

甲亢患者的药物治疗及护理措施

□ 王玉帆

甲状腺功能亢进病是一种临床疾病，其显著特征是甲状腺激素水平的增加，这种增加可能是由甲状腺本身或甲状腺以外的其他多种因素触发的。其中包括一些内分泌系统本身所固有的激素，如甲状腺素、促肾上腺皮质激素等。当这些激素被引入到血液循环中，它们可能会对身体的多个组织和器官造成不良影响，从而增强神经系统、循环系统和消化系统的兴奋性，并导致代谢过程变得异常活跃。

一、甲亢患者可以服用哪些药物？

在我国，甲亢疾病的发病率较高，且该比例随着公众生活水平的逐渐提高会持续上升。病患大部分是女性病患，相对地，男性病患的情况则显得较为稀有。在医学的实际应用中，患者可能会遭受多重系统伤害，其主要症状表现为与精神和神经有关的不适，以及内分泌系统的变异。这些改变也可能与心跳增加、睡眠障碍、做梦频繁等神经性症状有关，或者可能与植物神经系统的功能失调有关。碘¹³¹治疗计划是专为药物治疗未能奏效或手术后的患者所设计。甲状腺过度活跃是一种普遍存在的内分泌疾患，可能会对人体的各种器官和系统产生不小的效应。对于甲亢患者，应用抗甲状腺素治疗药物有不容

忽视的效果。针对治疗甲状腺功能过多的患者而言，存在一种名为甲硫咪唑(MMI)的药物，此外，丙基硫氧嘧啶也可以当作甲亢药物使用。

二、甲亢患者日常护理方式

甲亢患者需要调整日常生活习惯、维持规律生活作息、确保健康的食品习惯、避免抽烟和喝酒，并努力避免不良的心理刺激。针对各类甲状腺功能亢进的病患，采取有针对性的护理措施能够明显提升疗效，有助于他们更快速地走向健康，同时增加疾病预期治疗的成果。在饮食习惯上，甲亢病患的基本代谢活动已经增长，为了维护身体的营养平衡，建议大家确保自己摄入充足的能量，例如选择高蛋白的食物、增加水分摄取，以及适时地添加维生素。在常规的饮食习惯中，建议减少摄入碘的摄取，同时也应注意限制辛辣食品和其他刺激性食品的摄入。在实施治疗时，必须严格注意饮食，尤其是高热量和富含碘的食品。对于甲状腺功能过盛的病患，他们在处理自己的情绪时应更加谨慎，尽量不让自己的情绪受到任何争端、愤怒或者情绪起伏的困扰。此外，病人的亲属或亲友同样需要给予他们理解和帮助，从而减少可能对病人带来的

心理压力。

三、关于妊娠和哺乳期女性

对于那些患有甲状腺功能亢进的女性，怀孕并不是一个合适的选择，而正处于哺乳阶段的女性应当考虑暂时中止哺乳。妊娠期间，妇女体内激素水平发生变化，导致甲状腺功能下降，从而产生一系列生理变化。在怀孕期间，甲状腺功能的下降可能导致孕妇出现如早产、新生儿体重偏低、产后乳汁不足等特定症状，这些都可能对新生儿的智力和成长发展产生负面效果。此外，妊娠时体内激素水平升高，还会引发其他疾病，比如高血压、糖尿病等。鉴于女性在怀孕过程中，雌激素的产生和甲状腺素的合成都会明显上升，这导致了母体和胎儿都进入了消耗模式。妊娠合并甲亢会降低产妇产体内激素的含量，容易诱发各种并发症。

特别需要注意的是，如果在怀孕期间使用治疗甲亢的药物，这可能会妨碍胎儿的正常成长，并可能导致先天性智力减退。因此，除非甲亢的症状得到有效控制，否则不推荐怀孕。如果在怀孕中期之后被诊断为甲状腺功能亢进，除了需要进行谨慎的治疗外，产后哺乳是不建议的。妊娠期间甲状腺激素缺乏会使胎儿出现发育迟缓、生长受限等情况。由

于新生儿在这个阶段体内甲状腺素的合成和分泌显著减少，这极易引发严重的钙缺乏，从而导致佝偻病等多种疾病的发生。此外，妊娠期间服用一些激素类药物也会使胎儿受到影响，甚至出现畸形儿或先天性发育不全等情况。药物有可能通过母乳传给婴儿，这可能会导致甲状腺功能降低，进而对婴儿的成长和发展产生负面影响。

结语

受到人们饮食习惯的改变、工作的增加压力、生活节奏的提升等多种原因的作用(再加上医疗健康检验数量的增长)，甲亢的患病率正在稳步上升。在从新生儿到老年人的不同年龄范围，甲状腺功能过度增强可能会出现。在甲状腺功能亢进的患者群体中，如果甲亢的确诊和治疗没有迅速实施，患者在生活和工作中将遭遇重大难题。严重的病人可能会面临一些其他并发症，包括甲亢型心脏病和糖尿病等，他们还可能发展到肝部问题、肌组织问题(例如四肢无法活动或失去移动能力)，或者面临严峻的血液生成障碍。长时间未能获得改善或遭受重度甲亢病症的患者，可能会面对心力衰竭、肝功能逐渐衰退、甲状腺疾病的突发等危险，这些情况都有可能影响到他们的生存。

(作者单位:广西河池市天峨县人民医院)

抑郁症的分类与护理方法

□ 刘玉环

抑郁症最明显的标志就是持续的情感低落、丧失快乐或对各类活动的热忱减退。抑郁症在情感的起伏和对日常生活的认知上与正常情况存在差异。抑郁情绪几乎每天都会突然爆发，并在一天中的大部分时间里持续。此外，多数抑郁症患者可能会面临睡眠障碍和食欲不稳定的问题。

一、抑郁症在精神科常见吗？

抑郁是一种情感的消极或是对生活的兴趣减退，当这种情绪的强度上升到足够大的程度，可能对身体功能产生负面影响，进而变成一种慢性疾病。“抑郁”这个词语常常用以形容因各种悲惨遭遇(比如自然灾害、重大健康问题或家庭成员的去世)引发的深重的心痛或失望。在某些特殊的时刻，比如节假日(或者称之为假日忧郁症)或者家人的祭祀日，有人可能会声称他们正处于抑郁的阶段。但是，这种情绪大多数情况下不能直接被解释为某种疾病。在绝大部分场合下，我们都能够感受到短暂的情绪，但这些情绪只会延续几天，而不是几周或几个月。根据相关研究数据表明，在初级医疗机构接受医疗服务的人群里，大概有30%的个体出现了抑郁症状，然而只有不超过10%的人接受了医疗干预。在临床数据上，抑郁症的发作一般出现在15-17岁、

20多岁或是30多岁的年龄段，但实际上，抑郁的症状或在大多数年龄都会出现，甚至包括童年。若对抑郁症患者不进行干预，这个时间可能会延续大概6个月、2年或甚至更长时间。且再次复发的风险极高，可能会多次复发。

二、抑郁症的分类

(一)产后抑郁症

在婴儿诞生之后，孕妇往往会体验到意外的悲痛或是无缘无故的泪流满面。这类令人泪目的情感在生完孩子之后极为常见，这大多是由于分娩前后的荷尔蒙水平剧烈改变引起的，但这种情绪通常在出生之后的一到两周内会得到一定程度的缓解。大约有七分之一的产妇在分娩后会有相对较重的情感问题，如果连续数周或更长的时间处于悲伤、焦虑和忧患的状态，这很可能预示着已经得了产后抑郁症。

新生儿母亲中，产后抑郁症是比较普遍的，但在某些情境下，孩子的父亲也可能遭遇这种情绪的困扰(参考“男性抑郁”)，常见的症状是：孩子出生的几周内，绝大部分时间都沉浸在情绪的低谷中，不会与家里的成员和亲友互动，并保持一定的距离。

(二)精神性抑郁症

伴随着类似精神疾病的症状出现的严重

抑郁症状，被明确界定为精神性抑郁症。除了上述的抑郁表现之外，病人还有可能出现诸如思想模糊、行为失常、幻听等多种症状。在那些受到严重抑郁障碍困扰的个体中，大概有20%最终将会发展成精神障碍抑郁症。在早期，精神性抑郁症常常呈现出一种与真实世界失去紧密联系的感觉，这种感觉可能与逻辑性的信仰有关，如被伤害被害妄想等。除此之外，该病症还包括社交回避、思考无序、情绪不协调和行为表现的下降等多个表现。

三、抑郁症的护理

(一)心理护理

鉴于抑郁症患者往往展现出的自信缺乏、悲观甚至绝望的情绪，其家庭成员应该与这些患者加强沟通，随时掌握他们的心理状况，并给予所需的支持与激励，帮助他们建立自信和信心。患者应该受到家属的持续关注，以避免抑郁症患者出现自杀或自我伤害等恶性行动。家庭成员负有推动患者进行药物治疗的职责，尤其是那些已经有所好转并处于恢复阶段的患者。绝对不能在病症开始恢复到一定程度时就立即停用药物，因为这种做法会提高病情再次恶化的可能性。在做出是否终止使用药物的决定之前，务必咨询专业医生。此外，

确保患者有良好的饮食习惯，保证患者有充裕的休息时间，也是十分重要的。对那些疾病不是很严重的人来说，应当积极推动他们多参与身体活动，可以在他们所能承受的范围内的工作或参加一些轻松愉快的活动，比如聆听音乐、下棋、舞蹈、养鸟和饲养鱼等活动。

(二)建立医患联盟

除了家庭成员对抑郁症病患需要表示出持续的关心和关注以外，医疗人员与患者建立治疗沟通桥梁，对患者的康复治疗也具有积极的推动作用。这不仅有助于病人及其家庭成员进一步深化对抑郁症知识的理解，加强医患关系，而且还有助于增强患者对于治疗的遵从性，从而提升长远的治疗效果。

结语

许多受到抑郁困扰的人或许会思考采用非药物治疗的方法进行疗愈，如咖啡、烟草、酒等，这些物质对他们的心理症状有所缓解。但这些物质并非是无害的，且具有一定的上瘾性质，若是患者心性不坚定，那么就会养成不良的生活习惯，因此，患者最好不要私自使用任何认为能缓解自身心理消极情绪的药物，应到医院进行积极的诊疗，只有这样，才能获得长远的康复。

(作者单位:广西壮族自治区脑科医院)

细菌性毛囊炎、疖、痈的中医治疗方法

□ 王风云

细菌性毛囊炎、疖、痈是常见的皮肤感染性疾病，主要由细菌感染引起。中医认为，此类疾病的发生与人体正气不足、湿热内盛、皮肤不洁等因素有关。中医治疗此类疾病，可以从整体观念出发，通过调理人体内部环境，达到标本兼治的效果。

一、病因

中医认为，细菌性毛囊炎、疖、痈的病因主要有以下几个方面：

1. 湿热内盛：饮食不节、过食辛辣、油腻食物，导致脾胃运化失常，湿浊内生，郁而化热，湿热之邪蕴结于肌肤，引起感染。
2. 皮肤不洁：不注意皮肤清洁卫生，导致细菌滋生，引起感染。
3. 正气不足：久病体虚、劳累过度等因素导致机体抵抗力下降，易受细菌感染。

二、中医治疗

中医治疗细菌性毛囊炎、疖、痈的方法包括中药内服、中药外敷、针灸等。

1. 中药内服：根据患者的具体症状和体质，选用不同的中药进行治疗。常用的中药有清热解毒、活血化瘀、健脾利湿等。同时，针对不同的病因，可选用不同的中药方剂。

2. 中药外敷：可选用清热解毒、消肿散结的中药煎水外敷，如金银花、连翘、大黄、黄柏等。对于疖等较大脓肿，可采用外科手术切开引流后配合中药外敷，以达到消肿止痛、散结排脓的效果。

3. 针灸治疗：根据患者的具体症状和体质，选用不同的穴位进行针灸治疗。常用的穴位有合谷、曲池、足三里等。通过刺激穴位，可

以调节人体气血运行，达到扶正祛邪、消肿散结的效果。

4. 火针治疗：火针是中医传统的外治法之一，通过烧红的针头快速刺入患处，具有开门驱邪、通络止痛、散结消肿的功效。对于毛囊炎、疖、痈等皮肤疾病有很好的疗效。

此外还可以配合红光照射，红光具有消炎、镇痛、促进血液循环、加速组织修复的作用。可以通过红光治疗仪对患处进行照射，通常每天一次，每次照射时间约为20-30分钟。

三、注意事项

在治疗过程中，需要注意以下几点：

1. 保持皮肤清洁卫生，避免搔抓皮肤，以免引起感染扩散。
2. 避免过度劳累和精神紧张，保证充足

的睡眠时间，增强机体抵抗力。

3. 根据天气变化适时增减衣物，避免出汗过多导致皮肤潮湿，增加感染风险。

4. 饮食宜清淡，多吃具有清热解毒、利湿排脓的食物，如绿豆、冬瓜等。避免食用辛辣、油腻食物，以免加重湿热内盛的情况。

5. 坚持遵医嘱服药，不要随意增减药物剂量，以免影响治疗效果。

6. 如病情反复或加重，应及时就医，接受进一步的治疗。

总之，中医治疗细菌性毛囊炎、疖、痈具有独特的优势，通过辨证施治，可以标本兼治，提高患者生活质量。在治疗过程中，需要注意饮食调理和皮肤清洁卫生，遵医嘱，积极配合治疗，以达到最佳治疗效果。

(作者单位:四川省成都市温江区中医医院)