

# 状腺超声诊疗技术的优势与应用探究

□ 赵莉敏

随着科技的发展,医疗技术也在不断进步。其中,状腺超声诊疗技术作为一种重要的诊断工具,已经广泛应用于临床实践中。它不仅能够帮助医生更准确地诊断疾病,还可以为患者提供更加个性化的治疗方案。本文将介绍状腺超声诊疗技术的原理、优势和应用,帮助大家更好地了解这一重要诊断工具。

## 一、状腺超声诊疗的原理

状腺超声诊疗是一种利用超声波技术检查甲状腺疾病的诊断方法。超声波是一种声波,可以在人体内部传播,并被组织反射回来,形成图像。通过状腺超声设备,医生可以观察甲状腺的形态、结构、血流信号等,从而

判断甲状腺是否存在病变。

## 二、状腺超声诊疗的优势

- 精准诊断:**相比传统的X光、CT等检查手段,状腺超声诊疗具有更高的分辨率和敏感性,可以更准确地识别甲状腺病变,如结节、囊肿、肿瘤等。
- 无创、安全:**状腺超声诊疗是一种无创的检查方法,不会对患者的身体造成损伤,适用于各种年龄段的患者。
- 实时动态观察:**状腺超声诊疗可以实时动态观察甲状腺病变的大小、形态、血流信号等变化,为医生提供更加丰富的信息。
- 指导治疗:**根据超声检查的结果,医生可以制定更加个性化的治疗方案,如手术、药物

物治疗、放射治疗等。

## 三、状腺超声诊疗的应用

- 甲状腺结节:**甲状腺结节是一种常见的甲状腺病变,可以通过状腺超声诊疗进行诊断和鉴别诊断。
- 甲状腺肿瘤:**甲状腺肿瘤包括良性肿瘤和恶性肿瘤,通过状腺超声诊疗可以了解肿瘤的大小、形态、血流信号等信息,为手术方案提供依据。
- 其他甲状腺疾病:**如甲状腺功能亢进、甲状腺功能减退等,状腺超声诊疗也可以为医生提供重要的诊断信息。
- 正确看待状腺超声诊疗**  
虽然状腺超声诊疗具有很多优势,但也

存在一定的局限性。比如,对于某些微小的病变或深部病灶,超声检查的分辨率可能不够高,需要结合其他检查手段进行综合判断。此外,状腺超声诊疗的结果受到操作者经验、设备性能等因素的影响,因此需要由经验丰富的医生进行解读。

总之,状腺超声诊疗是一种重要的诊断工具,具有精准、安全、实时动态观察等优势。通过正确认识和利用这一技术,医生可以更准确地诊断甲状腺疾病,为患者提供更加个性化的治疗方案。让我们一起期待医疗技术的不断进步,为健康事业的发展贡献力量。

(作者单位:河北省固安县人民医院)

# 改善脾胃虚弱、运化失调的方法

□ 老雪薇

在我们的生活中,很多人都存在脾胃虚弱、运化失调的问题,这会导致食欲不振、消化不良、面色萎黄、精神萎靡等症状。这些问题虽然看似简单,但如果长期不加以调理,可能会对我们的身体健康造成影响。因此,我们需要采取一些有效的调理方法,帮助改善脾胃虚弱、运化失调的问题。下面,我将介绍几种简单易行的方法,帮助大家改善脾胃虚弱、运化失调的问题。

## 一、饮食调理

- 饮食有规律:**一日三餐要按时吃,不要因为减肥或者其他原因而随意改变饮食时间或者减少食物摄入量。
- 营养均衡:**食物要多样化,不要偏食或者挑食,多吃蔬菜水果,补充蛋白质和维生素

等营养物质。

- 温热适中:**食物的温度要适中,不要吃过冷过热或者刺激性强的食物,如辛辣、油腻、生冷等。
- 适量饮水:**每天要适量饮水,保持身体水分平衡,有助于消化吸收。

## 二、运动调理

- 适当运动:**每天可以进行适当的运动,如散步、慢跑、瑜伽等,有助于增强脾胃功能,促进消化吸收。
- 避免过度疲劳:**运动要适量,不要过度疲劳,以免影响脾胃功能。
- 持之以恒:**运动要长期坚持,只有坚持才能看到效果。

## 三、按摩调理

- 揉按腹部:**仰卧在床上,将手放在腹部,以顺时针和逆时针的方向分别揉按腹部,有助于促进肠胃蠕动,增强脾胃功能。
- 推拿脾经:**脾经是中医经络系统中的一条重要经脉,推拿脾经可以帮助调理脾胃功能。具体方法为从膝盖到足三里穴进行推拿,每天推拿几分钟即可。
- 按摩足底:**足底是人体穴位最密集的部位之一,按摩足底可以刺激脾胃穴位,促进脾胃功能恢复。具体方法为用手指轻轻按摩足底脾胃反射区,力度适中,每次按摩几分钟即可。

## 四、生活习惯调理

- 保证充足的睡眠:**充足的睡眠有助于身

体恢复和精力恢复,也有助于调理脾胃功能。

- 保持心情愉悦:**心情愉悦有助于调节身体机能,增强脾胃功能。因此,要学会调节情绪,保持心情舒畅。

- 避免过度思虑:**过度思虑会影响脾胃功能,导致食欲不振、消化不良等问题。因此,要学会放松心情,减轻思虑负担。

以上就是关于脾胃虚弱、运化失调的一些调理方法。通过饮食调理、运动调理、按摩调理和生活习惯调理,我们可以有效地改善脾胃虚弱、运化失调的问题。这些方法简单易行,人人都可以尝试。长期坚持下去,我们的脾胃功能会逐渐恢复正常,身体也会变得更加健康。

(作者单位:河北省霸州市中医院)

# 糖尿病足的预防措施与护理要点

□ 李亚南

糖尿病足是糖尿病的一种常见并发症,其特征为足部感染、溃疡或坏疽。糖尿病足不仅给患者带来极大的痛苦,还可能引发严重的健康问题,甚至需要截肢。因此,了解糖尿病足的预防与护理知识,对于守护脚步的健康之路至关重要。

## 一、预防措施

- 控制血糖:**控制血糖是预防糖尿病足的关键。定期监测血糖,遵循医生的建议,使用合适的降糖药物或胰岛素,以确保血糖水平稳定。
- 健康饮食:**饮食应富含蔬菜、水果和全谷类食物,限制饱和脂肪和糖分的摄入。同时,要确保足够的水分摄入,以保持皮肤的弹性。

- 戒烟限酒:**吸烟和过量饮酒会加重糖尿病足的症状。戒烟限酒有助于降低患糖尿病足的风险。

- 保持足部卫生:**定期清洁足部,去除死皮和老茧,保持足部干燥和清洁。避免使用刺激性强的清洁剂或护肤品。
- 选择合适的鞋子和袜子:**选择透气性好、合脚的鞋子,袜子以棉质为佳。避免穿高跟、鞋底过硬或过紧的鞋子,以防压迫足部。
- 定期检查:**定期接受足部检查,及早发现并处理任何异常情况。如有烫伤、割伤或不明原因的疼痛,应立即就医。

## 二、护理要点

- 局部护理:**保持患处清洁,避免感染。按照医生的建议使用适当的抗菌药或消炎药。如有需要,请在医生的指导下使用。
- 营养补充:**适当补充维生素和矿物质,以增强皮肤抵抗力。保持充足的水分摄入,有助于保持皮肤的湿润。
- 减压措施:**为减轻患处的压力,可采用局部减压措施,如使用减压垫或弹性绷带。避免过度牵拉或挤压足部,以免加重病情。
- 休息与活动:**保证充足休息,有助于伤口愈合。适度活动,但避免剧烈运动,以免加重病情。
- 心理护理:**糖尿病足可能会给患者带

来巨大的心理压力。与家人和朋友保持沟通,及时寻求心理支持,有助于减轻心理负担。

糖尿病足的预防与护理是守护脚步健康的重要一环。通过控制血糖、健康饮食、戒烟限酒、保持足部卫生、选择合适的鞋子和袜子以及定期检查等措施,我们可以有效降低糖尿病足的发生风险。一旦出现足部异常症状,应及时就医,以便得到及时的治疗和护理。此外,了解糖尿病足的相关知识,还能帮助患者及其家属更好地理解这一并发症,从而在日常生活中给予足够的关注和照顾。让我们共同努力,守护脚步的健康之路,为糖尿病患者创造一个更好的生活环境。

(作者单位:河南省中医院)

# 探讨中医治疗肿瘤的理念与方法

□ 高敏

随着现代医学的发展,肿瘤已经成为一种常见的疾病,其治疗方法也多种多样。然而,对于许多患者来说,找到一种安全、有效且副作用小的治疗方法仍然是一个挑战。在这篇文章中,我们将探讨中医治疗肿瘤的神奇之处,以及它如何通过平衡、调和与生机来帮助患者。

首先,让我们了解中医的基本理念。中医认为,人体五脏六腑通过经络系统与五官九窍、四肢百骸、筋肉皮骨等有机地联系起来,形成了一个统一的整体,它们相互关联、相互影响。因此,治疗肿瘤不仅需要针对疾病本身,还需要考虑到患者的整体状态和内在环境。中医注重调整人体内部环境,使之达到

一个平衡,使身体重新恢复到健康的状态。这种平衡不仅是生理上的,还包括心理、精神和社会层面。

中医治疗肿瘤的方法包括草药、针灸、推拿、拔罐等。这些方法注重调整机体的免疫系统、内分泌系统和循环系统,从而增强身体的自愈能力,缓解肿瘤引起的症状和并发症。与西医相比,中医更注重个体化治疗,根据患者的具体情况进行辨证施治,因此治疗效果因人而异。

中医强调调和。调和是指通过调整人体的内部环境,使各种生理功能达到和谐统一的状态。在肿瘤治疗中,调和意味着通过调节机体的免疫系统、内分泌系统和循环系统,使

肿瘤细胞不再增殖,同时促进正常细胞的生长和分裂。中医治疗肿瘤的方法如草药、针灸和推拿等,都可以促进机体的调和,从而减轻症状、改善生活质量并延长患者的生存期。

中医治疗肿瘤强调生机。生机是指人体内部环境的动态平衡和生命的活力。在肿瘤治疗中,生机意味着通过调节机体的免疫系统、内分泌系统和循环系统,促进身体的自愈能力,使身体重新获得对肿瘤的抵抗力。中医治疗肿瘤的方法不仅可以缓解症状和并发症,还可以促进身体的自愈能力,使患者有更好的生存机会。

除了上述提到的神奇之处外,中医治疗

肿瘤还有一些其他的优点。首先,中医治疗具有较低的副作用和不良反应。由于它注重调整机体的内部环境,而不是直接攻击肿瘤细胞,因此可以减少对身体的损伤。其次,中医治疗可以与其他治疗方法相结合,如手术、放疗和化疗等,以提高治疗效果并减少不良反应。最后,中医治疗可以提供个性化的治疗方案,根据患者的具体情况进行调整和治疗。

总之,中医治疗肿瘤具有平衡、调和与生机的神奇之处。通过调整人体内部环境的平衡,促进身体的调和和激发生机,中医治疗可以为患者带来更好的治疗效果和生活质量。

(作者单位:河北省衡水市中医医院)

# 中医角度解读儿童反复呼吸道感染原因及预防措施

□ 王立艳

儿童是呼吸道感染的高发人群,其中反复呼吸道感染是一个常见问题。中医认为,儿童反复呼吸道感染的原因主要有以下几个方面:

- 体质虚弱:**儿童的免疫系统尚未完全发育,容易受到外界环境的影响。如果儿童体质虚弱,就容易受到病毒和细菌的侵袭,导致呼吸道感染。
- 饮食不当:**饮食是影响儿童体质的重要因素之一。如果儿童的饮食过于油腻、辛辣、生冷,或者缺乏营养素,就会影响身体的免疫功能,增加呼吸道的感染风险。
- 缺乏运动:**适当的运动可以增强身体的免疫功能,提高抵抗力。如果儿童缺乏运动,就

会导致身体抵抗力下降,容易受到感染。

- 生活习惯不良:**如睡眠不足、过度疲劳、情绪波动等,都会影响身体的免疫功能,增加呼吸道的感染风险。
- 环境污染:**空气污染、水源污染等环境因素也会对儿童的身体造成健康影响,增加呼吸道的感染风险。

## 中医预防儿童反复呼吸道感染的措施

中医认为,预防儿童反复呼吸道感染应从改善体质、调整饮食、加强运动、改善生活习惯和保护环境等方面入手。以下是一些具体的中医预防措施:

- 增强体质:**中医认为,调理脾胃、补益

肺气是增强体质的关键。家长可以给孩子适当食用山药、薏米、红枣等具有健脾益肺的食物,同时注意饮食均衡,避免暴饮暴食。

- 调整饮食:**家长应该注意孩子的饮食健康,避免过于油腻、辛辣、生冷的食物,多给孩子食用富含营养的食物,如蔬菜、水果、蛋白质等。同时,多喝水,保持肠道通畅,提高免疫力。

- 加强运动:**适当的运动可以增强身体的免疫功能,家长可以鼓励孩子多参加户外活动,如跑步、游泳、骑车等有氧运动,增强身体的抵抗力。

- 改善生活习惯:**保证充足的睡眠时间,避免过度疲劳。保持心情愉悦,避免情绪波动。同

时,注意个人卫生,勤洗手,避免交叉感染。

- 保护环境:**家长应该注意周围环境的卫生情况,避免空气污染和水源污染对孩子的身体健康造成影响。如果生活在污染严重的环境中,应该加强通风换气,减少孩子在污染环境中的暴露时间。

总之,中医认为儿童反复呼吸道感染的原因是多方面的,包括体质虚弱、饮食不当、缺乏运动、生活习惯不良和环境因素等。为了预防儿童反复呼吸道感染,家长应该从多个方面入手,加强孩子的身体锻炼和营养摄入,改善生活习惯和保护环境卫生,让孩子拥有一个健康的身体。

(作者单位:河北省唐山市迁安燕山医院)