疱疹的临床表现与治疗方法

□ 黄小耿

带状疱疹是一种较为常见的皮肤病,我们在生活中多多少少都听说过,那么什么是带状疱疹呢?对于带状疱疹的基本知识你了解多少呢?

一、什么是带状疱疹

带状疱疹,俗称蜘蛛疮、生蛇、皮蛇、白蛇、飞蛇,是由水痘病毒再次活跃而引起的一种疾病。带状疱疹是一种急性感染性皮肤病,病变部位出现炎症红斑,红斑基础上出现丘疹、水泡,水泡疱液清亮,几天后疱皮破裂流出疱液,形成结痂,伴有疼痛和瘙痒感。此病好发于成人,春秋季节多见。

二、带状疱疹的临床表现有哪些

在发病前、发病时和皮损痊愈后,疼痛可能是带状疱疹的主要症状。疼痛可能是钝痛、抽痛或跳痛,常伴有烧灼感,多为阵发性,也可为持续性。老年、体弱患者疼痛较为剧烈。带状疱疹初期可能只是一个小红斑点,随后红斑点会形成小红丘疹,并迅速变成簇集性水泡。发病3天左右水泡内的疱液可浑浊化脓或呈血性,5~10天之后疱疹干燥结痂,等痂皮脱落后,出现暂时性的色素沉着。在发病前,部分患者可能出现身体乏力、

发烧或者是食欲减退等症状。带状疱疹还可能出现特殊类型的临床表现,眼带状疱疹、耳带状疱疹、顿挫型带状疱疹等均是一种较为常见的临床表现。

带状疱疹的疼痛具有个体差异性,表现为火烧样痛、电击样痛、触碰痛、针刺样痛、麻痺痛等。这是由于带状疱疹病毒对局部神经产生损伤,导致瘙痒、疼痛等症状。因个体差异性,每个人感受的痛感不同,例如针刺、刀割、灼热、抽搐及蚂蚁爬行,也有可能与皮疹伴发,疼痛的性质是阵发性或者持续性针刺样或者放电样的感觉。

特殊类型的带状疱疹可能伴随更严重的并发症,例如脑膜炎、急性胃肠炎、病毒性脑炎、膀胱炎等。带状疱疹的好发部位一般于胸前、背后、头部以及腰骶部。带状疱疹是一种由水痘一带状疱疹病毒引起的急性炎症性皮肤病,具有一定的传染性。若不积极治疗,可能滋生大量的病毒,同时易伴有剧烈的疼痛感,导致出现眼睑下垂、视力下降、脑膜炎、永久性面瘫、永久性听力丧失等后遗症。

三、如何治疗带状疱疹

带状疱疹治疗时,注意保持患处清

洁与干燥,避免摩擦、接触患处,以免造成患处的感染。尽量避免接触引起过敏的物质。进行抗病毒药物,给予伐昔洛韦、阿昔洛韦以及膦甲酸钠等药物,促进患者皮疹愈合。进行镇痛治疗,包括阿司匹林、曲马多以及布洛芬等,促进患者疼痛症状的缓解。给予神经营养类药物,例如维生素B1、B12及甲钴胺等,有利于缓解患者的神经炎症。给予外用治疗药物,例如阿昔洛韦乳膏、莫匹罗星软膏及酞丁安乳膏等,促进患处消炎。

使用红外线治疗仪照射可以缓解带状疱疹患者的疼痛,促进皮损和结痂。红外线治疗是一种物理治疗方法,通过产生热效应促进局部血液循环,减轻炎症与疼痛。在带状疱疹的治疗中,红外线治疗仪可以作为一种辅助手段,有助于缓解疼痛、促进皮损愈合和结痂。将红外线照射器放置在患处上方,调整合适的距离和时间,使患处接受适当的照射。

四、如何预防带状疱疹

为了有效预防带状疱疹,注意适当增强体育锻炼,进行跑步、游泳、打球等锻炼,增强自身体质,提升机体免疫力。

感染是带状疱疹发病的主要诱因之一,因此在生活中尽量避免感染。注意保暖,避免上呼吸道感染,以此有效预防带状疱疹。生活中注意保持均衡饮食,多吃新鲜瓜果蔬菜,补充维生素,及鱼、肉、蛋、奶等高蛋白饮食。少吃多餐,促进胃肠道消化吸收。

保证充足的睡眠是提升免疫力的关键步骤。机体在睡眠时,免疫力处于恢复期,熬夜易降低机体免疫力,容易感染带状疱疹病毒。生活中注意保暖,受凉之后免疫力有一定的下降,机体免疫力降低,易感染带状疱疹病毒。接种疫苗是特异性预防带状疱疹的一种方法,尤其是50岁以上的人,免疫功能逐渐减弱,患带状疱疹的几率也增大很多,能接种疫苗则尽量接种。有过水痘的人更容易患上带状疱疹,所以日常生活要避免接触水痘的患者。但是带状疱疹的传染性并不强,也不会通过空气和胃肠道传播。

因此,带状疱疹并不可怕,不要带有有色眼镜看待,了解带状疱疹的基本知识,在生活中做到有效预防与控制即可。

(作者单位:广西贵港市人民医院)

慢性肾衰竭的预防、治疗与管理方法

□ 黄宣瑜

慢性肾衰竭是因为患者出现慢性肾脏疾病之后,导致肾组织损伤与肾小球滤过率下降,从而出现一系列临床症状。肾脏虽然看起来不起眼,但是与人的健康息息相关。不仅负责调节体内水分和血压,还负责清除体内肌酐、尿酸等有害物质,维持电解质和酸碱度平衡,促进人体的正常运行。

一、慢性肾衰竭的症状有哪些

慢性肾衰早期症状可以没有任何症状,或仅有疲劳、夜尿增多、食欲减退、腰酸等,随着慢性肾衰竭的逐渐加重,体内各种毒素的堆积,及水电解质和酸碱平衡失调,各个器官功能均可能出现损害,比如口腔尿味、恶心、呕吐、消化道出血、皮肤瘙痒、皮肤色素沉着、水肿、高血压等症状,部分患者会出现不同程度的贫血、酸中毒,代谢性酸中毒时常见有呼吸急促,代谢产物滞留以及免疫功能低下,容易合并呼吸系统感染。另外,神经系统症状在晚期还会表现出手足抽搐、精神异常,甚至是意识模糊与紊乱。

二、慢性肾衰竭的预防方法

1.避免滥用药物:在生活中许多人存在药物滥用情况,但滥用药物有可能会

对人体造成危害,加重肾脏负担,甚至诱发慢性肾衰。所以,在生活中避免滥用药物,必须要在医生的医嘱下或是根据说明书服用药物。

2.合理饮食:合理的饮食习惯有助于保护肾脏,我们进食的各类食物,经胃肠道吸收入血后,会产生代谢废物,体内代谢废物多数从肾脏排出,低脂、低盐、优质蛋白饮食,可减少肾脏负担。

3.定期体检:定期体检有助于发现高危人群或早期病变,评估是否存在肾脏损害,可及早预防或减缓慢性肾衰竭的发生及进展,肾脏常规体检包括尿常规、泌尿系彩超、肾功能,这些指标可以反映出肾脏是否出现病变。

4.生活与运动:在平时生活中需要养成良好的生活习惯,注意多休息,保证充足的睡眠时间,避免熬夜加重肾脏负担。平时注意运动锻炼,如散步、太极、慢跑等,加强身体抵抗力,促进血液循环,缓解肾脏的压力。

5.原发病的治疗:部分慢性肾衰竭为其他疾病继发导致的,比如糖尿病、高血压、痛风、免疫系统疾病等,规范有效治疗原发病可避免或减缓慢性肾衰竭的

发生。

三、慢性肾衰竭的治疗

一旦确诊慢性肾衰竭,其主要治疗采用症状控制、稳定肾功能,预防及减缓并发症的发生。治疗方法可以采用药物治疗、肾脏替代治疗(透析或肾移植)、饮食调整等。早阶段,药物治疗可以改善贫血、控制血压、清除体内毒素。但是到了疾病晚期,肾移植、透析则成为主要治疗手段。治疗过程中,保持作息规律,避免劳累,保持良好的心理状态,避免精神过度紧张。

四、慢性肾衰竭如何管理

1.液体管理

当患者出现尿液减少或是无尿时,必须要严格控制液体摄入量,避免液体滞留,无法排出水分,导致肾脏负担加重,严重时甚至出现肺水肿、脑水肿等症状,患者病情逐渐加重。而患者的尿量正常或是尿量增加时,并且无明显水肿情况,可酌情增加一定的水分摄入。

2.药物管理

为了控制疾病进展,患者需要严格遵医嘱用药。当患者出现高血压、糖尿病肾病等,须遵医嘱降压、降糖治疗,控制好

原发疾病。同时遵医嘱服用排毒素、护肾药物,改善患者的慢性肾衰竭症状,延缓疾病进展。

3.心理护理

慢性肾衰竭患者因为病程非常长,所以经常出现负性情绪。此时需要给予患者鼓励,帮助患者树立信心,消除顾虑,保持良好的精神状态。心情好,才可能逐渐恢复脏腑气血功能。

4.避免感染和感冒

慢性肾衰竭患者自患病之后,身体免疫力受到严重影响,容易出现感染和感冒。对于疾病控制非常不利。因此,需要患者规律饮食、规律生活、及时增添衣物,日常生活中注意自身的变化,避免感冒和感染的发生。

慢性肾衰竭治疗费用高,治疗时间漫长,并且非常容易导致其他并发症的发生,从而影响患者的生活质量。防止并发症是提高慢性肾衰竭患者生存率,降低死亡率的关键所在。但随着当前药物以及透析技术的发展,只要患者能够积极配合医师的治疗,按时服用药物,即便是慢性肾衰竭患者,部分患者依旧可以获得长期的生存。

(作者单位:广西桂东人民医院)

探讨发热症状如何检查与确诊

□ 金梅

在我们的日常生活中,发热是一种非常常见的症状。无论是因为感染了病毒还是细菌,或者仅仅是季节性的流感,我们都可能会遇到发热的情况。对于大多数人来说,面对发热的第一反应通常是寻找药品或者直接在家休息。然而,当我们出现持续发热、疼痛或其他不适症状时,最好寻求医疗专业的帮助,以排除更严重的疾病。

一、出现发热情况时,如何自我检查

首先,我们需要观察自己的症状。持续的体温升高,特别是在休息和睡眠后仍然不减,可能是身体出现问题的信号。此外,如果出现头痛、肌肉疼痛、喉咙痛、咳嗽、流鼻涕等其他症状,也可能提示身

体有感染。同时,观察是否有过敏反应或其它非感染性原因导致的发热也是非常重要的。

其次,我们需要评估自己的精神状态。如果精神状态良好,即使体温较高,也不必过于担心。但如果精神状态不佳,甚至出现意识模糊或昏迷的情况,应立即就医。

二、如何寻求医疗专业帮助并确诊

1.寻求医疗专业帮助:当你怀疑自己可能患上了严重的疾病或无法通过自我诊断解决的疾病时,应寻求医疗专业人员的帮助。你可以拨打急救电话或前往最近的医院急诊室。

2.填写病历:当你到达医院或诊所

时,你需要填写病历。这包括你的姓名、年龄、联系方式、过敏史等信息,以及描述你的症状和病史。

3.进行初步检查:医生或护士会对你进行初步检查,包括检查你的体温、心率、呼吸等基本生命体征,以及评估你的精神状态。

4.实验室检查:医生可能会要求你进行一些实验室检查,如血液检查、尿液检查等,以帮助诊断你的疾病。这些检查可以帮助医生确定你是否感染了病毒或细菌,以及评估你的整体健康状况。

5.影像学检查:在一些情况下,医生可能会要求你接受影像学检查,如X光或CT扫描。这些检查可以帮助医生了解

你的身体内部情况,如肺部感染或腹部疾病等。

6.确诊:一旦医生收集了所有必要的信息和检查结果,他们将根据你的症状、体征和检查结果进行综合判断,以确定你患病的类型和程度。

总的来说,如果你出现发热等不适症状,应首先观察自己的症状和精神状态,并尽可能自我诊断。当你怀疑自己可能患上了严重的疾病或无法通过自我诊断解决的疾病时,应尽快寻求医疗专业人员的帮助。他们将根据你的症状和检查结果进行综合判断,以确诊你的疾病类型和程度。在此过程中,保持冷静、积极配合医生是非常重要的。

(作者单位:河北省保定市第七医院)