

# 微创介入技术推进肝癌综合治疗

□ 谭莹

肝癌,这个曾经被视为无法治愈的疾病,如今已经不再是我们的噩梦。随着医学科技的进步,尤其是微创介入技术的广泛应用,肝癌的综合治疗已经迈入了一个全新的时代。

首先,让我们来了解一下什么是微创介入。微创介入是一种利用导管技术进行诊断和治疗的方法,它通过人体自身的血管系统,对肿瘤进行精准打击。相较于传统的手术方法,微创介入具有创伤小、恢复快、并发症少等优点,因此越来越受到医生和患者的青睐。那么,微创介入是如何帮助推进肝癌综合治

疗迈入新时代的呢?首先,微创介入可以作为肝癌的单独治疗手段,如栓塞、化疗等,可以有效控制肿瘤的生长,提高患者的生存质量。其次,微创介入可以作为手术的辅助手段,如术前栓塞以缩小肿瘤体积,降低手术难度,术后栓塞以减少肿瘤的复发和转移。此外,微创介入还可以与其他治疗方式如放疗、化疗、靶向治疗等相结合,形成综合治疗模式,进一步提高治疗效果。

然而,微创介入并非万能的。它也有其适应症和局限性。对于一些体积较大、位置

较深的肝癌,微创介入可能无法达到理想的治疗效果。此时,手术切除、放疗等其他治疗方法可能更为适合。因此,在选择治疗方法时,医生会根据患者的具体情况进行综合评估,制定最合适的治疗方案。

同时,我们也要认识到肝癌的综合治疗并非一蹴而就的过程。在治疗过程中,患者需要配合医生的治疗计划,积极调整生活习惯,保持良好的心态。同时,随着医学技术的不断发展,肝癌的治疗方法也在不断更新和完善。例如,新型的免疫治疗手段已经逐步

应用于肝癌的治疗中,为患者带来了新的希望。

总的来说,微创介入已经并将继续在推进肝癌综合治疗迈入新时代中发挥重要作用。它以其独特的优势和效果,成为了肝癌治疗的重要手段之一。同时,我们也要看到其局限性,并根据患者的具体情况制定综合治疗方案。未来,随着医学科技的不断发展,我们有理由相信肝癌的治疗将会更加有效和安全。让我们期待这一新的治疗时代的到来,并为每一个肝癌患者带来更多的希望和信心。

(作者单位:潍坊医学院附属医院)

## 高血压患者的居家养护手段

□ 王杰

高血压是一种常见的慢性疾病,其特征是动脉血压持续升高,影响身体各部位的正常运转。高血压患者需要采取一些居家养护手段,以减轻症状、控制病情并提高生活质量。本文将介绍高血压的基本知识,并给出一些实用的居家养护建议。

### 一、高血压的定义和症状

高血压是指动脉血压持续高于正常水平,通常表现为头晕、头痛、心悸、颈紧、乏力等症状。长期高血压可能导致心脑血管疾病、肾衰竭等严重并发症。因此,高血压患者应积极采取措施控制血压,保护身体健康。

### 二、居家养护手段

1.合理饮食:高血压患者应遵循低盐、低脂、低糖、高纤维的原则,保持饮食均衡。少吃盐和含盐高的食物,如腌制品、咸菜等。

多吃蔬菜水果,增加膳食纤维的摄入。

2.适量运动:适量的运动有助于降低血压、增强心肺功能。高血压患者可以选择有氧运动,如散步、慢跑、游泳等。建议每周进行至少150分钟的中等强度有氧运动,可将运动融入日常生活中,如上下班时步行或骑自行车等。

3.保持良好的作息习惯:充足的睡眠和规律的作息有助于维持血压稳定。建议高血压患者保持每天7-8小时的睡眠时间,并尽量在晚上10点到凌晨3点之间进入深度睡眠。

4.控制情绪:情绪波动是高血压的一个重要诱因。高血压患者应学会调节情绪,保持平静的心态,避免情绪激动和紧张。

5.定期监测血压:定期监测血压是控制高血压的重要手段。建议高血压患者每

周至少测量一次血压,并记录下来。如有异常情况,应及时就医。

### 三、居家养护误区

1.过度依赖药物:虽然药物可以控制血压,但居家养护同样重要。高血压患者不应过度依赖药物,而应通过改善生活方式来控制血压。

2.忽视饮食调理:饮食调理是高血压患者居家养护的重要手段之一。过多的摄入高盐、高脂肪食物会导致血压升高,影响病情控制。

总之,高血压患者在居家养护中应注重合理饮食、适量运动、保持良好的作息习惯、控制情绪、定期监测血压等方面。同时,要避免过度依赖药物和忽视饮食调理等误区,以实现更好的病情控制和生活质量。

(作者单位:河北省香河县中医医院)

## 突发冠心病的急救方案

□ 牛华

冠心病,也称为冠状动脉粥样硬化性心脏病,是一种常见的心血管疾病。然而,有时冠心病可能会出现突发状况,给患者的生命健康带来威胁。因此,了解并掌握突发冠心病的急救方案是非常必要的。

### 一、症状识别

突发冠心病的症状主要包括突然出现的胸痛、胸闷、气短、心悸等。这些症状可能会在患者进行体力活动、情绪激动或夜间睡眠时出现。如果您的亲人或朋友突然出现上述症状,应立即寻求急救。

### 二、急救方案

1.立即停止活动:让患者立即停止一切活动,安静地休息,避免加重心脏负担。

2.保持冷静:在急救人员到达之前,保持冷静和耐心是非常重要的。不要试图自行诊断或处理,因为这可能会延误治疗。

3.舌下含服硝酸甘油或速效救心丸:如果家中备有硝酸甘油或速效救心丸,可在患者舌下含服一片。这些药物可以扩张血管,减轻症状。

4.呼叫急救服务:一旦患者症状没有明显改善或加重,应立即拨打急救电话呼叫专业急救人员前来处理。

### 三、院内处理

在院内,医生通常会根据患者的具体情况给予相应的治疗,如药物治疗、介入治疗(如支架植入)或外科手术等。同时,医生还会对患者的生命体征进行监测,如心率、血压、呼吸等。

### 四、预防措施

除了急救方案外,预防措施对于防治冠心病也非常重要。以下是一些预防措施:

1.控制血脂:通过饮食和药物来控制血脂水平,以减少动脉硬化风险。

2.健康的生活方式:保持适当的运动量,控制体重,戒烟限酒,这些都有助于降低冠心病的风险。

3.定期检查:定期进行心血管疾病的检查,如心电图和血液检查,以便及时发现冠心病的迹象。

4.学习急救知识:了解并掌握突发冠心病的急救方案,可以在关键时刻为患者争取时间,提高救治成功率。

总之,突发冠心病是一种严重的心血管疾病,需要及时有效的急救处理。了解并掌握突发冠心病的急救方案,对于提高救治成功率具有重要意义。同时,预防措施对于防治冠心病也至关重要,我们应该积极采取健康的生活方式,控制血脂水平,定期进行心血管疾病的检查,以降低冠心病的风险。

(作者单位:河北省曲阳第二医院)

在我们的日常生活中,意外伤害是难以避免的。其中,肋骨骨折是一种常见的伤害,尤其是在运动、交通事故和日常生活中的意外。本文将介绍肋骨骨折的基本知识,包括其定义、成因、症状、预防和

### 一、肋骨骨折的定义和成因

肋骨骨折是指肋骨由于外力撞击、跌倒或碰撞等意外而断裂。我们的胸廓是由肋骨、胸骨和胸椎组成的一个稳定的结构。当外力导致肋骨承受过大压力,就可能发生骨折。特别是在胸部受到严重撞击的情况下,骨折的风险会大大增加。

### 二、肋骨骨折的症状

肋骨骨折的患者通常会感到胸部剧烈疼痛,尤其是在深呼吸、咳嗽或转身时。此外,患者可能会感到呼吸困难,因为骨折可能会影响呼吸运动。如果骨折断端刺破胸膜,可能会导致血胸或气胸。然而,轻微的肋骨骨折可能并不会立即出现明显症状,可能需要几天或一周后才显现。

### 三、预防肋骨骨折的方法

预防肋骨骨折的关键在于避免可能导致骨折的意外情况。在运动中,特别是在激烈对抗的运动中,应保持正确的姿势,避免身体过度前倾。在日常生活中,应避免突然的转身或弯腰。在遇到可能的危险时,如马路上的障碍物,应特别小心。此外,定期进行身体检查,特别是对于那些有骨质疏松症或其他潜在疾病的人来说,可以及早发现并处理可能的问题。

### 四、处理肋骨骨折的方法

一旦发生肋骨骨折,首要任务是保护受伤部位,避免二次伤害。如果骨折部位有明显的出血或疼痛,应立即寻求医疗帮助。在等待救护车或医生到来的过程中,可以用冷却毛巾或冰袋冷敷受伤部位,以减轻肿胀和疼痛。

在医院,医生可能会使用夹板和绷带固定骨折部位,以减轻疼痛和防止进一步移位。医生还可能进行X光检查,以确认骨折的类型和位置。在治疗过程中,患者可能需要使用呼吸练习来减轻呼吸困难,因为骨折可能会影响正常的呼吸模式。

肋骨骨折是一种常见的意外伤害,但通过了解其成因、症状和预防方法,我们可以更好地应对这种伤害。关键是要保持警觉,避免可能导致骨折的危险情况。如果发生骨折,及时寻求医疗帮助,并配合医生的治疗方案,就可以尽快恢复健康。

(作者单位:河北省唐山市中心医院)

## 肋骨骨折的处理方法

□ 袁小强

狭窄,血流减少。

### 二、如何早期识别脑梗死和动脉硬化?

1.观察症状:脑梗死的前期症状可能包括头痛、眩晕、呕吐、视力或听力下降等。如果出现这些症状,且持续时间较长,应立即就医。

2.定期检查:定期进行血压、血脂、血糖等检查,有助于及早发现血管问题。

3.留意身体信号:如耳鸣、头痛突然加剧、哈欠不断、视物模糊等,这些都是动脉硬化化的信号。

### 三、如何防范脑梗死和动脉硬化?

1.健康饮食:低盐、低脂肪、高纤维的食物是保持健康的基石。同时,戒烟限酒,因为

烟草中的有害物质和酒精都可能损害血管健康。

2.运动锻炼:适量的有氧运动如慢跑、游泳等有助于降低血压和血脂,增强血管弹性。

3.控制体重:肥胖会增加患高血压、糖尿病等疾病的概率,进而增加脑梗死的风险。

4.定期检查:如每年进行一次全面的身体检查,以便及早发现血管问题。

5.学习健康知识:了解如何保持健康的生活方式,以及如何识别可能的健康问题,是每个人都应该掌握的技能。

### 四、应对突发状况的措施

如果在家中出现脑梗死的症状,首先应

保持冷静,避免过度紧张。尝试将患者移至安全的位置,如果可能的话。同时,拨打急救电话寻求帮助。在等待救护车到来时,确保患者呼吸通畅,并给予必要的急救措施。

脑梗死是一种严重的大脑疾病,而动脉硬化是它的根源。了解并掌握如何早期识别和防范这种疾病,对于我们的健康至关重要。通过健康的生活方式、定期的身体检查、学习基本的健康知识,我们可以有效地预防和控制这种疾病的发生。一旦出现突发状况,了解并采取适当的应对措施也非常重要。让我们一起行动起来,为我们的健康投资,为我们的未来守护。

(作者单位:河北省保定市第一中心医院)

## 如何早期识别并防范脑梗死

□ 龙美跃

在我们日常的生活中,脑血管疾病是常见的一种疾病。尤其对于中老年人来说,脑梗死是一种相当严重的威胁。这个疾病的源头,常常来自我们忽视的一种“隐匿杀手”——动脉硬化。本文将解释这个问题的根源,探讨如何早期识别并防范,以便及时预防和控制这种疾病的发生。

### 一、什么是脑梗死和动脉硬化?

脑梗死,也被称为缺血性卒中,是由于供应脑的血管阻塞或狭窄,导致血流中断,进而导致脑组织缺血、水肿、坏死。而动脉硬化,是一种缓慢进行的血管疾病,随着年龄的增长,血管壁逐渐变厚、弹性下降,导致血管