

浅谈结核病与免疫力的关系

□ 聂喜红

在现代社会中,结核病一直是一种备受关注的传染病。结核菌通过空气传播,感染者常常表现出慢性咳嗽、疲劳、发热等症状,严重时甚至危及生命。那么,结核病与免疫力之间到底存在着怎样的关系呢?如何提高免疫力来预防结核病呢?

一、结核病与免疫力的关系

免疫力是人体自身的防御机制,能够识别和消灭外来入侵的病毒、细菌等微生物。结核病是一种由结核分枝杆菌引起的传染病,免疫力低下的人群更容易感染结核分枝杆菌。因此,免疫力在结核病的预防和治疗中具有重要作用。

免疫力低下的人群更容易感染结核分枝杆菌,而免疫力增强后,人体对结核病的抵抗

力也会相应增强。因此,了解免疫力与结核病的关系,采取有效措施提高免疫力,对于预防和治疗结核病具有重要意义。

二、如何提高免疫力

1.均衡饮食:饮食是提高免疫力的基础,应该保证摄入足够的营养物质,包括蛋白质、维生素、矿物质等。建议多食用新鲜的蔬菜、水果、肉类、豆类等富含营养的食物。

2.适量运动:适量的运动可以增强身体的免疫力,促进身体的新陈代谢和血液循环。建议每周进行至少150分钟的中等强度有氧运动,如快走、慢跑、游泳等。

3.保持良好的生活习惯:充足的睡眠、戒烟限酒、保持乐观的心态等良好的生活习惯,都可以提高免疫力。

4.接种疫苗:接种疫苗是提高免疫力预防传染病的有效方法,如肺结核疫苗等。

5.合理使用免疫调节剂:在医生的指导下,合理使用免疫调节剂可以帮助增强免疫力。

三、具体措施

1.定期体检:定期进行体检,了解自己的健康状况,及时发现并治疗潜在的健康问题,如营养不良、贫血等。

2.积极治疗原发病:感染结核分枝杆菌后,需要及时就医,在医生的指导下进行治疗,以防止疾病进一步恶化。

3.增加运动:除了适量的有氧运动外,还可以增加力量训练,以增强肌肉力量,提高免疫力。

4.合理补充维生素和矿物质:维生素和矿物质是人体必需的营养物质,可以增强免疫力,建议多食用富含这些营养物质的食品。

5.接种疫苗:按照医生的建议接种相应的疫苗,如肺结核疫苗等。

6.合理使用药物:在医生的指导下,合理使用免疫调节剂或抗结核药物,以提高免疫力或治疗结核病。

总之,提高免疫力是预防和治疗结核病的重要措施之一。通过均衡饮食、适量运动、保持良好的生活习惯、接种疫苗、合理使用药物等方法,可以提高免疫力,增强人体对结核病的抵抗力。同时,定期体检、积极治疗原发病也是提高免疫力的重要手段。

(作者单位:廊坊市霸州市疾病预防控制中心)

中西医结合防治肿瘤疾病的优势

□ 吴超

中西医结合防治肿瘤疾病是一种综合性的治疗方法,旨在通过中西医结合的优势,提高治疗效果和患者的生活质量。下面将详细介绍中西医结合防治肿瘤疾病的基本原理、方法、优势和注意事项。

一、基本原理

肿瘤疾病是一种复杂的疾病,其发生和发展与多种因素有关,如遗传、环境、生活习惯等。单纯西医治疗往往难以达到理想效果,而中西医结合治疗则可以发挥中医和西医的优势,提高治疗效果。

二、治疗方法

1.中医治疗:中医治疗肿瘤疾病主要采用中药调理和针灸治疗。中药调理可根据患者的体质和症状,辨证施治,调节气血、平衡

阴阳,从而达到缓解症状、提高患者生活质量的目的。针灸治疗可通过对相关穴位刺激,调节脏腑功能,缓解症状。

2.西医治疗:西医治疗主要包括手术、放疗、化疗等方法。应根据患者的具体情况,选择合适的治疗方法,如手术切除肿瘤、放疗杀死癌细胞、化疗控制病情发展等。

3.中西医结合:中西医结合治疗肿瘤疾病是将中医和西医的治疗方法相结合,取长补短,提高治疗效果。如手术后的中医调理、放疗、化疗中的中医辅助等。

三、优势

1.提高疗效:中西医结合治疗可以综合发挥中医和西医的优势,提高治疗效果。在缓解症状、控制病情等方面,中西医结合治疗可

以更有效地发挥作用。

2.减少副作用:西医治疗中的某些药物或方法可能会产生副作用,而中医调理和针灸治疗则相对安全,可减少药物副作用的发生。

3.改善生活质量:中医调理可帮助患者调节气血、平衡阴阳,提高患者的生活质量。针灸治疗可帮助患者缓解疼痛、改善睡眠等。

4.个体化治疗:中医讲究个体化治疗,根据患者的具体情况,选择合适的中药和针灸方法,提高治疗效果。

四、注意事项

1.保持积极心态:患者应保持积极乐观的心态,积极配合治疗,树立战胜疾病的信心。

2.合理饮食:患者应保持清淡、易消化的饮食,多吃蔬菜水果,避免过度劳累和精神紧张。

3.定期复查:患者应遵医嘱,定期到医院进行复查,以便得到更好的治疗效果。

4.避免过度治疗:对于早期肿瘤,应以手术为主;对于中晚期肿瘤,应以控制病情发展为主,避免过度治疗。

总之,中西医结合防治肿瘤疾病是一种综合性的治疗方法,通过发挥中医和西医的优势,可以提高治疗效果和患者的生活质量。患者应保持积极乐观的心态,合理饮食,定期复查,避免过度治疗。同时,对于不同类型的患者,应选择合适的治疗方法,以达到最佳的治疗效果。

(作者单位:廊坊市霸州市疾病预防控制中心)

CT与MRI在不同疾病诊断方面的应用

□ 梁占东

随着医学影像技术的发展,CT(计算机X线断层扫描)和MRI(磁共振成像)已成为临床诊断疾病的重要工具。这两种技术各有其优点和局限性,可以从不同角度提供疾病信息,为临床医生提供更全面的诊断依据,便于临床医生进行有针对性的治疗。本文将介绍CT与MRI在不同疾病诊断中的应用。

一、CT的应用

CT是一种利用人体各个组织器官对X射线吸收率与穿透率的不同,运用X线穿透人体,由探测器接收透过人体后的X线,经过计算机处理获得密度不同的影像图像。它的密度分辨率较高,对人体的肺部、骨骼、空腔脏器、血管等结构成像效果好,尤其对于肺部肿瘤、骨折、钙化、出血、脑部外伤等疾病的诊断具有重要意义。

1.肺部肿瘤诊断:CT在发现早期肺部肿瘤方面具有较高的敏感性,可以清晰地显示

肿瘤的大小、位置、形态等信息。对于肿瘤的分期和分型,CT也提供了重要的依据。

2.骨折诊断:CT对于骨折的诊断具有较高的准确性,可以清晰地显示骨折线的位置、骨折端的移位、是否存在游离骨片等情况,为治疗方案的制定提供依据。

3.脑部出血、外伤的疾病诊断:CT在脑部疾病的诊断中具有广泛应用,如脑出血、脑外伤等。它可以清晰地显示出出血部位、出血量大小、血肿的形态变化和是否破入脑室内、是否合并脑疝等严重并发症等,还可见于显示颅骨骨折情况,是否合并脑挫裂伤、硬膜下和硬膜外血肿等情况,为疾病的诊断和治疗提供帮助。

二、MRI的应用

MRI是一种利用磁场和射频脉冲激发人体内的氢质子,然后接受质子发出的磁共振信号,通过计算机运算构成图像。通俗的讲相当于利用外力让人体内水分子振动起来,再

平静下来,感受一下里面的振动。它能够提供人体内部不同组织的信息,包括肌肉、神经、关节等软组织分辨率较好。因此,MRI在诊断神经系统、肌肉骨骼系统、软组织肿瘤等方面具有较高的应用价值。

1.神经系统诊断:MRI可以清晰地显示脑组织、脊髓和神经根等结构,对于确定脑部肿瘤位置及范围、脑血管疾病(动静脉畸形、血管瘤及脑静脉血栓等)、脊髓损伤及椎管内肿瘤等具有重要意义。

2.肌肉骨骼系统诊断:MRI可以用于诊断肌肉、韧带、关节软骨等软组织损伤,对于关节退行性变、关节炎及创伤性骨关节病等疾病的诊断也具有较高的价值。

3.软组织肿瘤诊断:MRI对于软组织肿瘤的诊断和发现也具有较高的应用价值,可以提供肿瘤内部成分、周围的浸润等情况的信息,为治疗方案的制定提供依据。

三、CT与MRI的优缺点比较

CT和MRI在疾病诊断中各有其优点和局限性。CT的优点包括扫描速度快、密度分辨率高,扫描范围大。适合急诊外伤患者,或配合不佳患者,另外还可以用于肿瘤患者全身扫描发现转移灶。缺点是软组织分辨率低、有电离辐射。而MRI的优点则包括对软组织分辨率高、无电离辐射、多序列多参数多方位成像等。同时,MRI的价格相对较高,检查时间较长,噪声大,对检查环境的要求也较高(不能有影响磁场的物体),以免影响检查结果。此外,特殊人群如体内含有金属植入物、患有幽闭恐惧症、高热意识不清的患者等等不适合进行MRI检查。

综上所述,CT和MRI在不同疾病诊断中具有不同的应用价值,各有其优缺点。临床医生应根据患者的具体情况和需求,选择合适的检查方法,为患者提供更全面、准确的诊断依据。

(作者单位:河北北方学院附属第一医院)

细菌性痢疾的护理办法及预防措施

□ 刘凤如

细菌性痢疾,也称为细菌性腹泻,是一种由痢疾杆菌引起的常见肠道传染病。患者常常会出现腹泻、腹痛、发热等症状,严重时甚至可能导致脱水、休克等危及生命的情况。因此,正确的护理对于细菌性痢疾的康复至关重要。

一、急性期患者的护理

1.休息与饮食:急性期患者应卧床休息,避免剧烈运动。饮食方面以流质或半流质食物为主,如米汤、稀粥、面条等,以补充体内流失的水电解质,同时减轻胃肠道负担。避免进食生冷、油腻、刺激性食物,以免加重病情。

2.大便管理:由于大便次数增多,患者应使用便盆、布兜或垫纸,以便保存体力。每次便后,用软卫生纸轻轻擦拭,然后用温水清洗肛门,再涂上凡士林油膏或抗生素类油膏,以

保护肛门皮肤。

3.按时服药:患者应按医嘱按时服药,一般为7-10天。不要刚停止腹泻就停止服药,以免细菌产生耐药性,使病情转为慢性痢疾。

4.隔离与消毒:患者的食具、用具要单独使用,并有专用便盆。同时,使用避污纸隔离,教导家人使用避污纸,避免手的传播。避污纸的做法是将清洁的纸裁成方块儿,串在一起挂在墙上,从前边往后使用。使用时要从中间抓取,避免污染下一页纸。同时,注意纸的正反面,即清洁面和污染面,不要污染取物的镜面。

二、慢性期患者的护理

1.饮食调整:慢性期患者应注意饮食调整,少吃生冷食物,病情较重者应采用少油、少渣、高蛋白、高维生素食物,如豆浆、蛋汤、瘦肉末、菜泥等,以改善全身营养状况。同时,

鼓励患者多吃生大蒜,以增强肠道抵抗力。

2.体育锻炼:慢性期患者应在力所能及的情况下进行各种体育锻炼,如散步、体操、气功、打太极拳等,以增强体质,提高抵抗力。

3.中西医结合治疗:慢性痢疾患者一般采用中西医结合的方法治疗,以提高疗效。同时,也可采取保留灌肠的方法给药,每天治疗一次。

三、预防措施

细菌性痢疾的预防主要从三个方面进行,包括控制传染源、切断传播途径以及保护易感者。

1.控制传染源:早期发现病人和带菌者,及时隔离和彻底治疗,是预防痢疾的重要措施。对于已经感染的人,需要采取有效的隔离和治疗措施以防止疾病传播。

2.切断传播途径:搞好“三管一灭”是预防细菌性痢疾的重要措施之一。具体就是管好水、粪和饮食,以及消灭苍蝇等传播媒介。此外,养成饭前便后洗手的习惯也是一种有效的预防方法。对于餐饮业、儿童机构等高风险人群,应定期进行带菌状态检查,及时发现并处理潜在的传染源。

3.保护易感人群:对于特殊人群,如婴幼儿和老年人,自身免疫力和抵抗力是比较弱的,属于易感人群,需要做好相应的保护措施。

总之,正确的护理对于细菌性痢疾的康复至关重要。无论是急性期还是慢性期患者,都需要在休息、饮食、大便管理、按时服药等方面加以注意。

(作者单位:保定市莲池区疾病预防控制中心)