

肠道疾病从便秘到肠炎的全方位探索

□ 黄旭达

肠道疾病是指影响消化系统中肠道部分的各种病症。这些疾病涉及小肠、结肠、直肠等部位,常常影响食物的消化和营养的吸收。常见的肠道疾病如便秘是指排便频率减少,大便干燥、排便困难,或感觉排便不完全。它可以是短期的,也可以是慢性的。肠炎是指肠道发生的炎症,常见类型包括感染性肠炎和非感染性肠炎等。对从便秘到肠炎等肠道疾病的深度认知你知道吗?

一、如何对便秘进行诊断和治疗

便秘是指排便频率减少(通常少于每周三次)、排便困难或大便干燥、坚硬的状态。患者可能会感到腹部不适或疼痛,且常伴有排便不尽的感觉。

便秘的病因多种多样,主要包括:在饮食因素方面,缺乏水果、蔬菜和全谷物等富含纤维的食物;水分摄入不足。在运动方面,久坐不动可能导致肠道蠕动减缓。在生活习惯方面,情绪波动和生活节奏不规律会影响排便。在药物方面,某些药物(如止痛药、抗抑郁药、铁剂、抗酸药等)会引起便秘。在疾病因素方面,与消化系统疾病,即肠梗阻、肠易激综合征相关;与内分泌疾病,如甲状腺功能减退、糖尿病相关;与神经系统疾病,如帕金森

病、多发性硬化等相关。

便秘的治疗:饮食调整,即增加膳食纤维;每日摄入足够的水果、蔬菜和全谷物;确保每天饮用足够的水(一般建议8杯水)。在生活方式上,定期进行有氧运动,如快走、游泳等。每天固定时间上厕所,促进肠道习惯。药物治疗:如膨胀性泻药(如亚麻籽、车前草),刺激性泻药(如沙司可啶)等,根据需要选择。一些非处方药物可帮助缓解便秘,但应在医生指导下使用。

二、如何对肠炎进行诊断和治疗

肠炎是指肠道(主要是小肠和大肠)的炎症,通常表现为腹痛、腹泻、便血、发热和恶心、呕吐等症状。根据炎症持续时间的长短,肠炎可分为急性肠炎和慢性肠炎。

肠炎的病因多种多样,主要包括:感染性肠炎,包括细菌感染:如沙门氏菌、大肠杆菌、弯曲菌等;病毒感染,如诺如病毒、轮状病毒。寄生虫感染,如贾第虫、阿米巴等。非感染性肠炎:包括自身免疫性疾病如克罗恩病、溃疡性结肠炎等。药物引起,某些药物(如抗生素、非甾体抗炎药)可能导致肠道炎症。食物过敏或不耐受,如乳糖不耐受、麸质过敏等。在环境及生活方式方面:饮食因素,食用不洁食

物、辛辣刺激性食物等。心理压力可能加重肠道炎症。缺血:由于血流不足导致肠道组织缺氧,进而引发炎症。

肠炎的治疗:支持治疗,即补充因腹泻而失去的水分和电解质,特别是严重脱水时。给予患者足够的休息时间。药物治疗,针对细菌感染的情况,医生可能会开具抗生素。在特定病毒感染的情况下,可能需要使用抗病毒药物。类固醇(通常用于自身免疫性肠炎),以减轻炎症。不推荐在感染性腹泻时使用,但在非感染性肠炎中可以使用。饮食方面:在病情急性期,建议清淡、易消化的食物,避免油腻、辛辣食物。症状缓解后,逐渐恢复正常饮食。

三、其它肠道疾病

如肠易激综合症,肠易激综合症是一种常见的功能性肠道疾病,主要表现为腹痛、腹胀、排便习惯改变(如腹泻或便秘),但没有明显的器质性病变。病因包括心理因素,即压力、焦虑及抑郁可能诱发或加重症状。肠道菌群失衡,即肠道微生物的变化可能影响肠道功能。饮食因素,即特定食物可能引发病状。肠道运动功能异常,即肠道的蠕动功能紊乱。在症状方面,包括腹痛及不适,通常与排便相关;腹胀和气体增多;排便习惯的改变,包括

腹泻、便秘或两者交替;在治疗方面:可使用抗痉挛药、止泻药或轻泻药,根据症状情况。运用认知行为疗法、放松训练等可帮助缓解症状。

克罗恩病:克罗恩病是一种慢性炎症性肠病,可影响消化道的任何部分,但常见于小肠和大肠,病变可穿透肠壁。在病因方面:家族史可能增加风险。异常的免疫系统反应导致对肠道菌群的攻击。吸烟、饮食习惯、微生物组成等可能影响发病。在症状方面,包括腹痛和腹泻,有时伴随便血;体重下降和食欲减退;发热和疲劳;可能出现肠道外症状,如关节炎、皮肤病和眼部炎症。在治疗方面,包括抗炎药(如氨基水杨酸类)、类固醇、免疫抑制剂和生物制剂。根据患者的具体情况,可能需要补充营养。对于严重病例,可能需要手术切除病变部位。

肠道健康对整体健康至关重要,肠道疾病种类繁多,从便秘到肠炎、肠易激综合症、克罗恩病等,了解这些疾病的特征及管理策略,有助于患者更好地应对症状,改善生活质量,同时,早期诊断和个性化治疗对于控制病情至关重要。

(作者单位:广西贵港市第二人民医院)

医学检验揭秘微生物的秘密武器

□ 吴秋莲

在医学检验领域,微生物是我们面对的无形但强大的对手。它们的存在不仅仅是疾病的根源,更是科学家们不断探索的对象。通过医学检验,我们得以窥探这些微小生物的秘密武器——那些让它们在宿主体内存活、繁殖并引发疾病的独特机制。这些微生物的生存策略多种多样,有的通过伪装躲避免疫系统,有的则通过释放毒素攻击宿主细胞。本文将带你揭开这些微生物的神秘面纱,深入了解它们在人体内的作战策略。

一、微生物的生存伪装术

1、细胞壁和荚膜的保护作用:微生物的细胞壁和荚膜是它们防御宿主免疫系统的第一道屏障。细胞壁的坚固结构使其能够抵御外界的物理损伤和化学物质的攻击,而荚膜则是一层黏滑的物质,能够帮助微生物躲避宿主的免疫识别。细胞壁不仅为微生物提供了物理保护,还能够通过改变其结构来适应不同的环境压力。例如,革兰氏阳性菌的厚细胞壁能抵御抗生素的攻击,而革兰氏阴性菌的双层细胞膜结构则能阻挡外界有害物质。此外,某些微生物还可以通过产生荚膜来躲避宿主的吞噬作用,避免被免疫细

胞识别和摧毁。

2、抗原变异——隐形斗篷:抗原变异是微生物在宿主体内躲避免疫系统的关键策略之一。通过不断改变其表面抗原的结构,微生物能够逃避宿主免疫系统的追捕,从而在体内长时间存活并繁殖。这种"隐形斗篷"效应最典型的例子是疟原虫。疟原虫通过在其生命周期中不断改变表面蛋白的表达,成功躲避宿主的免疫攻击,使得宿主很难建立起有效的免疫记忆。这也是疟疾难以根治的原因之一。同样,流感病毒也会通过抗原漂移和抗原转换来逃避免疫系统,使其能够不断引发新的流行。

二、微生物的进攻武器

1、毒素的分泌——细胞杀手:许多病原微生物通过分泌毒素来破坏宿主的细胞结构和功能,从而导致疾病的发生。毒素分为外毒素和内毒素两类,它们是微生物的致病过程中的关键因素。外毒素通常由活的微生物分泌到宿主细胞外部,如破伤风杆菌分泌的破伤风毒素,它能够阻断神经信号传递,导致肌肉痉挛。内毒素则是革兰氏阴性菌细胞壁中的脂多糖,细胞死亡时释放出来,会

引发宿主剧烈免疫反应,导致炎症和休克。

2、生物膜的形成——坚不可摧的堡垒:生物膜是微生物在宿主体内形成的一种复杂结构,它们通过分泌多糖、蛋白质等物质,将自身包裹在一个保护性屏障内,避免被宿主免疫系统或抗生素消灭。生物膜不仅提高了微生物的生存能力,还能帮助它们在不利的环境中长期存活。例如,在医疗设备表面形成的生物膜往往难以被常规的清洁和消毒措施去除,容易引发持续性的感染。这种"坚不可摧的堡垒"使得生物膜相关感染成为医学界的一大难题。

三、微生物的资源争夺战

1、铁的争夺——微生物的生存必需品:铁是微生物生长繁殖的重要元素,然而在宿主体内,铁通常与蛋白质结合在一起,难以被微生物直接利用。为了获取足够的铁,微生物发展出了一系列复杂的夺铁机制。许多病原微生物能够分泌特殊的分子,称为铁载体,这些分子可以从宿主的蛋白质中夺取铁,并将其输送回微生物体内。例如,大肠杆菌就通过分泌铁载体来从宿主细胞中夺取铁元素,从而促进其在体内的生长繁殖。这

种资源争夺战不仅确保了微生物的生存,也在很大程度上加剧了疾病的严重程度。

2、代谢调控——环境适应与竞争:微生物在宿主体内需要面对各种环境压力,例如氧气浓度、pH值、营养物质的供应等。为了应对这些挑战,微生物会通过调控自身的代谢途径,适应不同的生存环境。举例来说,结核杆菌能够在低氧环境下通过改变代谢途径来继续存活并保持致病性。这种灵活的代谢调控机制使得微生物能够在多变的宿主环境中占据竞争优势,从而在与其它微生物的竞争中脱颖而出。

总之,微生物作为自然界中最古老的生命形式之一,凭借其复杂的生存机制和强大的进攻手段,在人类历史上扮演了重要的角色。医学检验为我们揭开了这些微生物的秘密武器,使我们更深入地理解它们的生存策略和致病机制。这些发现不仅加深了我们对疾病的认识,也为新药物和治疗方法的开发提供了重要的科学依据。在未来,随着科技的进步,我们有望在这场与微生物的斗争中占据更加有利的地位。

(作者单位:广西壮族自治区人民医院)

骨折的不同类型和症状

□ 何少康

在日常生活中,很多情况下都可能会导致身体出现骨折,比如受到外力撞击后出现骨折,或者长期劳损后出现骨折。说到骨折,很多人的影响就是骨头断成两截,其实这属于骨折的一种严重类型,但并不是所有骨折都是骨头断成两截。骨折可以分为多种类型,不同类型骨折的严重程度不同,具体表现也各不相同。那么,到底什么是骨折呢?骨折有哪些类型呢?接下来就给大家科普一些相关知识,希望对大家有所帮助。

一、什么是骨折

在医学角度上,骨折是指骨骼的连续性和完整性受到破坏的疾病。在正常情况下,人体骨骼对力量的承受是有一定强度的,在安全范围内并不会引起任何异常表现。但是,如果对骨骼施加的力量高于其本身的承受强度,则会引起患者出现骨折。在骨折之后,患者可能会出现骨摩擦音、畸形、活动障碍、肿胀、疼痛等表现,需要及时加以治疗。同时,我们都知道骨质疏松患者出现骨折的风险更高,这是因为在骨质疏松之后,人体的骨量会丢失,骨脆性会增加,骨骼承受力量的最大强度变得更低,甚至在轻微外力作用后就会出

现骨折。

二、骨折有哪些类型

骨折可以分为许多类型,包括闭合性骨折、开放性骨折、不完全骨折、完全骨折、稳定性骨折以及不稳定性骨折等等,根据骨折程度的不同,其类型也各不相同。

1、闭合性骨折与开放性骨折:在骨折之后,根据与外界相通与否,可以将其分为闭合性骨折和开放性骨折。①闭合性骨折是指在骨折发生之后,虽然骨骼的连续性和完整性受到破坏,但并没有导致皮肤或黏膜破裂,骨折部位存在于皮肤和黏膜以内。②开放性骨折是指在骨折发生之后,骨折部位可能刺破黏膜或皮肤,暴露在外界中,同时也会伴随较多的失血。

2、不完全骨折与完全骨折:在骨折之后,根据骨折的形态不同,可以将其分为不完全骨折和完全骨折。①不完全骨折是指骨骼的连续性和完整性没有被全部破坏,而是其中某一部分被破坏,包括常见的青枝骨折与裂纹骨折。青枝骨折多见于儿童群体中出现,就像青枝被折断后与树皮藕断丝连的形态;裂纹骨折多见于颅骨,类似于玻璃瓶上裂了一

道缝一样。②完全骨折是指骨骼的连续性和完整性被全部破坏,前文中提到的骨头断成两截,就属于完全骨折。完全骨折同样可以细分为许多类型,包括压缩骨折、嵌插骨折、粉碎性骨折、螺旋形骨折、斜形骨折、横行骨折等等。

3、稳定性骨折与不稳定性骨折:在出现骨折之后,根据其稳定程度不同,可以分为稳定性骨折和不稳定性骨折。①稳定性骨折是指虽然出现骨折,但骨折部位不会出现移位,或者出现移位的风险较小,包括嵌插骨折、压缩性骨折、横行骨折、青枝骨折、裂缝骨折等等。②不稳定性骨折是指在骨折之后,骨折部位出现移位的风险较高,包括粉碎性骨折、螺旋形骨折、斜形骨折等等。

三、骨折有哪些症状

1、疼痛:无论任何部位或任何类型的骨折,在骨折之后都会出现疼痛感。由于骨骼的连续性和完整性受到破坏,患者会感受到较为剧烈的疼痛感,尤其是骨折处在移动或活动时,疼痛感会进一步加剧。

2、肿胀:在骨折之后,骨折部位还会出现明显肿胀的现象。由于骨折的影响,患者局部

区域的软组织会受到损伤,可能有水肿形成,并且出血也会导致血肿形成,从而造成局部肿胀。

3、局部瘀斑:局部瘀斑通常会在骨折早期形成,由于水肿出现,患者局部区域会出现紫青色瘀斑。随着对骨折的治疗,血肿会慢慢消散,而瘀斑也可能会改变颜色,包括黄色、紫色或青色等等。

4、功能障碍:在骨折之后,骨折部位的功能会出现障碍,影响到正常活动功能。但是,并不是所有骨折都会出现明显的功能障碍,如果患者属于嵌插骨折或裂纹骨折,并且骨折的程度较轻,其肢体功能保留得较为完整,但同样会出现疼痛感。

5、局部畸形:局部畸形也是骨折常见的症状表现之一。由于骨折的影响,骨折部位可能会出现移位,骨骼偏离了原本的位置,可能会出现肉眼可见的局部畸形,但是在规范治疗之后即可恢复。

以上就是骨折的相关知识,希望对大家有所帮助。

(作者单位:广西壮族自治区南宁市第十人民医院)