

浅谈甲状腺超声在甲状腺疾病诊断中的作用

□ 曹永峰

在我们的身体中,甲状腺是一个重要的内分泌腺体,它负责调节身体的代谢过程,包括生长、神经传导和体温调节等。而甲状腺超声检查,就像是一副神奇的“眼镜”,帮助医生更清晰地透视甲状腺的健康状况。

首先,让我们了解一下什么是甲状腺超声。这是一种利用超声波来检查甲状腺的方法。超声波是一种声波,当它遇到人体组织时,会产生回声。通过计算机处理这些回声,我们可以得到甲状腺的图像,观察其大小、形状、质地以及血流情况。这种检查方法无痛、无创,被广泛应用于甲状腺疾病

的诊断。

甲状腺超声在甲状腺疾病的诊断中具有重要的作用。它可以清晰地显示甲状腺结节的大小、位置、形态、边界以及内部血流情况。对于鉴别结节的性质(良性或恶性)具有重要的价值。同时,超声还可以用于评估甲状腺炎的程度和病变的范围。

举个例子,如果您的体检报告显示有甲状腺结节,那么甲状腺超声就是您需要的一项检查。通过超声,医生可以评估结节的大小、形状、质地、活动度等信息,从而初步判断结节的性质。如果结节较大,形态不

规则,血流丰富,那么恶性的可能性就较高。这种情况下,可能还需要进行其他的检查,如细针抽吸活检或手术切除进行病理诊断。

甲状腺超声还可以用于监测治疗的效果。例如,对于甲状腺功能亢进或减退的患者,通过超声可以观察甲状腺的大小和血流的变化,评估治疗的效果。对于服用药物或手术后的患者,超声也可以监测甲状腺炎的恢复情况。

总的来说,甲状腺超声检查是一种方便、无创、有效的检查方法,对于了解甲状腺的健

康状况具有重要的作用。然而,尽管超声检查可以帮助我们更好地了解甲状腺的状况,但它并不能替代病理诊断。如果您的体检报告显示有异常,请及时就医,医生会根据您的具体情况选择合适的检查方法。

最后,我们要强调的是,保持健康的生活方式,如均衡饮食、适量运动、避免长时间压力等,都有助于维持甲状腺的健康。如果出现任何疑虑或症状,都应及时咨询医生,确保甲状腺的健康。让我们一起爱护甲状腺,让它为我们提供充足的能量和健康的生活。

(作者单位:河南省濮阳市安阳地区医院)

脑膜炎的症状与预防方法探析

□ 胡明月

脑膜炎是一种发生在软脑膜的炎症感染,通常伴随着脑膜和脊髓膜的炎症反应。它可能由细菌、病毒或其他微生物引起。脑膜炎的症状可能不明显,或者被误认为是其他疾病的症状,因此了解脑膜炎的症状和如何预防是非常重要的。

一、脑膜炎的症状

脑膜炎的症状可能因病原体的不同而有所变化,但通常包括:

- 高热:可能在短时间内体温升高至38度或更高。
- 头痛:通常伴随着脑膜刺激征。即当你触摸额头时,可能会出现一种所谓的“钻痛感”。
- 恶心和呕吐:有时会伴随着消化道

症状。

二、如何预防脑膜炎

预防脑膜炎的关键在于保持良好的卫生习惯,增强免疫力,避免接触感染源。以下是一些预防措施:

- 保持手部清洁:经常洗手,尤其是在接触公共物品后。
- 避免与生病的人接触:避免与患有感

冒、流感或其他呼吸道疾病的人接触。

- 保持环境清洁:定期清洁和消毒家庭和 workplaces 的物品和表面。

- 接种疫苗:根据当地的疫苗接种建议,接种适当的疫苗,如流感疫苗和肺炎球菌疫苗。

- 注意饮食和营养:均衡饮食,保证充足的维生素和矿物质摄入,以增强身体免疫力。

三、治疗脑膜炎

一旦确诊为脑膜炎,应立即开始治疗。治疗方法取决于病原体的类型,可能包括抗病毒、抗生素或抗真菌药物的治疗。对于轻微的病例,休息和水分摄入也可能有所帮助。一般来说,治疗脑膜炎需要一段时间,所以患者需要按照医生的建议进行治疗。在治疗过程中,密切监测病情是很重要的,以防止病情恶化。

为了更有效地预防和治理脑膜炎,我们需要更多的知识传播。社区、学校和媒体都可以发挥重要作用。通过教育公众关于脑膜炎的症状、预防措施和治疗方式,我们可以提高公众的意识和知识水平,从而更好地保护自己和他人的健康。

此外,我们也需要关注那些可能更容易受到脑膜炎影响的人群,如儿童、老年人、体弱多病的人等。为他们提供更多的支持和帮助,可以帮助他们更好地预防和治理脑膜炎。

总结起来,脑膜炎虽然是一种严重的疾病,但如果我们采取正确的预防措施并及早就医,它是可以预防和治疗的。让我们一起为大脑撑起“保护伞”,保护我们的健康和安全。

(作者单位:河北省枣强县人民医院)

前庭性偏头痛的诊断与治疗方法

□ 张天平

一直以来,我们都相信自然界充满了奇妙的奇迹。而人体,作为自然界最复杂的产物之一,更是充满了无数的奥秘。在我们的身体内部,有一个名为“神内”的科室,专门研究这些看似微不足道的症状背后的原因。今天,我们就来聊聊神内那些“晕”事,尤其是前庭性偏头痛这个神秘而又常见的疾病。

一、前庭性偏头痛的基本知识

前庭性偏头痛是一种复杂的神经系统疾病,它涉及到前庭系统、偏头痛和血管收缩等多个因素。前庭系统主要负责人体的平衡感和方向感,而偏头痛则是我们熟知的一种疼痛性疾病。这两种因素相互作用,可以引发一系列的症状,包括但不限于头痛、视觉改变、恶心、呕吐、头晕目眩等。

二、头晕的奥秘

头晕是前庭性偏头痛最常见的症状之一。这种头晕通常表现为头部

的运动或位置改变时,感到自身或在周围环境中的运动感与自身的不协调。这是由于前庭系统发送了错误的信号,导致大脑误以为身体处于异常的运动状态。

三、眩晕的神秘面纱

眩晕则是一种更严重的状态,患者感到自身或周围环境的运动感,同时可能伴随着站立不稳、跌倒等症状。这种症状通常由前庭系统的过度反应引起,也可能是由其他神经系统问题或某些药物引起的。

四、诊断与治疗

对于前庭性偏头痛,精确的诊断至关重要。通过检查、神经系统评估和可能进行的特殊检查(如MRI),医生可以确定问题的根本原因。治疗方法包括药物治疗(如非处方药、处方药和特定镇痛药)、行为改变和生活方式调整。如果症状严重且持续,患

者可能需要住院治疗或寻求专业医疗团队的帮助。

五、预防与生活建议

预防前庭性偏头痛和相关症状的最佳方法之一是保持健康的生活方式。首先,饮食均衡、充足睡眠和适量的运动都有助于增强身体的抵抗力。其次,学会管理压力,因为压力是许多头痛和眩晕的触发因素。此外,避免过度使用刺激性药物,如阿司匹林和非甾体类抗炎药,因为它们可能会加重前庭性偏头痛的症状。最后,定期进行健康检查,以便及早发现并处理潜在的健康问题。

总结:神经内科的研究对象虽然看似微小,但它们却是我们健康的重要组成部分。通过了解前庭性偏头痛等疾病,我们可以更好地理解自己的身体,从而更好地照顾自己。让我们一起关注健康,关注神内那些“晕”事!

(作者单位:河北省枣强县人民医院)

脑出血的预警信号及预防措施

□ 马悦震

脑出血是一种严重的一种脑血管类型的疾病,其发病突然,病情进展迅速,对患者的生命健康构成严重威胁。了解并捕捉脑出血的“红色警报”信号,有助于在疾病早期发现并采取有效的治疗措施。本文将向大家科普脑出血的预警信号,帮助大家提高警惕,及时就医。

一、预警信号

- 头痛:脑出血患者通常会出現剧烈的头痛,有时还会伴有恶心、呕吐等症状。这些症状可能在发病前数日或数小时出现,也可能在发病时立即出现。
- 眩晕:脑出血患者可能会出现眩晕的症状,感觉周围的事物在旋转或自己身体摇晃不稳。这种情况可能与颅内压增高有关。
- 意识障碍:主要表现为嗜睡昏迷,而且出现意识障碍的程度与出血量、脑出血部位面积有着较为直接的关系。
- 肢体无力或麻木:脑出血可能影

响支配肢体的神经,导致肢体无力或麻木。这种情况通常在一侧肢体出现,且伴有不同程度的肌肉萎缩。

- 语言:脑出血可能影响语言中枢神经,导致言语不清或失语。患者可能会出现说话困难、发音不清或完全无法说话的情况。

二、急救措施

一旦出現上述症状,应立即拨打急救电话寻求帮助。同时,家属或周围人应立即对病人进行急救。在等待急救车的过程中,可以采取以下措施:

- 保持患者呼吸道通畅,解开其衣领,使其保持平卧位。
- 如果发生呕吐,应将头部偏向一侧,防止呕吐物阻塞呼吸道导致窒息。

三、预防措施

为了有效预防脑出血的发生,以下几点值得关注:

- 控制血压:高血压是导致脑出血的主要原因之一。应定期测量血压,遵

照医嘱按时按量服用降压药物,保持血压稳定。

- 戒烟戒酒:吸烟和过量饮酒是脑血管疾病的危险因素。戒烟限酒有助于降低脑出血的风险。

- 饮食健康:保持均衡饮食,控制盐分摄入,避免过度油腻和辛辣食物。适量摄入富含纤维的食物,有助于保持大便通畅。

- 定期健康检查:中老年人应定期进行健康检查,及早发现并控制潜在的疾病,如糖尿病、高血脂等。

总之,脑出血是一种严重的疾病,早期发现并采取有效的治疗措施至关重要。了解脑出血的预警信号及急救措施,有助于在疾病早期发现并采取正确的应对措施。预防措施同样重要,通过控制血压、戒烟限酒、健康饮食及定期健康检查等手段,有助于降低脑出血的发生风险。

(作者单位:河北医科大学第二医院)

冬季心脑血管疾病的防护方法

□ 李敏

冬季是心脑血管疾病的高发季节,由于气温下降、气压变化等因素,人体血液循环受到影响,容易导致心脑血管疾病的发生和复发。因此,了解冬季心脑血管病的防护知识至关重要。

一、正确认识心脑血管疾病

心脑血管疾病是一组与心脏和血管有关的疾病,包括冠心病、高血压、高血脂、糖尿病等。这些疾病往往是由高血压、高血脂、动脉硬化等因素引起的,会影响心脏和血管的功能,导致心肌梗死、脑卒中等严重后果。了解这些疾病的基本知识,有助于我们更好地预防和治理这些疾病。

二、冬季心脑血管疾病发病原因

- 气温下降:冬季气温下降,人体需要更多的能量来保持体温,这会导致心脏和血管的负担增加,血压升高,从而增加心脑血管疾病的风险。
- 运动减少:冬季天气寒冷,人们往往会减少户外运动,而缺乏运动会导致身体代谢减慢,血液循环不畅,进一步增加心脑血管疾病的风险。
- 饮食不健康:冬季天气寒冷,人们往往会选择高热量、高脂肪的食物来补充能量,而这些食物容易导致血脂升高,从而增加心脑血管疾病的风险。

三、冬季心脑血管疾病防护措施

- 合理饮食:保持饮食清淡,多吃蔬菜水果,适量摄入蛋白质和纤维质,控制食物的热量和脂肪含量。尽量避免过多摄入高胆固醇、高盐、高糖的食物。
- 适度运动:在冬季适当进行户外运动,如散步、慢跑等,有助于促进血液循环,增强身体免疫力。同时要注意保暖,避免过度疲劳。
- 控制血压:定期监测血压,根据医生的建议合理使用降压药物。保持良好的生活习惯,戒烟限酒,避免情绪波动。
- 保持充足睡眠:冬季天气寒冷,人们容易感到疲劳和困倦。保持充足的睡眠有助于调节身体机能,减轻心脑血管负担。
- 定期就医:如有心脑血管疾病的家族史或其他相关危险因素,应定期进行体检,及时了解自己的健康状况,以便及时调整治疗方案。
- 合理使用取暖设备:冬季取暖时要注意安全使用取暖设备,避免过度加热和密闭环境,以防一氧化碳中毒。同时要保持室内空气流通,避免空气干燥。
- 定期体检:定期进行心脑血管疾病的筛查,及早发现潜在风险,及时采取干预措施。

总之,冬季心脑血管病的防护需要从多个方面入手,包括合理饮食、适度运动、控制血压、保持充足睡眠、定期就医、合理使用取暖设备等。只有全面了解并采取相应的防护措施,才能有效降低心脑血管疾病的发生率和死亡率。

(作者单位:河北省枣强县人民医院)