

胃癌的筛查方法和注意事项

□ 李翰

胃癌是全球范围内常见的恶性肿瘤之一,对人类健康造成严重威胁。早期发现和及时治疗胃癌可以显著提高治愈率和生存率。因此,胃癌筛查十分重要。本文将介绍胃癌的筛查方法和注意事项,希望能为您的健康保驾护航。

一、胃癌筛查的重要性

胃癌筛查的重要性不言而喻。由于胃癌在早期常无明显症状,患者往往无法及时发现疾病,导致错过最佳治疗时机。一旦出现明显症状如消化不良、胃部疼痛等,常代表病情已进展到晚期,治疗难度和风险也会相应增加。因此,定期进行胃癌筛查可以在疾病发展到晚期之前发现潜在病变,提高治愈率和生存率。早期发现胃癌还可以选择更为温和的治疗方式,减少对身体的伤害。

二、胃癌筛查的方法

1、胃镜检查:胃镜检查是通过将一根柔软的管状器械(胃镜)插入口腔到胃内,直接观察胃壁和黏膜的检查方法。医生可以通过胃镜检查发现胃内的任何异常,包括溃疡、炎症、息肉或肿瘤等病变。这种检查方法的优势在于可以直接观察病变的形态、大小和位置,对于早期胃癌的发现有较

高的准确性和敏感性。

2、超声内镜检查:超声内镜检查是一种结合了内窥镜和超声波技术的检查方法,通过将超声探头插入食管、胃或十二指肠内,可以清晰地观察到胃壁的各种细微结构。相比传统的超声检查和内窥镜检查,超声内镜检查可以更准确地判断胃黏膜下层的异常情况,对于早期胃癌的诊断有着较高的敏感性和特异性。

3、血清标志物检测:血清标志物检测是通过检测血液中特定的蛋白质或其他分子来间接判断是否存在胃癌的一种方法。CA19-9是目前应用较广泛的一个胃癌相关标志物,但其特异性和敏感性并不高,可能会受到其他因素的影响而导致误诊。

三、胃癌筛查的适用人群

1、高风险人群:胃癌家族史是指直系亲属(如父母、兄弟姐妹)中有胃癌患者的情况。长期胃炎和溃疡是导致胃癌的潜在因素,因为长期炎症和溃疡可能会导致胃部组织发生异常变化。

2、年龄较大者:年龄是胃癌发病的一个重要因素,随着年龄的增长,胃癌的发病率也逐渐增加。这与人体免疫功能下降、细胞修

复能力减弱等因素有关。据统计,50岁以上的人群是胃癌的高发人群之一,因此,建议这个年龄段的人定期进行胃癌筛查。通过定期筛查,可以及早发现患有胃部疾病的迹象,包括早期胃癌,提高治疗的成功率和生存率。

3、症状异常者:症状异常者指的是出现胃部不适、消化不良、食欲减退等与胃部有关的不适症状的人群。这些症状可能是胃癌等疾病的早期表现,尤其是胃部不适、持续性的消化不良和明显的食欲减退等症状,应引起重视。对于这些人群,应及时就医,并根据医生的建议进行胃癌筛查,以明确病因,及早发现和潜在胃部问题。

四、胃癌筛查的注意事项

1、医生建议:医生会根据个人的年龄、性别、家族史、健康状况等因素,结合最新的医学知识和技术,为患者制定合适的筛查方案。不同的人群可能选择不同的筛查方法,比如年龄较大者可以选择胃镜检查,而对于年轻人可能更适合进行非侵入性的筛查方法,如血清标志物检测。医生的建议不仅可以确保筛查的准确性和有效性,还可以避免不必要的检查和费用开支。

2、饮食调理:保持饮食清淡,多食用新鲜

蔬菜、水果和全谷类食物,适量摄入高蛋白、低脂肪的食物,有助于维持胃部健康。同时,避免过量食用腌制品、烧烤食品和油炸食品,这些食物不仅容易引发胃部不适,还可能对胃黏膜产生刺激作用,增加患胃癌的风险。此外,定期进食、避免暴饮暴食、不要过度饮酒、戒烟等都是保护胃部健康的重要措施。合理的饮食习惯不仅可以降低胃癌的发病率,还有助于维持整体健康。

3、定期复查:高风险人群包括具有胃癌家族史、长期患有胃炎、溃疡病史等的人。这些人群应定期进行胃部健康状况的复查,以及及时发现和监测潜在的胃部问题。定期复查可以帮助医生及时发现任何胃部异常,如胃溃疡、炎症、息肉等,以及早期的胃癌病变,从而提高治疗的成功率和生存率。

五、结语

胃癌筛查是预防和控制胃癌的有效手段,对于高风险人群尤其重要。通过本文的介绍,相信您对胃癌筛查有了更深入的了解。在日常生活中,保持良好的饮食习惯和定期体检,将有助于您的健康长久。

(作者单位:河北省唐山市人民医院胃肠外科)

谨记肾结石的形成以及危害

□ 马天义

肾结石是一种常见的泌尿系统疾病,严重影响着患者的生活质量。它不仅会导致剧痛,还可能引发一系列严重并发症。了解肾结石的形成原因以及可能带来的危害对于预防和治疗这一疾病十分重要。

一、肾结石的形成

1、尿液成分不平衡:肾结石形成的主要原因之一是尿液中的某些物质浓度过高,如钙、尿酸、草酸等。正常情况下,尿液中的这些物质是可以溶解的,但当它们的浓度超过尿液所能溶解的程度时,就会发生结晶沉积的现象。这些结晶最初往往很小,随着时间的推移逐渐增大并逐渐形成结石。因此,维持尿液中这些物质的平衡是预防肾结石形成的关键之一。

2、尿液pH值异常:尿液的pH值偏高或偏低都会增加结石形成的风险。尿液过酸容易导致尿酸结石的形成,因为尿酸在酸性环境下更不容易溶解。相反,尿液过碱则有利于草酸钙结石的形成,因为草酸钙在碱性环境下更容易沉淀结晶。保持尿液的pH值在适当范围内,有助于预防结石形成。

3、尿液排泄障碍:当尿液在肾脏内停

留时间过长,尿液中的有害物质如钙、尿酸、草酸等就更容易结晶沉积,逐渐形成结石。排尿障碍可能由多种原因引起,如尿路梗阻、尿路感染等。患有排尿问题的患者应积极治疗基础疾病,避免尿液在肾脏内滞留,从而减少结石形成的风险。

二、肾结石的危害

1、肾绞痛:肾绞痛是肾结石最常见的症状之一,其疼痛程度常被描述为“比生产还痛苦”。患者可能会感受到从腰部到腹部的剧烈疼痛,有时疼痛会辐射到大腿或生殖器区域。这种剧痛往往突然发作,患者常常无法找到舒适的姿势,甚至疼痛可持续数分钟到数小时不等。在这种情况下,患者需要立即就医,医生可能会建议适当的镇痛治疗来缓解疼痛,以确保患者的舒适度和安全性。

2、尿路感染:肾结石导致尿液排出受阻,使细菌更容易在尿液中繁殖。这些细菌可以进入尿路,引发感染。尿路感染的症状包括尿频、尿急、尿痛等,严重时还可能出现发热、腰痛等症状。如果尿路感染得不到及时治疗,细菌可能进一步侵入血液,引发败血症等严重并发症,危及患者生命。因

此,对于有肾结石的患者,及时治疗和预防尿路感染十分重要。

3、肾功能损害:反复发作的肾结石会导致肾脏组织受损,逐渐影响肾功能。长期以来,结石引起的肾脏组织炎症和损伤可能导致肾小球肾炎、肾间质炎症等疾病,最终影响肾脏的正常功能。严重时,肾功能可能会逐渐减退,发展为慢性肾功能衰竭,这对患者的生命健康构成严重威胁。因此,及时治疗肾结石、规范用药、遵医嘱调整饮食等措施对于减少肾功能损害十分重要。

4、其他并发症:除了肾绞痛、尿路感染和肾功能损害外,肾结石还可能引发其他严重并发症。其中之一是肾积水,即肾脏内积聚过多液体,可能导致肾脏功能进一步受损。此外,肾结石也与肾功能不全相关,当结石导致肾功能受损严重时,可能会出现这种情况。另外,肾结石还可能增加患者患上高血压的风险,因为结石可能导致肾脏功能异常,影响体内水钠平衡,进而引发高血压。

三、预防和治疗

1、多喝水:多喝水可增加尿液产量,稀释尿液中的结石形成物质,减少结石的形

成风险。建议每天饮水量应保持在2-3升,尤其是在气候炎热或进行剧烈运动时应增加饮水量,有助于预防肾结石的形成。

2、饮食调节:建议限制高含钙、高含草酸的食物摄入,如奶制品、肉类等,适量摄入富含维生素B6和镁的食物,如全谷类、豆类等。此外,增加水果和蔬菜的摄入,保持膳食均衡,有助于降低结石形成的风险。

3、药物治疗:根据结石成分的不同,可以选择合适的药物治疗。例如,对于尿酸结石,可以使用碱化尿液的药物;对于草酸钙结石,可以使用草酸盐溶解剂。

4、手术治疗:对于较大的结石或无法通过药物治疗的结石,可考虑采取手术治疗措施。

四、结语

肾结石的形成与尿液成分、pH值和排泄障碍密切相关,了解其形成原因有助于预防和治疗肾结石。同时,肾结石严重危害着患者的健康,可能引发肾绞痛、尿路感染、肾功能损害等并发症,严重时甚至威胁生命。因此,及时采取有效措施,预防和治疗肾结石十分关键。

(作者单位:河北省承德县医院)

儿童静脉采血的小常识

□ 秦卓

在儿童的医疗检查与治疗过程中,静脉采血是一项常见且重要的临床操作。对于许多家长和孩子来说,静脉采血可能是一个陌生甚至有些令人生畏的过程。本文旨在帮助家长和孩子更好地了解儿童静脉采血的相关知识,包括其必要性、操作过程、注意事项以及可能的风险和应对措施,以期让这一过程更加顺利和安心。

一、儿童静脉采血的必要性

儿童静脉采血在医疗实践中具有十分重要的地位。儿童的生理机能和血管结构相较于成人有其独特性,因此,通过静脉采血可以获取更加精准、详尽的血液信息。这些数据不仅能够为医生提供关于孩子健康状况的直接证据,还是评估治疗效果、监测病情变化的关键依据。尤其在儿科临床中,血液检验结果的准确性直接关系到疾病的正确诊断与有效治疗。因此,儿童静脉采血不仅是医学诊断的常规手段,更是保障儿童健康、促进疾病康复的重要环节。通过这一技术,医生能够更全面地了解儿童的生理状况,为他们的健康成长提供有力保障。

二、儿童静脉采血的操作过程

1、准备阶段:医生会详细向家长和孩子解释采血的目的、过程和可能的不适感,以消

除他们的紧张和焦虑。同时,医生还会核对儿童的身份和检查项目,确保采血的准确性和安全性。

2、选择合适的静脉:医生会根据儿童的年龄、体型和静脉情况选择合适的穿刺部位,通常选择粗直、弹性好、易于固定的静脉进行穿刺。

3、消毒与穿刺:在穿刺部位涂抹消毒剂后,医生会使用特制的采血针进行穿刺。穿刺时,医生会让儿童握紧拳头,使静脉更加充盈,然后迅速而准确地刺入静脉。

4、采血与固定:穿刺成功后,医生会连接采血管进行采血。在采血过程中,医生会不断观察儿童的反应和静脉情况,确保采血的顺利进行。采血结束后,医生会用无菌棉签按压穿刺部位,防止出血。

5、结束与观察:采血结束后,医生会再次核对血液样本的信息,确保无误。同时,医生会观察儿童的反应和穿刺部位的情况,确认无异常后,让儿童离开。

三、儿童静脉采血的注意事项

家长应主动与医生沟通,了解采血的目的、步骤及可能的风险,这有助于家长在采血过程中保持冷静,给予孩子正确的引导。其次,采血前,家长应确保孩子饮食适当、休息

充足,避免在饥饿、疲劳或情绪不稳定的状态下进行采血,以减少孩子的应激反应。在采血过程中,家长要积极配合医生,帮助孩子保持正确的体位,稳定其情绪,确保穿刺的顺利进行。同时,家长要时刻观察孩子的反应,如孩子出现不适或疼痛,应及时告知医生。采血结束后,家长要帮助孩子保持穿刺部位的清洁干燥,避免感染。

四、儿童静脉采血的风险与应对措施

虽然儿童静脉采血是一项常见的临床操作,但仍存在一定的风险。常见的风险包括穿刺失败、出血、感染等。为了降低这些风险,医生在操作过程中会严格遵守无菌操作原则,选择合适的穿刺部位和角度,并在采血后及时按压止血。同时,家长和儿童也应积极配合医生的操作,保持放松和稳定的情绪,以降低穿刺失败的风险。

五、如何帮助孩子应对静脉采血

1、提前准备:在采血前,家长可以与孩子进行沟通,让他们了解采血的必要性和过程,帮助他们做好心理准备。同时,家长还可以告诉孩子一些应对采血的小技巧,如深呼吸、放松身体等。

2、分散注意力:在采血过程中,家长可以通过与孩子聊天、玩游戏等方式分散他们的

注意力,减轻他们的紧张感。对于年龄较小的孩子,家长还可以准备一些他们喜欢的玩具或绘本,以吸引他们的注意力。

3、给予鼓励:在孩子接受采血时,家长的鼓励和支持非常重要。家长可以告诉孩子他们很勇敢,给予他们正面的反馈和奖励,以增强他们的信心和勇气。

4、关注孩子的感受:采血后,家长应密切关注孩子的反应和感受,如有不适或疼痛,应及时向医生反映。同时,家长还可以给予孩子一些安慰和关心,让他们感受到家长的陪伴和支持。

六、结语

儿童静脉采血在医学领域中扮演着十分重要的角色,它是确保儿童疾病得到准确诊断和治疗的关键环节。通过本文的详细阐述,相信家长和孩子对儿童静脉采血有了更为全面和深入的认识。在实际操作中,只要医生和家长能够携手合作,相互信任,密切配合,定能确保采血过程的顺利进行,保障儿童的安全与健康。让我们携手努力,为孩子们创造一个更加健康、快乐的成长环境,共同见证他们茁壮成长的每一个时刻!

(作者单位:广西柳州市柳南区柳石街道社区卫生服务中心)