

中药在预防和治理季节性疾病中的作用

□刘蒙蒙

季节的更替常常伴随着各种疾病的发生,给人们的健康带来挑战。然而,中药在预防和治理季节性疾病方面发挥着独特而重要的作用。

1. 季节性疾病概述

季节性疾病是指那些在特定季节中更容易发生或加重的疾病。例如,春季容易出现过敏反应,最常见的是花粉过敏导致的过敏性鼻炎、过敏性结膜炎等;夏季高温潮湿,容易引发中暑、胃肠道疾病;秋季气候干燥,呼吸道疾病多发;冬季寒冷,流感、心脑血管疾病的发病率往往会升高。

2. 中药在预防季节性疾病中的应用

2.1 春季

春季是万物复苏的季节,但也是过敏原活跃的时期。中药中的防风、蝉蜕、乌梅等具有祛风止痒、抗过敏的作用,可以帮助我们预防和减轻过敏性疾病的症状。此外,春季肝气升发,容易出现情绪波动,用玫瑰花、佛手等疏肝理气的中药泡茶饮用,有助于调节情志,保持心情舒畅,预防因情绪问题引发的疾病。

2.2 夏季

夏季炎热潮湿,暑湿之气容易侵袭人体。藿香、佩兰等中药具有化湿解暑的功效,可制成香囊佩戴或泡茶饮用,预防中暑和暑湿感冒。绿豆、荷叶等能清热利湿,是夏季常见的食疗佳品。同时,夏季出汗多,容易耗气伤阴,用西洋参、麦冬等益气养阴的中药泡水喝,可以补充体力,增强体质。

2.3 秋季

秋季气候干燥,燥邪易伤肺津。百合、沙参、麦冬等中药具有润肺止咳、滋阴润燥的作用,可用于预防和治理秋季的呼吸道干燥、咳嗽等症状。梨、银耳等食物搭配中药煲汤,也是秋季润燥的好方法。

2.4 冬季

冬季寒冷,寒邪易伤阳气。此时,使用一些温阳补肾的中药,如肉桂、附子、杜仲等,可以增强人体的阳气,提高抗寒能力,预防冬季的虚寒性疾病。同时,冬季是进补的好时节,适当服用一些滋补的中药膏方,如阿胶膏、十全大补膏等,有助于补充营养、增强体质。

3. 中药在治疗季节性疾病方面的优势

3.1 流感

以流感为例,中药治疗不仅能够缓解发热、咳嗽、乏力等症状,还能通过整体调理增强人体的免疫力,促进康复。例如,银翘散、桑菊饮等方剂对风热型流感有很好的疗效;麻黄汤、桂枝汤则适用于风寒型流感。

3.2 心脑血管疾病

对于冬季常见的心脑血管疾病,使用具有活血化瘀、通经活络作用的中药可以改善血液循环,降低血液黏稠度,预防血栓形成。丹参、红花、川芎等中药是常用的活血化瘀药物,在临床治疗中发挥着重要作用。

3.3 皮肤病

中药在治疗季节性皮肤病方面也有独特的优势。如秋季的湿疹,可用清热利湿、祛风止痒的中药内服外洗,减轻症状,促进康复。

4. 使用中药的注意事项

需要注意的是,使用中药预防和治疗季节性疾病时,应遵循中医的辨证论治原则。每个人的体质和病情各不相同,用药应因人而异。同时,要选择正规的医疗机构和有资质的中医医生进行诊断,确保用药安全性和有效性。

另外,中药的剂型多样,除了传统的汤剂,还有丸剂、散剂、膏剂、胶囊等,可以根据个人的需求和方便程度进行选择。例如,对于需要长期调理的慢性病患者,丸剂或膏剂更为方便;而对于急性病患者,汤剂更容易吸收,起效更快。

除了内服中药,中医的外治法在预防和治理季节性疾病中也有应用。艾灸、拔罐、推拿按摩等方法可以疏通经络、调和气血,增强身体的抵抗力。在季节变换时,适当进行这些外治法,有助于预防疾病的发生。

5. 结语

总之,中药在预防和治理季节性疾病方面具有丰富的经验和独特的优势。通过合理使用中药,结合良好的生活习惯和饮食调理,我们能够更好地适应季节变化,保持身体健康。在推广中药的同时,我们也要加强对中药知识的普及和宣传,让更多的人了解中药的作用原理、适用范围和使用方法,避免因盲目用药而造成的不良后果。同时,应进一步加强对中药的质量监管,确保中药的品质和安全性。随着中医药研究的不断深入和发展,相信中药在预防和治理季节性疾病方面将发挥更大的作用,为增进人类健康福祉作出更大贡献。(作者单位:河北省保定市博野县医院)

隐睾的治疗方法和注意事项

□岑君

隐睾,这一看似隐形的健康问题,实则关乎着男孩的未来生育能力和生活质量。作为一种常见的男性儿童泌尿生殖系统先天性疾病,隐睾的及时发现与有效治疗显得尤为重要。本文将从隐睾的定义、病因、诊断、治疗方法及注意事项等方面,全面揭秘隐睾的治疗过程,旨在守护每一个男孩的健康成长。

1. 隐睾的定义

隐睾(cryptorchidism)是指单侧或双侧睾丸没有下降到阴囊中的情况,通常是无痛的。这种情况在新生儿中尤为常见,尤其是在早产儿中,其发病率可达30%左右。然而,大多数隐睾在儿童一岁以前会自然降至正常位置,若持续存在,则需采取治疗措施以避免后续健康问题。

2. 隐睾的病因

隐睾的病因尚不完全清楚,但可能与以下因素有关:遗传因素,家族中有隐睾病史的儿童发生隐睾的风险较高。孕期因素。母亲在怀孕期间服用某些药物、患有糖尿病或接触环境毒素(如吸烟、饮酒)等,可能影响儿童生殖器的发育,增加隐睾风险。早产儿,早产儿因睾丸降落时间不足,隐睾发生率较足月婴儿高。荷尔蒙缺乏,胎儿生长过程中荷尔蒙分泌不足可能导致睾丸下降异常。

3. 隐睾的诊断

隐睾的诊断通常通过以下方式进行:体格检查,医生会通过触摸检查儿童的阴囊,确定睾丸是否在阴囊内。医学影像,如有必要,使用超声波或其他影像技术来确定睾丸的确切位置。激素水平测试,检查患儿的激素水

平,以辅助诊断。

4. 隐睾的治疗方法

隐睾的治疗方法主要包括激素治疗和手术治疗,以手术治疗为主。

4.1 激素治疗

人绒毛膜促性腺激素(HCG):主要成分是黄体生成素,可以刺激间质细胞分泌睾酮,促使部分患儿的睾丸下降。

黄体生成素释放激素(GnRH):刺激垂体释放卵泡刺激素和黄体生成素,促进睾丸下降。

激素治疗适用于部分低位隐睾患儿,且治疗效果因人而异。一般建议在1岁后至2岁前进行激素治疗,若效果不佳,则需考虑手术治疗。

4.2 手术治疗

睾丸下降固定术:包括标准睾丸下降固定术、分期睾丸下降固定术、长输精管睾丸下降固定术等。此类手术可将睾丸牵拉至阴囊内并固定,以促进睾丸正常发育。

睾丸自体移植术:适用于睾丸固定术治疗效果不佳的隐睾患者。

睾丸切除并假体移植术:适用于睾丸发育不良、可疑恶变者。此手术在切除睾丸后,为了恢复阴囊外观并减少患儿的心理负担,可进行假体移植。

手术治疗的最佳时机为半岁后至1岁半,最迟不超过2岁。随着医疗技术的发展,腹腔镜下睾丸下降固定术已成为常用的微创手术方式,具有创伤小、恢复快、疗效佳等优点。

5. 隐睾治疗的注意事项

早期发现与治疗:隐睾应尽

早发现并治疗,以避免影响患儿未来的生育能力和生活质量。

选择正规医院:家长应带患儿到正规医院进行全面检查,并根据病情选择合适的治疗方法。

术后护理:术后需密切关注患儿的伤口情况,保持伤口清洁干燥,防止感染。同时,避免剧烈运动和重体力劳动,以免影响伤口愈合。

定期复查:术后需定期复查,以评估睾丸发育情况并监测是否有恶变趋势。

心理支持:在治疗过程中,家长应给予患儿足够的心理支持,帮助患儿正确面对疾病及手术带来的痛苦。

6. 隐睾的潜在危害

若隐睾未得到及时治疗,可能带来以下后果:不育,睾丸在体温较高的环境中会影响精子的数量和质量,增加不育或生育能力降低的风险。睾丸扭转,异常位置的睾丸容易发生扭转,导致急性疼痛和血液供应不足。睾丸癌,隐睾是睾丸癌的风险因素之一,隐睾患者患睾丸癌的风险较正常人群要高。

7. 结语

隐睾虽然是一种看似隐形的健康问题,但其潜在危害不容忽视。通过了解隐睾的定义、病因,利用人绒毛膜促性腺激素、黄体生成素释放激素等激素治疗方式,以及睾丸下降固定术、睾丸自体移植术、睾丸切除并假体移植术等手术治疗方式帮助患儿,减轻患儿的痛苦。通过及时的诊断与有效的治疗,我们可以为男孩插上隐形的翅膀,守护他们的未来生育能力和生活质量。家长和社会应共同关注隐睾问题,为孩子们营造一个健康、快乐的成长环境。

(作者单位:广西玉林市第一人民医院)

普及预防接种知识,保障全家健康

□梁燕

预防接种是一种有效的公共卫生措施,旨在预防和控制传染病的传播。通过注射疫苗,人体能够建立起对特定疾病的免疫力,从而降低感染的风险。预防接种不仅可以保护个人健康,更能为全家乃至整个社区的健康提供保障。本文将详细介绍预防接种的基本知识、常见疫苗种类及其作用,并探讨预防接种对家庭和社区健康的意义。

1. 预防接种的基本知识

1.1 预防接种的定义

预防接种是指通过将特定疫苗引入人体,以激发免疫系统产生针对特定病原体的免疫反应的方法。疫苗可以有多种形式,包括减毒活疫苗、灭活疫苗、亚单位疫苗和核酸疫苗。减毒活疫苗使用的是经过减毒处理的活病原体,灭活疫苗则是用灭活的病原体制成。亚单位疫苗包含病原体的特定部分,核酸疫苗则使用病原体的遗传物质。

1.2 预防接种的原理

疫苗中的抗原物质能够模拟病原体的部分结构,激发人体免疫系统识别和攻击这些模拟病原体。接种后,免疫系统会记住这些抗原,并在未来遇到真正的病原体时,迅速产生抗体并进行攻击。这种记忆免疫反应使身体能够快速应对和消灭入侵的病原体,从而预防疾病的发生。通过这种方式,预防接种能有效防止疾病的发生和传播,提供长期的免疫保护。疫苗接种还可以减少疾病的

严重性和并发症,即使接种者暴露于病原体,也能避免严重的健康问题和死亡。

2. 常见的疫苗种类及其作用

2.1 儿童常规疫苗

儿童常规疫苗包括麻疹疫苗、流行性腮腺炎疫苗、麻疹腮腺炎风疹(MMR)疫苗、百白破混合疫苗、脊髓灰质炎灭活疫苗(IPV)等。这些疫苗能够预防严重的传染病,保护儿童健康。MMR疫苗可以防止麻疹、流行性腮腺炎和风疹三种疾病,百白破混合疫苗针对百日咳、白喉和破伤风,IPV疫苗则用于预防脊髓灰质炎。通过接种这些疫苗,儿童能够大幅降低感染这些疾病的风险,减少并发症,避免严重后果。

2.2 成人疫苗

成人同样需要接种一些特定疫苗,如流感疫苗、肺炎疫苗、乙肝疫苗等。流感疫苗每年接种一次,可以减少流感感染及其并发症。肺炎疫苗有助于预防由肺炎球菌引起的肺炎、脑膜炎和败血症。乙肝疫苗则能预防乙型肝炎病毒感染,降低肝硬化和肝癌的风险。特别是对于免疫力较弱的老年人和慢性病患者,这些疫苗尤为重要,能够有效降低患病概率,减少疾病负担。

3. 预防接种对家庭和社区健康的意义

3.1 降低疾病传播风险

通过接种疫苗,个体能够获得对特定疾病的免疫力,从而减少感染和传播的风险。疫苗能够使人体

快速识别和攻击病原体,防止疾病发作。特别是在家庭中,儿童、老人和免疫力较弱的成员更需要保护,因为他们更容易受到传染病的侵袭。预防接种不仅保护接种者本人,还能通过减少病原体的传播,间接保护家庭和社区的其他成员。

3.2 减轻家庭经济负担

预防接种可以显著降低疾病发生的概率,减少因疾病引发的并发症和长期健康问题,从而降低因治疗疾病所产生的医疗费用和误工损失,减轻家庭的经济负担。接种疫苗比治疗疾病的成本低得多,能够避免住院、药物和长期护理的高昂费用,健康的家庭成员不需要请假照顾患者或因疾病缺勤,能够维持正常的收入和生活质量。

4. 结语

预防接种是一项重要的公共卫生措施,不仅能够有效预防和控制传染病的传播,还能保障家庭和社区的健康安全。通过普及预防接种知识,增强人们的疫苗接种意识,可以进一步提高疫苗接种率,形成坚固的免疫屏障,保护每一个人的健康。预防接种不仅是保护个体的健康选择,而且是家庭和社区的整体健康提供保障的重要手段。我们每个人都应该积极参与预防接种,确保自己和家人能够获得最佳的健康保护。通过共同努力,推动预防接种工作的广泛开展,我们可以为建设一个更加健康、安全的社会贡献力量。

(作者单位:广西罗城仫佬族自治县疾病预防控制中心)