

心血管内科手术的重要性及主要类型

□罗志中

心血管疾病作为威胁人类健康的“隐形杀手”，在全球范围内都呈现出高发病率、高致残率和高死亡率的特点。随着医学技术的不断进步，心血管内科手术作为治疗心血管疾病的重要手段，其重要性日益凸显。本文将详细介绍心血管内科手术的概念、发展历程、主要类型以及其在心血管疾病治疗中的重要作用，以期提高公众对心血管内科手术的认识，促进心血管疾病防治工作的深入开展。

1. 心血管内科手术概述

心血管内科手术是指通过介入技术或开胸手术等方法，对心脏、血管等器官进行修复、疏通或替换等治疗的医疗手段。这些手术通常用于治疗冠心病、心绞痛、心肌梗死、心力衰竭、先天性心脏病、心脏瓣膜病、心律失常等心血管疾病。

2. 心血管内科手术的发展历程

心血管内科手术最初受限于技术，治疗手段有限。1967年5月9日，由阿根廷著名心脏外科医生 René Favaloro 在美国克利夫兰诊所完成世界上第一例冠状动脉旁路移植术，使心血管内科手术得到重大突破。随后，心脏瓣膜置换术、心脏起搏器植入术和射频消融术等技术也开始得到发展，极大提升了治疗效果。进入21世纪，随着介入技术的飞速发展，心血管内科手术进入微创时代，以创伤小、恢复快、并发症少的特点成为治疗心血管疾病的的首选方法，被广泛应用于临床，为患者带来福音。心血管内科手术的发展，极大地提高了心血管疾病的治愈率，降低了患者的死亡率。

3. 心血管内科手术的主要类型

3.1 冠状动脉介入手术

冠状动脉介入手术，也被称为经皮冠状动脉介入治疗(PCI)，是现代心血管医学领域的重要里程碑。它采用微创技术，通过对患者股动脉或桡动脉进行穿刺，将特制的导管精确送入冠状动脉。在X线透视引导下，医生能够清晰地观察到冠状动脉的病变情况，对狭窄或闭塞的血管进行球囊扩张或植入金属支架，从而恢复血管的功能，改善心肌的供血状况。这种手术对于冠心病、心绞痛等疾病的治疗具有显著效果，大幅提高了患者的生存质量。

3.2 心脏瓣膜置换术

心脏瓣膜置换术是针对心脏瓣膜病变的一种重要治疗方法，适用于心脏瓣膜病、心力衰竭等多种疾病的治疗。当心脏瓣膜因疾病或老化而失去正常功能时，医生会通过手术将病变的瓣膜切除，并替换为人工瓣膜或同种异体瓣膜。这种手术能够有效改善心脏瓣膜的血液流动状况，减轻心脏负担，提高患者的生活质量。

3.3 心脏起搏器植入术

心脏起搏器植入术是一种用于治疗心律失常的手术方式。通过手术将起搏器植入患者体内，起搏器能够发放电脉冲刺激心肌收缩，从而维持正常的心率和心律。这种手术对于治疗心动过缓、心脏停搏等心律失常疾病具有显著效果，能够显著提高患者的生活质量。

3.4 射频消融术

射频消融术是一种微创治疗方法，通过导管技术将射频电流导入心脏组织，消融特定部位的心肌细胞，消除病灶，从而达到治疗心律失常的目的。该手术具有创伤小、恢复快等优点，逐渐成为心律失常治疗的首选方法。射频消融术特别适用于药物治疗无效的快速性心律失常患者，如心房颤动、室上性心动过速等。

4. 心血管内科手术在心血管疾病治疗中的重要作用

心血管内科手术在心血管疾病治疗中发挥着至关重要的作用。首先，心血管内科手术能够直接针对病变部位进行治疗，有效改善患者的生活质量。其次，心血管内科手术具有高效、精准等优点，可以有效减少患者的痛苦。最后，心血管内科手术的发展推动了心血管疾病的防治工作不断深入开展，提高了心血管疾病的整体治愈率。

5. 结语

心血管疾病估计每年可夺走上千万人的生命，对人类健康构成了严重威胁。心血管内科手术作为治疗心血管疾病的重要手段之一，其重要性不言而喻。我们应当加强心血管内科手术技术的普及和宣传工作，提高公众对心血管内科手术的认识和重视程度。同时，我们还应注重心血管疾病的预防和健康管理工作，从源头上降低心血管疾病的发病率和死亡率。让我们携手共进，为战胜心血管疾病贡献自己的力量。

(作者单位:河北省唐山市开平医院)

积极了解痤疮 科学防治青春痘

□杨玉凤

青春期是每个人成长过程中必经的一个美好阶段，但是这个阶段往往伴随着青春痘的出现。对于很多青少年来说，战“痘”成为他们青春期的最大烦恼。其实青春痘不只是在青春期出现，有些人会持续到25岁以后。所以很多人认为青春期过了就不会再长青春痘，其实不是。青春痘在临床上称为痤疮，是一种累及毛囊皮脂腺的慢性炎症性皮肤病，多发于面部、前胸、后背等部位，主要以粉刺、丘疹、脓疱等形式出现。据资料统计，青少年痤疮发病率高达93%，近年来，成年人的发病率也在逐渐增加。所以有必要为大家科普痤疮的形成原因、分类以及预防与护理方法，让大家了解这方面的知识，以消除误解。

1. 痤疮的形成原因

痤疮的形成与较多因素相关，包括雄激素分泌增多、皮肤清洁不当，还可能与细菌感染有关。目前认为，青春痘主要与青春期人体内雄激素分泌增加，导致皮脂腺分泌旺盛，毛囊口受到堵塞有关。而皮肤表面的细菌，尤其是痤疮丙酸杆菌，会在毛囊堵塞的情况下滋生，从而引发炎症反应，也会加重痤疮的发生。此外，生活压力、饮食不规律、熬夜、肥胖、高糖、高脂等不良生活习惯也会导致内分泌失调，进一步加重痤疮的发生。经常挤压痘痘、过度洁面等也是痤疮的诱发因素，会使皮肤炎症加重，导致痤疮反复发作。

2. 痤疮的分类与表现

痤疮可分为粉刺、炎性痤疮、结节性痤疮、囊肿性痤疮等多种类型。粉刺主要是指堵塞毛囊口

的皮脂与角质细胞，无明显炎症反应，可分为闭合性粉刺和开放性粉刺。炎性痤疮指痤疮发生炎症反应，表现为红肿、疼痛、脓疱等。而痤疮炎症加重，形成硬结，疼痛明显，则为结节性痤疮。当痤疮炎症持续发展，形成囊肿性痤疮，可能导致皮肤溃烂。通常情况下，痤疮愈合后会留下色素沉着、增生性或凹陷性瘢痕，也就是痘印。

3. 痤疮的护理与治疗

加强护理:在青春时期，应加强护理，采用科学的护肤方式，每天用温水清洗面部，尽量不让皮肤受到刺激。面部清洁可选用控油保湿的洗面奶，该类洗面奶可以去除皮肤表面的油脂、皮屑及微生物等。需要注意的是，过度清洗会破坏皮肤屏障功能，因此应适度清洁面部。清洁后使用正规的适合自己的护肤品进行涂抹，对于油性皮肤，护肤品可以选择控油保湿类；对于混合性皮肤，T区(额头和鼻子)可选择控油保湿类，面部两颊可选择舒敏保湿类。

饮食调理:饮食调理在减少痤疮出现方面起着至关重要的作用。刺激性食物容易导致体内激素水平波动，进而诱发痤疮。因此，想要避免痤疮的发生，首先就需要避免食用过于刺激的食物，辣椒、咖啡、浓茶等都为禁忌食物；而过多摄入油腻、高糖食物也会导致皮脂分泌增多，堵塞毛孔，从而导致出现痤疮，所以，我们需要调整饮食习惯，保持饮食的清淡和营养均衡。蔬菜和水果中富含维生素、矿物质和膳食纤维等多种营养成分，这些成分对调节体内激素水平、清理肠道、改善新陈代谢

具有积极意义，可有效降低痤疮的发生概率。因此，我们应多食用富含维生素A、维生素E、锌等营养成分的水果和蔬菜，这些对皮肤健康具有很好的促进作用。

药物治疗:对于痤疮比较多且无法控制的情况，可遵循专业医生的建议选择涂抹药物进行治疗。临床上中重度痤疮系统抗生素首选四环素类药物，如多西环素、米诺环素等。四环素类药物不耐受或过敏患者，可选择大环内酯类药物替代，如红霉素、罗红霉素、阿奇霉素等。维A酸类药物如异维A酸或维胺酯可以减少皮脂腺分泌，控制异常角化，该类药需避免与四环素类药物同时使用，同时该类药还有致畸作用，育龄期男女切记服药期间避孕，停药一年方可怀孕。对于高雄激素表现的女性患者，可以进行拮抗雄激素治疗。对于3级、4级或暴发性痤疮患者，可以加用甲泼尼龙、泼尼松等糖皮质激素进行治疗。

4. 痤疮的预防

易发痤疮的人群应保持良好的生活习惯，如良好的饮食习惯、规律作息、充足睡眠，避免熬夜等；同时保持适量的运动，控制体重、促进身体新陈代谢，以减少油脂分泌、改善皮肤状况。日常生活中，也需要注意涂抹防晒霜，避免过度日晒。另外，心情也是控制痤疮发展的重要因素，对于焦虑、抑郁的情况，应及时进行沟通、咨询，必要时寻求专业心理医生的帮助。

痤疮虽然属于小疾，但是它的发病率较高，而且容易复发，治疗不及时还会留下瘢痕，因此，我们应当做好日常护理，科学预防痤疮的发生。

(作者单位:广西来宾市象州县人民医院)

儿童呼吸道疾病的预防方法探究

□董亚新

呼吸道疾病是儿童常见的疾病之一，包括感冒、支气管炎、哮喘、肺炎等。这些疾病不仅影响儿童的身体健康，还可能对儿童的成长发育造成不良影响。儿童的免疫系统尚未发育完全，容易受到各种细菌、病毒的侵袭，因此预防呼吸道疾病至关重要。本文将介绍儿童呼吸道疾病的预防方法，帮助儿童远离呼吸道疾病的侵扰，为儿童营造一个健康、快乐的成长环境。

1. 增强免疫力，从生活细节做起

儿童的免疫系统处于发育阶段，对于外界环境的适应能力相对较弱，因此增强免疫力成为预防儿童呼吸道疾病的首要任务之一。家长可以从日常生活细节入手，通过合理饮食、充足睡眠、规律锻炼等方式，帮助孩子建立起强健的免疫系统。第一，营养均衡是增强免疫力的关键。家长应确保孩子每天摄入足够的蔬菜、水果、蛋白质、谷物等，以提供充足的营养。维持免疫系统的正常运行。特别是一些富含维生素C、维生素D、锌等微量元素的食物，如柑橘类水果、菠菜、鱼类等，都对增强免疫力有着重要的作用。第二，充足的睡眠对维持免疫系统健康发挥着重要作用。良好的睡眠有助于调节体内激素水平，提高白细胞的活性，从而增强免疫系统抵抗病毒和细菌的能力。儿童每天睡眠时间应保持在9—11个小时，家长可以通过设定固定的睡眠时间、创造安静的睡眠环

境、建立睡前例行程序、听轻柔的音乐或故事等方式帮助儿童养成良好的睡眠习惯。第三，规律锻炼是增强免疫力的重要途径。适量的体育锻炼可以提高免疫系统的活性，促进血液循环，增强儿童的抵抗力。家长可以和孩子一起选择适合的运动项目，如游泳、骑车、慢跑等，每周进行几次规律的体育锻炼，让孩子在运动中保持活力，增强免疫力。

2. 养成良好的个人卫生习惯，远离传染源

良好的个人卫生习惯是预防呼吸道疾病的重要措施之一，保持个人卫生可以有效减少病毒和细菌的传播。第一，勤洗手。家长应教育孩子养成经常洗手的好习惯，特别是在接触口鼻、食物或其他可能污染的场所后，要及时用肥皂和水彻底洗手。洗手时应应用流水湿润双手，涂抹肥皂并揉搓至少20秒，包括手背、手指、指缝和指甲，然后用流水冲洗干净并用纸巾擦干双手。第二，在咳嗽或打喷嚏时应使用纸巾或肘部遮住口鼻，避免直接用手遮挡，以减少病毒和细菌传播的可能性。在使用完纸巾后及时将其丢弃，并用洗手液清洁双手，以避免交叉感染。第三，定期清洁环境。保持室内空气流通，定期清洁家居环境，特别是经常接触的物品表面，如门把手、桌面、玩具等。可以使用含有酒精成分的消毒湿巾或消毒液清洁物品表面，有效杀灭表面的病毒和细菌，减少交叉感染的风险。

3. 科学预防，接种疫苗

在儿童成长过程中，接种疫苗是一项必不可少的保健措施，是

预防呼吸道疾病的有效方法之一。通过接种疫苗，儿童可以建立起免疫屏障，降低感染呼吸道疾病的风险。流感疫苗是预防和控制流感的主要手段之一。每年秋季，流感疫苗都会更新，根据当年流行的病毒株进行调整。建议适龄儿童每年秋季接种流感疫苗，以提高免疫力。流感疫苗不仅可以预防儿童本人感染流感病毒，还可以有效减少流感病毒在社区中传播，保护家庭成员和社会大众的健康。百日破疫苗是预防呼吸道传染病的重要疫苗之一，其可以预防百日咳、破伤风和白喉等呼吸道传染病，是儿童必须接种的常规疫苗之一。儿童应在适龄时接种两剂次百日破疫苗，以建立持久的免疫保护。此外，麻疹、腮腺炎和风疹疫苗(MMR疫苗)也是预防呼吸道疾病的重要疫苗之一。MMR疫苗可以预防麻疹、腮腺炎和风疹等多种呼吸道传染病，属于我国国家免疫规划疫苗。建议在儿童满一岁接种第一剂次MMR疫苗，随后在适当的时间间隔内接种第二剂次，以确保形成充分的免疫保护。

4. 备好药物，应对突发情况

备好必要的药物和急救用品，可以及时缓解症状、减轻疾病的影响，保障儿童的健康。家庭药箱中应该备有常用的退烧药、止咳药、感冒药等常见药物。在儿童出现发热、咳嗽、流感等状况时，及时给予适当的药物治疗可以帮助缓解症状，减轻其不适感，提高其舒适度。对于哮喘等慢性呼吸道疾病患者，家庭药箱中还应备有相应的急救药物，如吸入型支气管舒张剂等，在儿童出现呼吸困难等紧急情况时，及时使用急救药物可以帮助扩张支气管，缓解呼吸道症状。

(作者单位:河北省隆化县医院)