

常见的口腔黏膜疾病有哪些

□ 孟红军

口腔黏膜病是常见的疾病，它涉及到口腔的各个部位。口腔黏膜病有很多种类，常见的除了口腔溃疡、口腔扁平苔藓、白斑等几种外，还有灼口综合征、牙周炎及牙龈炎等。这些疾病不仅会影响患者的日常生活，有些还可能引发严重并发症。因此，我们需要对其中的几种口腔黏膜病疾病保持警惕。

一、口腔溃疡

口腔溃疡是最常见的口腔黏膜疾病。它通常表现为口腔黏膜或舌面上的溃疡，通常伴有疼痛和不适。口腔溃疡病因不明但跟缺乏维生素、压力过大、饮食不当等原因关系密切。

二、口腔扁平苔藓

口腔扁平苔藓是一种常见的慢性炎症性黏膜疾病，好发于中年人，女性比男性多见。因其早期症状不明显往往不被患者发现，后期可出现口内涩感，黏膜上有白色条纹或斑块，伴有刺痛、瘙痒等感觉。该病有一定的癌变率，如果不及时治疗，有些口腔

预防措施包括保持口腔清洁、均衡饮食、避免过度劳累、保持乐观的心态等。治疗方法包括局部用药(如口腔喷雾剂和药膜)和口服药物(如维生素B)，同时应避免刺激因素，如辛辣食物和不良修复体。

三、口腔白斑病

口腔白斑病是一种口腔黏膜的白色斑块或斑片，往往与口腔环境中的某些因素(如维生素缺乏、吸烟、不良刺激等)有关。这些因素可能导致口腔细胞异常增殖和分化，形成白色斑块。口腔白斑病被世界卫生组织列为癌前病变。因此，需要密切监测和治疗。治疗方法包括改变生活习惯(如戒烟)、局部用药和手术切除。

扁平苔藓可能会引发口腔癌变。因此，口腔扁平苔藓是一种需要高度警惕的口腔黏膜疾病。

四、灼口综合征

灼口综合征是一种以舌部烧灼感、刺痛感等为主要表现，但局部检查无明显的黏膜损害和舌体运动障碍，病理检查又无特殊变化的一组综合征，有时伴有味觉障碍和头痛、失眠等症状。虽然灼口综合征不会引发癌变，但是它会严重影响患者的日常生活和工作质量，因此也需要警惕。

四、灼口综合征

总之，口腔黏膜疾病是一种常见的口腔问题，涉及的范围广泛、危害大。通过了解常见的口腔黏膜病的类型和警示，我们可以更好地预防和治理这些疾病，维护口腔健康。

(作者单位:河南省开封市中医院)

多模态超声成像技术在甲状腺结节诊疗中的应用浅析

□ 郑冬

随着超声技术的发展，多模态超声成像技术已经成为甲状腺结节诊疗的重要工具。这种技术不仅可以提供二维超声图像，还可以提供多普勒超声血流信号和弹性成像等信息，为临床医生提供了更全面、准确的诊断依据。

一、多模态超声成像技术的原理

多模态超声成像技术是将二维超声和多普勒超声、弹性成像等技术结合在一起，通过不同的探头和信号处理技术，获取甲状腺结节的多种信息。二维超声可以显示结节的位置、大小、形态等特征；多普勒超声可以检测甲状腺结节周围血流信号，帮助判断结节的性质；弹性成像技术可以通过结节和周围组织的硬度差异，评估结节的活动度和硬度。

二、多模态超声成像技术在甲状腺结节诊疗中的应用

1. 诊断甲状腺结节的性质：多模态超声成像技术可以提供更多的信息，帮助医生判断甲状腺结节的性质。如果结节内部血流信号丰富，形态不规则，活动度差，那么恶性结节的可能性就比较大。同时，弹性成像技术也可以帮助判断结节的性质，如果结节硬度高于周围组织，那么恶性结节的可能性也比较大。

2. 评估甲状腺结节的治疗效果：多模态

超声成像技术还可以用于评估甲状腺结节的治疗效果。治疗后，甲状腺结节的大小、形态、血流信号和硬度等特征都会发生变化。通过对比治疗前后的超声图像，可以评估治疗效果，为临床医生提供参考。

3. 指导临床治疗：多模态超声成像技术可以为临床治疗提供更多的信息。例如，对于怀疑恶性结节的患者，可以选择手术治疗；对于良性结节的患者，可以选择穿刺活检或随访观察。同时，多模态超声成像技术还可以为临床医生提供其他治疗方案的选择，如药物治疗、射频消融等。

三、注意事项

虽然多模态超声成像技术可以提高甲状腺结节诊疗的准确性和可靠性，但仍需要注意以下几点：1. 多模态超声成像技术不能完全替代其他检查手段，如CT、MRI等。2. 对于某些特殊情况，如结节较小、位置较深等，多模态超声成像技术的诊断准确性可能会受到影响。

总之，多模态超声成像技术是一种重要的诊断工具，可以帮助医生更全面、准确地判断甲状腺结节的性质和治疗效果。

(作者单位:河北省保定市第一中心医院)

怀孕前必做的检查和注意事项

□ 时玲玲

准备迎接新生命的到来，除了在做孕前检查外，身体的健康也是非常关键的因素。进行一系列孕前检查并做好相应的注意事项是至关重要的。接下来就为你们详细解读，关于怀孕前必做的检查和注意事项。

孕前检查——性健康

很多人在婚前可能不会选择进行孕前检查，其中性生活的问题是最容易忽视的。长期性生活不规律或存在长期慢性应激可能导致机体损伤，性传播疾病可能造成未来宝宝宫内感染，因此要解决自身的性健康问题。

孕前检查——妇科常规

许多夫妇会忽视妇科常规检查，即使尚

未结婚也要重视，医生能了解外阴及阴道的情况，还要做白带常规、子宫及附件检查。另外对于育龄女性还要注意宫颈筛查。有些妇女的某些疾病症状并不明显，但是随着怀孕时间的推移，可能会出现症状，如果还有问题就难以保证了优生优育。

孕前检查——脱畸全套

对于想要宝宝的夫妻们可不要忽视脱畸全套的检查，因为它主要包含了风疹病毒、弓形虫、巨细胞病毒检测等，虽然准妈妈们在孕前感染了这些病毒并不可怕，但是这些病毒会影响胎儿的发育易产生畸形。

孕前注意事项——生活环境

怀孕前一定要远离污染的环境，尤其是

怀孕的女性更要远离。因此准备怀孕的女性要远离污染的空气、食物等，最好在空气新鲜、环境优美的地方居住。

孕前注意事项——饮食习惯

饮食习惯对于怀孕的影响是非常大的，准妈妈要养成良好的饮食习惯，注意饮食卫生，避免食用一些对怀孕不利的食物，如腌制品、辣椒、油炸食品等。同时注意营养搭配，为怀孕打下良好的基础。

孕前注意事项——服用叶酸

叶酸对于怀孕的女性来说是非常重要的，它能够防止胎儿畸形。因此女性在怀孕前的3个月就要开始服用叶酸。对于那些已经怀孕的女性也要坚持服用叶酸，直到怀

孕满3个月为止。

孕前注意事项——戒掉不良习惯

抽烟、喝酒、药物等都是不利于怀孕的，因此准妈妈要戒掉这些不良习惯，保持健康的生活方式。

以上就是关于怀孕前必做的检查和注意事项的相关内容，希望能够给大家带来帮助。当然还有许多需要注意的地方就不一一列举了，总的来说只有夫妻们共同保持一个健康的身体状态才能为宝宝提供一个良好的成长环境。对于已经完成检查存在潜在问题的朋友也不要担心，配合医生做好相应治疗措施是至关重要的，祝各位先生好孕!

(作者单位:河北省沧州市人民医院)

中医拔罐与刮痧在心脏康复中的应用探究

□ 张淑萍

在我们的日常生活中，保持身心健康是非常重要的。对于心脏康复来说，中医拔罐和刮痧是一种非常有效的治疗方法，它们可以帮助我们探寻气血和谐之路。今天，我们就来深入了解一下这两种方法在心脏康复中的应用。

一、中医拔罐

拔罐是一种古老的中医治疗方法，通过利用燃烧酒精，使火罐内空气排出，利用负压原理，使罐吸附于体表，造成局部皮肤的红晕、潮红，以达到温通经络、扶正祛邪、消肿止痛、调整人体气血运行的作用。在心脏康复中，拔罐主要适用于改善血液循环、缓解心脏负担。

首先，拔罐能够促进血液循环。通过拔罐，能够使气血畅通，使血液流动更加顺畅，有助于改善心脏的供血状况。其次，拔罐可以缓解心脏负担。一些心脏病患者由于长期的疾病影响，身体容易出现疲劳和不适。拔罐能够缓解身体的紧张状态，减轻心脏的负担，使患者感到舒适。

二、李氏虎符铜砭刮痧

李氏虎符铜砭刮痧也是中医治疗中的一种常见方法，它通过刮擦体表，刺激经络和穴位，达到疏通经络、行气活血、调整脏腑功能的作用。在心脏康复中，李氏虎符铜砭刮痧可

以促进血液循环，改善心脏功能。

李氏虎符铜砭刮痧可以促进血液循环。通过刮痧，能够使气血流通更加顺畅，有助于改善心脏的供血状况。此外，李氏虎符铜砭刮痧还可以帮助舒缓紧张的情绪。一些心脏病患者由于长期的疾病影响，容易产生焦虑、紧张等情绪问题。李氏虎符铜砭刮痧可以帮助缓解这些不良情绪，使患者感到放松和舒适。

三、注意事项

虽然中医拔罐和李氏虎符铜砭刮痧在心脏康复中有很好的效果，但也需要遵循一些注意事项：首先，进行拔罐和刮痧前，需要确

保身体没有感染或其他不适症状；其次，要选择正确的体位和部位进行操作；最后，要注意控制拔罐和刮痧的时间和力度，避免过度刺激造成损伤。

总的来说，中医拔罐和刮痧在心脏康复中具有非常重要的作用。它们能够促进血液循环、缓解身体疲劳和不适感，有助于改善心脏功能和提升生活质量。但需要注意的是，每个人的身体状况和反应可能不同，因此在进行这两种治疗方法时，最好在专业医师的指导下进行。

(作者单位:河南省濮阳市中医院)

子宫肌瘤患者围手术期的护理方法探究

□ 张彬

子宫肌瘤是女性常见的妇科疾病之一，常常需要通过手术进行治疗。在手术前后的围手术期，正确的护理对于患者的康复至关重要。本文将为大家介绍子宫肌瘤患者围手术期需要注意的护理知识。

一、术前护理

1. 心理护理：子宫肌瘤手术对患者来说是一种较大的心理负担。因此，医护人员应与患者进行充分的沟通，了解患者的心理状态，给予必要的心理疏导和支持，帮助患者树立信心，积极面对手术。

2. 饮食调整：术前应保证患者摄入足够

的营养，以增强身体抵抗力。建议给予高蛋白、高维生素、易消化的食物，避免刺激性食物和饮料。

3. 术前准备：术前应做好各项检查，确保患者身体状况良好，无手术禁忌症。同时，根据手术要求，做好皮肤准备和肠道准备等。

二、术后护理

1. 生命体征观察：术后应密切观察患者的生命体征，包括呼吸、血压、心率等指标。如有异常，应及时报告医生进行处理。

2. 体位与活动：术后应鼓励患者尽早下床活动，以促进血液循环和预防血栓形成。同

时，根据手术方式和患者恢复情况，适当调整体位，以减轻不适感。

3. 饮食与饮水：术后初期，应给予流质饮食，逐渐过渡到半流质和正常饮食。患者应遵循医生的建议，合理安排饮食，避免刺激性食物和饮料。在恢复期可适当增加营养物质的摄入，如蛋白质、铁质等。

4. 尿液观察：术后应定期观察尿液颜色和量，如出现异常应及时报告医生进行处理。

5. 术后康复：在医生指导下进行术后康复锻炼，有助于恢复肌肉功能和身体机能的改善。此外，避免过度劳累和精神紧张，保持

充足的睡眠和良好的情绪也是术后康复的重要因素。

6. 并发症预防：常见的术后并发症包括感染、出血、肠粘连等。医护人员应密切观察患者的病情变化，及时发现和处理并发症。

总之，子宫肌瘤患者围手术期的护理知识包括术前心理护理、饮食调整、术前准备；术后生命体征观察和并发症预防等。这些知识对于患者的康复至关重要，医护人员应向患者及其家属进行详细讲解和指导，帮助患者顺利度过手术期。

(作者单位:河北省曲阳县中医院)