

小儿腹泻病的常见原因及预防措施

□ 周小娜

一、小儿腹泻病的常见原因：

1. 感染性腹泻：由病毒、细菌、寄生虫等引起的肠道感染。
2. 食物过敏或不耐受：对某些食物过敏或不耐受，如乳糖不耐受、麸质过敏等。
3. 药物反应：某些药物可能会引起腹泻，如抗生素、非甾体抗炎药等。
4. 其他因素：如气候变化、精神紧张、过度疲劳等。

除了上述常见原因和预防措施外，还有一些其他的因素也可能导致小儿腹泻病的发生。例如，肠道发育不良、肠道功能异常、消化道疾病等都可能引起腹泻。因此，在预防小儿腹泻病的过程中，我们还需要关注孩子的肠道健康，及时发现和治疗相关疾病。

此外，对于已经发生腹泻的孩子，家长需

要采取相应的护理措施，帮助孩子恢复健康。首先，要保证孩子充足的饮水量，避免脱水的发生。其次，要注意孩子的饮食，选择易消化、营养丰富的食物，如米粥、面条、蒸蛋等。同时，要避免给孩子食用刺激性食物，如辣椒、生姜等。最后，要保持良好的卫生习惯，及时更换孩子的尿布和衣物，避免交叉感染的发生。

总之，预防小儿腹泻病需要从多个方面入手，包括个人卫生、合理饮食、增强免疫力、避免滥用药物等。同时，对于已经发生腹泻的孩子，家长也需要采取相应的护理措施，帮助孩子尽快康复。

二、预防措施：

1. 注意个人卫生：勤洗手、保持环境清洁卫生，避免接触污染物。

2. 合理饮食：注意饮食卫生，避免食用过期变质的食物，尽量避免生食海鲜等易感染的食物。

3. 增强免疫力：多进行户外活动，增强体质，提高免疫力。

4. 避免滥用药物：不要随意使用抗生素等药物，遵医嘱使用药物。

5. 及时治疗：一旦出现腹泻症状，应及时就医，避免延误病情。

此外，对于孩子的肠道健康，家长还可以采取以下措施：

1. 给孩子补充益生菌：益生菌可以帮助调节肠道菌群平衡，增强肠道免疫力，预防腹泻的发生。家长可以通过给孩子喝酸奶、吃发酵食品等方式给孩子补充益生菌。
2. 定期进行体检：定期带孩子去医院进

行体检，及时发现和治疗消化道疾病，如炎症性肠病、胃肠道感染等。

3. 避免过度使用抗生素：抗生素会破坏肠道菌群平衡，导致腹泻的发生。因此，家长要避免过度使用抗生素，遵医嘱使用药物。

4. 注意孩子的情绪变化：情绪不稳定也可能导致腹泻的发生。因此，家长要注意孩子的情绪变化，帮助孩子缓解压力，保持心情愉快。

总之，预防小儿腹泻病需要从多个方面入手，包括个人卫生、合理饮食、增强免疫力、避免滥用药物等。同时，对于已经发生腹泻的孩子，家长也需要采取相应的护理措施，帮助孩子尽快康复。通过这些措施，可以有效降低小儿腹泻病的发生率，保障孩子的健康成长。

(作者单位：河北省承德市围场满族蒙古族自治县妇幼保健院)

耳鼻喉疾病的最新研究与治疗进展

□ 李娜

在医学领域，耳鼻喉疾病一直是一个重要的研究方向。随着科技的进步和医学研究的深入，耳鼻喉疾病的诊断与治疗技术也在不断更新和完善。本文将为大家介绍耳鼻喉疾病的最新研究与治疗进展，帮助大家更好地了解这一领域的发展动态。

一、诊断技术的最新进展

在耳鼻喉疾病的诊断方面，现代医学影像学技术发挥着越来越重要的作用。传统的CT和MRI扫描技术已经得到了广泛应用，但在某些疾病的诊断上，其分辨率和对软组织的显示能力仍有待提高。为此，医学研究者们不断探索新的影像学技术，如CT三维重建、磁共振成像(MRI)、断层扫描(CT)、正电子发射计算机扫描(PET-CT)以及超声成像

等。这些新技术不仅提供了更准确的图像信息，还能帮助医生更好地指导手术治疗。

此外，内窥镜技术也是耳鼻喉疾病诊断的重要工具。通过内窥镜，医生可以直观地观察鼻腔、咽喉等部位的病变情况，为疾病的诊断和治疗提供有力支持。随着内窥镜技术的不断发展，其分辨率和图像质量也在不断提高，使得医生能够更准确地诊断耳鼻喉疾病。

二、治疗技术的最新进展

在耳鼻喉疾病的治疗方面，微创手术技术的应用越来越广泛。与传统手术相比，微创手术具有创伤小、恢复快、并发症少等优点。例如，在耳科领域，人工耳蜗技术和内耳植入助听器技术已经成为治疗严重耳聋的重

要手段。这些技术通过植入电子设备来恢复患者的听力功能，使患者的生活质量得到了显著提高。

在鼻科领域，鼻内窥镜技术和鼻腔3D打印技术的应用为慢性鼻窦炎等疾病的治疗提供了新的选择。鼻内窥镜技术可以通过鼻腔进入病变区域进行手术操作，减少了对患者的创伤和痛苦。而鼻腔3D打印技术则可以根据患者的鼻腔形态和病变情况定制化制作鼻腔模型，帮助医生进行手术规划和模拟操作，提高了手术的安全性和成功率。

在喉科领域，激光声带手术技术的应用为声带疾病的治疗带来了革命性的变化。激光手术具有创伤小、恢复快的特点，尤其适合

一些需要微创手术的患者。通过激光手术可以修复声带损伤、切除声带息肉等病变组织，改善患者的发音功能和生活质量。

三、个性化治疗方法的探索

除了上述技术外，个性化治疗方法也是当前耳鼻喉疾病治疗的重要方向之一。个性化治疗方法是根据患者的病情特点和个体差异制定出针对性的治疗方案。通过个性化治疗可以更好地满足患者的需求，提高治疗效果和生活质量。

总之，随着科技的进步和医学研究的深入，耳鼻喉疾病的诊断与治疗技术也在不断更新和完善。相信在未来会有更多新技术和新方法问世，为患者带来更多福音。

(作者单位：河北省定州妇幼保健院)

甲状腺疾病与内分泌的关系探究

□ 邢蕾蕾

甲状腺，这个位于我们颈部前侧、形如蝴蝶的小小器官，虽然体积不大，但在我们身体内部却发挥着举足轻重的作用。它属于内分泌系统的一部分，主要负责分泌甲状腺激素，这种激素对人体新陈代谢、生长发育、能量消耗等方面都具有重要的调节作用。本文将带您深入了解甲状腺疾病与内分泌之间的关系，以及甲状腺激素在人体中的神奇作用。

一、甲状腺与内分泌系统的关系

内分泌系统是一个复杂的网络，包括多种腺体，如垂体、甲状腺、肾上腺、性腺等。这些腺体通过分泌激素来调节身体的各种生理活动。其中，甲状腺是内分泌系统中的重要一员，它所分泌的甲状腺激素对人体健康具有至关重要的作用。

二、甲状腺激素的作用

1. 促进新陈代谢：甲状腺激素能够加速细胞内的化学反应，促进新陈代谢的进行。它能够提高身体的代谢率，使身体更加高效地消耗能量，从而保持身体的正常运转。

2. 促进生长发育：甲状腺激素对生长发育具有重要的影响。在胎儿期和儿童期，甲状腺激素能够促进骨骼、肌肉和神经系统的发育。如果甲状腺激素分泌不足，可能会导致生长发育迟缓、智力低下等问题。

3. 调节能量消耗：甲状腺激素能够调节身体的能量消耗。在寒冷的环境中，甲状腺激素能够刺激身体产生更多的热量，从而保持体温的稳定。此外，它还能够促进脂肪的分解和利用，帮助身体消耗多余的能量。

三、甲状腺疾病与内分泌系统的关系

甲状腺疾病是指由于甲状腺激素分泌异常所引起的一系列疾病。这些疾病包括甲状腺功能亢进症(甲亢)、甲状腺功能减退症(甲减)等。这些疾病的发生与内分泌系统的功能失调密切相关。

甲亢是由于甲状腺激素分泌过多所引起的疾病。患者可能会出现心悸、多汗、消瘦、失眠等症状。治疗甲亢的方法包括药物治疗、手术治疗和放射性碘治疗等。

甲减则是由于甲状腺激素分泌不足所引起的疾病。患者可能会出现乏力、怕冷、便秘、体重增加等症状。治疗甲减的方法主要是补充甲状腺激素，以恢复身体的正常代谢状态。

此外，中医针灸对甲状腺疾病的治疗有良好效果。通过刺激特定的穴位，可以调节患者的气血和脏腑功能，改善患者的症状

和体征。例如，对于甲亢突眼患者，可以选择风池、三阴交等穴位进行针灸治疗；对于甲状腺肿大患者，可以应用消瘿散结贴，研究发现，消瘿散结贴对于改善甲状腺结节和甲状腺炎引起的症状体征，以及降低恶性风险具有一定的疗效。

四、结语

甲状腺疾病与内分泌系统密切相关，甲状腺激素在人体中发挥着重要的调节作用。了解甲状腺激素的作用和甲状腺疾病的症状及治疗方法，有助于我们更好地维护身体健康。在日常生活中，我们应该保持健康的生活方式，合理饮食、适度运动、保持良好的心态等，以预防甲状腺疾病的发生。同时，如果出现相关症状，应及时就医并接受专业治疗。

(作者单位：河北省石家庄市中医院)

盆腔炎的病因与治疗方法

□ 张静

盆腔炎，作为女性常见的妇科疾病之一，其发病率在近年来呈现上升趋势。该病不仅影响女性的生活质量，还可能对生育能力造成潜在威胁。中医作为我国传统的医学瑰宝，对于盆腔炎的解读与治疗有着独到的见解和方法。本文将结合中医理论，从病因与治疗方法两个方面，为大家深入解读盆腔炎。

一、盆腔炎的中医病因分析

中医认为，盆腔炎的发病与人体的脏腑功能失调、气血不和、湿热内蕴等因素有关。具体而言，以下几个方面是导致盆腔炎的主要原因：

1. 湿热内蕴：湿热之邪侵袭人体，导致气血运行不畅，湿热下注于胞宫(即子宫)，从而引发盆腔炎。湿热内蕴的患者往往表现

为下腹部疼痛、白带增多且颜色发黄、质地黏稠等症状。

2. 脏腑功能失调：中医认为，人体的脏腑功能相互关联，一旦某个脏腑功能失调，就会影响到其他脏腑的正常运行。例如，肝气郁结、脾虚湿困等都会导致气血运行不畅，从而引发盆腔炎。

3. 气血不和：气血是维持人体正常生理功能的重要物质，一旦气血不和，就会导致机体抵抗力下降，容易受到外邪侵袭。盆腔炎患者往往表现为气血虚弱、面色苍白、神疲乏力等症状。

二、盆腔炎的中医治疗方法

针对盆腔炎的病因，中医采用辨证施治的方法，通过调理脏腑功能、清热利湿、活血化瘀等手段，达到治疗盆腔炎的目的。具体

治疗方法如下：

1. 清热利湿法：对于湿热内蕴型盆腔炎患者，中医采用清热利湿法进行治疗。常用药物包括金银花、连翘、黄柏等，这些药物具有清热解毒、利湿通淋的作用，能够有效缓解盆腔炎患者的症状。

2. 活血化瘀法：对于气血不和型盆腔炎患者，中医采用活血化瘀法进行治疗。常用药物包括当归、赤芍、桃仁等，这些药物具有活血化瘀、通经止痛的作用，能够改善盆腔血液循环，缓解盆腔炎患者的疼痛症状。

3. 调理脏腑功能法：针对脏腑功能失调型盆腔炎患者，中医采用调理脏腑功能法进行治疗。根据患者的具体情况，选用相应的中药方剂进行调理，如疏肝解郁、健脾利湿

等方剂，以恢复脏腑功能的正常运行。

除了药物治疗外，中医还强调盆腔炎患者的饮食调理和生活方式调整。建议患者保持清淡饮食，避免辛辣刺激性食物；保持良好的作息习惯，避免熬夜和过度劳累；适当进行体育锻炼，增强体质和抵抗力。

总之，中医对于盆腔炎的解读与治疗具有独特的优势。通过辨证施治的方法，结合药物治疗、饮食调理和生活方式调整等多方面的措施，可以有效缓解盆腔炎患者的症状，提高治疗效果。同时，中医也强调预防盆腔炎的重要性，建议女性朋友注意个人卫生、避免不洁性行为等预防措施，以减少盆腔炎的发生。

(作者单位：河北省雄安新区容西片区贤溪社区卫生服务中心)