

肺癌根治术的效果及注意事项

□ 张琦

肺癌,一种常见的呼吸系统恶性肿瘤,已经成为全球范围内日益严重的公共健康问题。对于肺癌的治疗,手术切除是最直接有效的方法之一。本文将详细介绍肺癌根治术的效果,以及手术过程中需要注意的事项。

一、肺癌根治术的定义和原理

肺癌根治术是一种针对早期肺癌患者的手术,通过切除包括癌肿病灶在内的周围组织及部分肺组织,达到治愈疾病的目的。手术通常在胸腔镜的帮助下进行,这是一种微创的治疗方式,相较于传统的开胸手术,它具有恢复快、创伤小等优点。

二、肺癌根治术的效果

肺癌根治术在早期肺癌的治疗中具有显著的效果。如果肺癌被发现且病灶较小,那么通过根治性手术切除,有

很高的治愈率。然而,这并不意味着所有患者都适合进行肺癌根治术。医生会根据患者的具体情况,如年龄、身体状况、肿瘤的位置和大小等,来决定是否进行手术以及手术的方式。

三、影响肺癌根治术效果的因素

1. 肿瘤分期:早期肺癌的治愈率较高,而晚期肺癌的治疗效果则较差。因此,能否进行肺癌根治术的关键因素之一就是肿瘤分期。

2. 患者身体状况:患者的身体状况对手术效果也有影响。如果患者的身体状况较差,如患有其他疾病或年龄较大,那么手术的风险就会相应增加。

3. 手术技巧:手术医生的经验和技巧也会影响手术效果。熟练的手术医生能够更精确地切除病灶,减少对周围组织的损伤,从而更好地保护患者的生活

质量。

四、术后护理与康复

肺癌根治术后,患者通常需要接受一段时间的康复治疗。这包括呼吸训练、咳嗽训练、营养补充以及心理疏导等。正确的术后护理能够加快患者的恢复速度,提高生活质量。

然而,虽然肺癌根治术是一种有效的治疗方式,但它并不是万能的。对于一些晚期的肺癌患者,尽管进行了手术,但仍然可能会复发或扩散。因此,预防和早期发现就显得尤为重要。

总的来说,肺癌根治术是一种有效的治疗方式,尤其适用于早期肺癌患者。然而,它并不是一劳永逸的解决方案,术后的护理和康复同样重要。

(作者单位:河北省唐山市中心医院)

高血压患者的日常生活护理措施

□ 张红心

高血压是一种常见的慢性疾病,它会影响人体的血压调节机制,从而引发一系列健康问题。高血压患者需要特别注意日常生活中的一些细节,以保持血压稳定,避免病情恶化。本文将介绍高血压患者的日常生活护理要点,帮助患者更好地管理自己的血压。

一、了解高血压

首先,我们需要了解什么是高血压。高血压是指血液对血管壁的压力持续高于正常水平,通常由遗传、饮食、生活习惯、疾病等多种因素引起。高血压患者通常会出现头痛、头晕、心悸等症状。如果不及时控制,高血压可能导致心脑血管疾病、肾脏疾病等严重并发症。

二、日常生活护理要点

1. 饮食调整:高血压患者应保持低盐、低脂、低糖的饮食习惯,少吃腌制品、

油炸食品等高盐高脂肪的食物。多吃蔬菜水果,保持营养均衡。同时,多喝水有助于稀释血液,降低血压。

2. 适量运动:适量的运动有助于降低血压,增强心血管功能。高血压患者可以选择适合自己的运动方式,如散步、慢跑、瑜伽等。建议每周进行至少150分钟的中等强度有氧运动。

3. 控制体重:肥胖是高血压的危险因素之一。高血压患者应保持适当的体重,避免肥胖。

4. 规律作息:保持规律的作息时间有助于维持血压的稳定。高血压患者应避免熬夜,保证充足的睡眠时间。

5. 放松心情:情绪波动、紧张焦虑等心理因素可能影响血压水平。高血压患者应学会调节情绪,保持心情舒畅。

6. 定期监测:高血压患者应定期进行

血压监测,了解血压波动情况。如有异常,应及时就医。

7. 合理用药:在医生的指导下,高血压患者应合理使用降压药物。不要随意停药或增减剂量,以免影响血压控制。

三、其他注意事项

1. 戒烟限酒:吸烟和过量饮酒是高血压的危险因素之一,高血压患者应戒烟限酒,保护心血管健康。

2. 定期健康检查:高血压患者应定期进行健康检查,及早发现并控制血压,避免并发症的发生。

总之,高血压患者的日常生活护理非常重要。通过调整饮食、适量运动、控制体重、规律作息、放松心情、定期监测、合理用药等措施,可以有效地控制血压,预防并发症的发生。

(作者单位:河北省唐山市工人医院)

小儿支原体感染与感冒的区别

□ 李晓芳

在我们的日常生活中,疾病总是伴随着我们,尤其是对于孩子来说,他们更容易受到各种疾病的侵袭。今天,我们将讨论一种在儿童中常见的疾病——小儿支原体感染。虽然它不像感冒那样常见,但了解它并正确处理它非常重要。

一、什么是小儿支原体感染?

小儿支原体感染是一种由支原体引起的呼吸道感染。这种病原体是一种小的、非典型的病原体,通过空气传播。当孩子吸入这种病原体时,它们可能引起一系列的症状和体征。

二、小儿支原体感染的症状

尽管小儿支原体感染与感冒相似,但仍明显的区别。初期症状可能包括:

1. 发热:可能持续数天或数周,可能伴有

寒战。

2. 咳嗽:初期为干咳,后期可能转为湿咳,甚至出现痰。

3. 喉咙痛:部分患儿可能出现喉咙痛。

4. 疲倦:孩子可能感到疲倦和无力。

这些症状可能与其他呼吸道感染的症状相似,如流感或支气管炎,因此需要加以区分。

三、如何预防小儿支原体感染?

1. 保持家庭卫生:定期清洁和消毒家庭环境,尤其在公共场所回家后注意清洁双手。

2. 保持通风:经常开窗通风,保证空气流通。

3. 增强免疫力:鼓励孩子多做户外活动,保持均衡的饮食和充足的睡眠。

4. 接种疫苗:考虑为孩子接种肺炎疫苗

和其他可能减少感染的疫苗。

四、小儿支原体感染的治疗

对于小儿支原体感染,最重要的是及时就医并遵循医生的建议。一般来说,抗生素是主要的治疗方法,尤其是对于严重的症状或病程较长的病例。在某些情况下,可能需要住院治疗和支持疗法。

五、家长如何应对小儿支原体感染?

作为家长,您需要了解小儿支原体感染的基本知识,以便在孩子生病时做出正确的决策。以下是一些建议:

1. 保持冷静:面对孩子的疾病,保持冷静非常重要。了解疾病的基本知识可以帮助您做出正确的决策。

2. 寻求专业意见:如果您的孩子出现上

肺是人体最重要的器官之一,负责过滤和输送氧气到血液中,同时也将二氧化碳从血液中排出。然而,由于环境污染、不良生活习惯等因素,我们的肺部健康常常受到威胁。因此,我们需要了解如何通过健康呼吸保养来保护我们的肺。

一、了解呼吸系统

呼吸系统由呼吸道和肺组成。呼吸道包括鼻腔、口腔、喉部等,而肺则是呼吸的主要器官。当我们吸气时,空气通过呼吸道进入肺部,为身体提供氧气,同时将二氧化碳排出体外。

二、呼吸保养的重要性

呼吸保养对于维护身体健康至关重要。健康的呼吸系统可以帮助我们抵御各种疾病,如呼吸道感染、肺部感染等。同时,良好的呼吸习惯也有助于提高身体免疫力,促进血液循环,增强身体机能。

三、如何呼吸保养

1. 保持良好的通风环境:尽量减少在空气污染严重或空气质量差的环境中逗留。保持室内空气流通,尤其是在冬季供暖季节,要确保空气流通良好。

2. 戒烟:戒烟是保护肺部最有效的方法。戒烟不仅能减少肺癌的风险,还能减轻对周围人的二手烟危害。

3. 定期运动:适度的运动可以提高心肺功能,增强身体免疫力。建议每周进行至少150分钟的有氧运动,如散步、慢跑、游泳等。

4. 呼吸操:每天抽出一些时间进行呼吸操练习,如深呼吸、腹式呼吸等,有助于增强肺功能。

5. 保持良好的饮食习惯:多吃富含维生素C、E、A的食物,如新鲜蔬菜和水果,有助于保护肺部健康。

6. 避免过度疲劳:过度疲劳会削弱免疫系统,增加呼吸道感染的风险。合理安排工作和休息时间,确保充足的睡眠。

7. 定期体检:定期进行肺部检查,及早发现肺部健康问题,如慢性阻塞性肺病、哮喘等。

8. 接种疫苗:根据医生建议接种相应的疫苗,如流感疫苗、肺炎疫苗等,以预防呼吸道感染。

总的来说,呼吸保养是一项长期而持续的工作。通过保持健康的生活方式、定期检查、接种疫苗等措施,我们可以有效地保护肺部健康,预防各种肺部疾病的发生。让我们共同努力,为自己的肺部健康投资,为生命注入更多的活力与色彩。

(作者单位:河北省曲阳县中医医院)

呼吸保养肺的方法及重要性

□ 郑博

中西医结合治疗冠心病的效果探究

□ 夏明哲

冠心病是心脏供血、供氧的冠状动脉粥样硬化,导致严重的狭窄甚至是闭塞,引发胸闷、气短、胸痛等一系列的症状。

1. 西医治疗冠心病

西医治疗冠心病的方法主要有药物治疗、手术治疗等方式。一般治疗是从改变生活方式入手,需要从日常饮食、运动锻炼等方面进行干预。临床治疗冠心病的药物主要有β受体阻滞剂、硝酸酯类药物、钙通道阻滞剂、抗血小板药、调脂药和血管紧张素转换酶抑制剂等。β受体阻滞剂能够抑制心脏β₁肾

上腺素受体,从而减慢心率,减弱心肌收缩力,降低血压,减少心肌耗氧量、心绞痛发作。硝酸酯类药物为内皮依赖性血管扩张剂,能减少心肌耗氧量,改善心肌灌注,缓解心绞痛症状。足量硝酸酯类药物和β受体拮抗剂治疗后仍不能控制症状的患者,可给予钙通道阻滞剂进行治疗。抗血小板药物可以抗血小板聚集,预防血栓形成,而降脂药可以调节血脂水平,血管紧张素转化酶抑制剂能够降低心血管不良事件风险。对于病情比较严重的患者保守治疗难以取得明显的效果,应积极完善相关检

查,评估患者的身体状况,及时开展手术治疗,以促进心肌血液供应恢复。

2. 中医治疗冠心病

中医认为冠心病与寒邪内侵,心阳受阻,饮食失调,痰浊内阻,情志不遂,肝气郁结,年迈体虚,脏腑阴阳气血不足,心失所养等因素有关,属于“胸痹”的范畴,选择具有活血化痰、通脉止痛、补虚泻实、理气通络等功效的药物进行治疗。参附汤和右归饮加减常用于治疗冠心病,当归具备着降低血小板聚集以及抗血栓的作用,能够起到显著的增加冠脉

血流量的效果同时还可以降低大家的心肌耗氧量,而黄芪则可以利尿消肿,补气升阳以及固表止汗等功效,川芎则具备着通络止痛以及活血行气的效果。

冠心病是一种终身性的疾病,需要长期治疗才能控制病情。西医可以通过手术改善冠状动脉狭窄,恢复心肌正常的血液供应,从而挽救患者的生命,而中医更擅长调理,可以逐渐改善患者的健康状态,中西医结合治疗有助于提高整体的治疗效果。

(作者单位:河北省唐山市工人医院)