

脑出血的原因、预防与治疗方法

□李强

在人体这座复杂的宫殿中，脑部无疑是其中最珍贵的宝藏，它承载着我们的思想、情感和记忆，是生命的指挥中枢。然而，脑出血这一疾病却如同一个无情的侵略者，时刻威胁着这片宝贵的生命之海。本文将带您深入了解脑出血，学习如何保护我们的脑部组织，守护生命之海。

一、认识脑出血

脑出血，即脑血管破裂导致的脑组织出血。它可以由多种原因引起，包括高血压、动脉硬化、脑血管畸形等。脑出血的症状多样，包括头痛、恶心、呕吐、意识障碍等，严重时甚至可能危及生命。因此，了解脑出血的症状和原因，对于及时诊断和治疗至关重要。

二、脑出血的原因

- 高血压**: 长期高血压会导致脑血管壁变薄、变脆，容易发生破裂。
- 动脉硬化**: 随着年龄的增长，脑血管会逐渐硬化，失去弹性，容易发生破裂。
- 脑血管畸形**: 脑血管发育异常，如动脉瘤、动静脉畸形等，也容易破裂出血。

三、脑出血的预防

- 控制血压**: 保持血压在正常范围内，是预防脑出血的关键。高血压患者要按时服药，定期监测血压，避免情绪波动和过度劳累。
- 养成健康的生活习惯**: 戒烟限酒，避免过度劳累和熬夜，保持充足的睡眠。适当参加体育锻炼，增强体质。

- 定期体检**: 中老年人要定期进行体检，及时发现和治疗高血压、动脉硬化等疾病。
- 避免外伤**: 注意保护头部，避免外伤导致的脑出血。

四、脑出血的治疗

- 急救措施**: 一旦发现脑出血症状，应立即拨打急救电话，送往医院救治。在等待急救人员到来前，保持患者安静，避免头部晃动。
- 内科治疗**: 对于出血量较少、症状较轻的患者，可以采用内科治疗，包括降低颅内压、控制血压、止血等措施。
- 外科治疗**: 对于出血量较大、症状严重的患者，需要进行外科手术，如开颅手术、微创手术等。

五、守护生命之海

脑部是我们身体的控制中心，保护脑部健康就是守护我们的生命之海。通过了解脑出血的知识，我们可以更好地预防和治理这一疾病，保护我们的脑部组织。同时，我们也要关注自己的生活方式和健康状况，积极预防高血压、动脉硬化等疾病的发生，为守护生命之海贡献自己的力量。

总之，脑出血是一种严重的脑血管疾病，需要我们高度警惕和重视。通过了解脑出血的原因、预防和治理措施，我们可以更好地保护自己的脑部健康，守护这片宝贵的生命之海。

(作者单位:河北省正定县人民医院)

浅谈呼吸内科的常见疾病

□杨秀丽

哮喘是一种常见的慢性呼吸系统疾病，属于呼吸内科的常见疾病。哮喘是一种以慢性气道炎症和气道高反应性为特征的异质性疾病，表现为反复发作的喘息、气急、胸闷和咳嗽等症状，常在夜间及清晨发作或加重。哮喘的发病原因与多种因素有关，包括遗传因素、环境因素、气候变化、呼吸道感染等。了解哮喘对于预防和治理呼吸内科常见疾病具有重要意义。

一、哮喘的定义和特征

哮喘是一种慢性炎症性疾病，使气道对各种刺激过敏，导致气道对正常吸入的空气中的物质产生过度的高反应性，引起支气管收缩和痉挛，导致呼吸困难。哮喘通

常表现为反复发作的喘息、气促、胸闷或咳嗽。这些症状通常在患者晚上睡觉或接触过过敏原时发作。

二、哮喘的发病原因

哮喘的发病原因多种多样，包括遗传因素和环境因素。遗传因素在哮喘的发病中起着重要作用，大约一半以上的哮喘患者有家族史。环境因素包括室内外空气污染(如烟雾、花粉)、呼吸道感染(病毒和细菌)、运动诱发的哮喘等。

三、呼吸内科常见疾病

除了哮喘，呼吸内科还有很多其他常见的疾病，如慢性阻塞性肺疾病(COPD)、肺炎、支气管扩张、间质性肺病等。这些疾病的症状

和治疗方法各不相同，但都可能对患者的健康和生活质量造成严重影响。

- 慢性阻塞性肺疾病(COPD)**: 这是一种慢性呼吸系统疾病，通常由长期吸烟引起。COPD的症状包括持续的咳嗽、咳痰和呼吸困难，这些症状在患者活动时加重。
- 肺炎**: 肺炎是肺部感染性疾病，通常由细菌、病毒或其他微生物感染引起。症状包括咳嗽、发热、呼吸困难等。
- 支气管扩张**: 支气管扩张是由于支气管壁受到破坏，导致支气管反复发生不愈合的扩张。症状包括反复咳嗽、咳血痰和呼吸困难。
- 间质性肺病**: 间质性肺病是一组影响

肺部毛细血管和支气管疾病的疾病，症状包括持续的呼吸困难、咳嗽和疲劳感。

四、认识呼吸内科常见疾病的重要性

认识和理解这些常见呼吸系统疾病的重要性在于早期发现和治理。早期发现和治理可以显著改善患者的治疗效果和生活质量，可以帮助患者更好地管理自己的健康状况，减少不必要的恐慌和误解。

总之，认识哮喘和了解呼吸内科常见疾病对于维护个人健康具有重要意义。通过了解这些疾病的发病原因、症状和治理方法，我们可以更好地预防和治理这些疾病，提高生活质量。

(作者单位:河北省唐山虹桥骨科医院)

血清和血浆，你了解吗

□张舒

在生命的奇妙旅程中，我们常常接触到两种关键的体液——血清和血浆。这两者虽只一字之差，但它们的成分、功能和使用方法却有着显著的区别。在本文中，我们将向您介绍这两者的基本知识，以及它们在医学和健康领域的重要性。

血浆是全血标本经抗凝、离心去除血细胞成分后的浅黄色半透明液体，血浆中除含有大量水分以外，还有无机盐、纤维蛋白原、清蛋白、球蛋白、酶、激素、各种营养物质、代谢产物等。这些物质无一定的形态，但具有重要的生理功能。血浆中，水分占90%~91%，蛋白质占6.5%~8.5%，低分子物质如代谢产物、某些激素等占2%。

血清是血液离体后自然凝固分离出来的淡黄色透明液体，血液标本通常于室温(22~25℃)放置30~60分钟可自

发完全凝固，冷藏标本凝固缓慢，加促凝剂时凝固加快(标本采集后应轻轻颠倒混合5~10次，以确保促凝剂作用)。血清与血浆相比，主要是缺乏纤维蛋白原，某些凝血因子也发生了变化。

那么，血清和血浆在医学上的应用有哪些呢？首先，血浆主要用于血液化学成分测定和凝血项目，如纤维蛋白、葡萄糖、K⁺的检测，因为其中的各种成分可以反映身体的生理状态和病理状态。血清主要用于除纤维蛋白原外的血液化学成分测定，如肝功能、肾功能、血脂等项目的测定。

血清和血浆在医学和健康领域扮演着重要的角色。了解它们的成分、功能以及在临床上的应用，可以帮助我们更好地理解自身的生理状态，及时发现潜在的健康问题，以及选择适当的治疗方法。未来，随着科学技术的进步，我们

有理由相信血清和血浆的应用将更加广泛和深入。

为了更深入地理解血清和血浆的工作原理，科学家们正在努力研发新的检测技术，如基于人工智能的生物标志物检测方法。这些方法有望更准确地预测疾病风险、监测治疗效果，以及提供个性化的治疗建议。此外，随着基因编辑技术的发展，科学家们也在研究如何通过基因治疗来改善血浆中的凝血因子和其他重要物质的水平。

总的来说，血清和血浆是我们身体的重要组成部分，它们在医学和健康领域发挥着不可或缺的作用。通过了解血清和血浆的基本知识，我们可以更好地理解自己的身体，及时发现潜在的健康问题，并选择适当的治疗方法。让我们一起期待血清和血浆在未来带来的更多可能性！

(作者单位:河北省盐山县疾病预防控制中心)

在中医的宝库中，温针疗法以其独特的疗效和深厚的理论基础，一直受到广大患者和医者的青睐。这种古老而又现代的治疗方式，通过将针刺与艾灸相结合，达到温通经络、宣行气血的目的，对于多种疾病都有着显著的治疗效果。

一、温针疗法的起源与原理

温针疗法最早可以追溯到东汉时期张仲景的《伤寒论》。随着历代医家的不断发展和完善，温针疗法逐渐形成了完整的理论体系和操作规范。其原理在于，通过针刺刺激穴位，激发经络的活力，再借助艾灸的热力，将温热之气直接送达穴位深部，从而温通血脉、激发阳气、驱散寒邪。

二、温针疗法的具体操作

温针疗法的操作过程需要由专业的中医师进行。首先，根据患者的病情和体质，选择适合的穴位进行针刺。当针刺达到一定的深度后，医生会在针尾上点燃艾条，使艾火的温热通过针身传至体内，直达穴位深部。这样，既发挥了针刺的刺激作用，又发挥了艾灸的温热作用，实现了一加一大于二的效果。

三、温针疗法的功效

- 温通经络**: 温针疗法通过温热刺激，可以改善经络气血的运行，使经脉通畅。对于因寒凝、气滞等导致的经脉痹阻、疼痛等症状，有着很好的缓解效果。
- 宣行气血**: 温针疗法能够增强气血的运行和循环，促进新陈代谢。对于一些气血瘀滞所致的病症，如跌打损伤、瘀肿疼痛等，有着较好的疗效。
- 散寒祛湿**: 对于寒湿之邪引起的关节疼痛、肌肉酸楚、畏寒怕冷等病症，温针疗法能够排出体内的寒湿之气，减轻相关不适。
- 消肿散结**: 温针疗法还可用于治疗一些局部的肿胀、结块等病症。温热刺激有助于消散瘀结，促进肿胀的消退。

四、温针疗法的适应症与注意事项

温针疗法适用于多种疾病的治疗，如月经不调、痛经、不孕、颈腰椎病、肩颈腰腿痛、虚寒型慢性胃肠炎等。然而，温针疗法并非适用于所有人群，如热性病、高血压、不能留针的病症等患者就不宜使用。此外，在接受温针疗法时，患者应注意保持良好的卫生习惯，避免交叉感染。

五、结语

温针疗法作为一种传统的中医治疗方法，具有温通经络、宣行气血的独特功效。在现代医学的不断发展中，温针疗法依然保持着其独特的地位和优势。通过专业的医师操作，温针疗法能够为患者带来显著的疗效和舒适的治疗体验。

(作者单位:河北省廊坊市安次区医院)

温针疗法的原理与功效

□郭文宣

妇科超声检查：守护女性健康

□李博

妇科超声是一种无创、无痛、无辐射的影像学检查方法，广泛应用于妇科疾病的诊断和治疗。它能够清晰地显示子宫、卵巢、输卵管等器官的形态、结构，为女性健康提供了重要的诊断依据。

一、妇科超声的作用

- 诊断妇科疾病**: 妇科超声可以用于诊断各种妇科疾病，如子宫肌瘤、子宫动脉粥样硬化、卵巢囊肿、子宫内膜异位症等。它能够清晰地显示病变的位置、大小、形态和性质，为医生提供准确的诊断依据。
- 监测治疗效果**: 妇科超声可以用于监测妇科疾病的治疗效果，如手术后的恢复情况、化疗药物的效果等。它能够实时观察病变的变化，为医生提供及时的治疗反馈。
- 评估生育能力**: 妇科超声可以用于评估女性的生育能力，如子宫的形态、大小、位置、卵巢的排卵情况等。它

能够为医生提供准确的评估结果，为不孕症的治疗提供依据。

二、妇科超声的优点

- 无创无痛**: 妇科超声是一种无创、无痛的检查方法，不会对女性身体造成损伤，适合各年龄段的女性。
- 操作简便**: 妇科超声操作简便，可经腹部扫查，也可经阴道、经直肠、经会阴扫查，根据自身需求选择相应检查方法。医生可以通过获得的超声图像进行诊断和分析。
- 检查结果准确**: 妇科超声的检查结果比较准确，能够清晰地显示器官的形态及结构，为医生提供准确的诊断依据。

三、妇科超声的安全性

妇科超声是一种安全的检查方法，它不会对女性身体造成辐射损伤。然而，在操作过程中需要注意以下几点：

- 遵守操作规范**: 医生在进行妇科超声检查时，需要遵守操作规范，避免

交叉感染和损伤。

- 保护隐私**: 在进行妇科超声检查时，需要保护患者的隐私和尊严。
- 注意检查频率**: 在进行妇科超声检查时，需要注意检查的频率和适应症，避免不必要的检查和治疗。

四、结语

综上所述，妇科超声在守护女性健康中具有重要的作用和优势。它能够为医生提供准确的诊断依据，监测治疗效果和评估生育能力。妇科超声是一种无创、无痛、无辐射的检查方法，操作简便，检查结果准确。同时，妇科超声的安全性也得到了广泛的认可。

总之，妇科超声是守护女性健康的重要工具之一。它能够为医生提供准确的诊断依据和及时的治疗反馈，帮助女性维护自己的健康和幸福。同时，女性也应该注意自己的生活习惯和身体状况，如遇到身体不适，及时就医和咨询专业医生的建议。

(作者单位:河北省保定市妇幼保健院)