

盆腔炎患者的治疗中针灸的独特优势

□覃桂宣

盆腔炎是一种常见的妇科疾病,主要表现为下腹部疼痛、月经不调、白带异常等症状。它不仅给女性带来了身体上的困扰,还可能影响到心理健康。常规的治疗方法如抗生素治疗虽然有效,但随着抗生素耐药性的增加以及副作用的担忧,越来越多的患者开始寻求其他治疗方式。在这样的背景下,针灸作为一种传统的治疗方法,逐渐被纳入了盆腔炎的治疗方案中。本文将介绍针灸在盆腔炎治疗中的独特优势,帮助大家更好地理解这一传统疗法的现代应用。

一、针灸在缓解盆腔炎疼痛方面的优势

1、通过刺激经络调节疼痛:针灸通过在身体的特定穴位插针,刺激经络和气血的流通,达到调节疼痛的效果。针灸理论认为,盆腔炎的疼痛与气滞血瘀、湿热内生等因素有关,而针灸能够通过调节这些内在的不平衡,缓解痛感。例如,通过针刺“关元”“气海”等穴位,能够促进盆腔气血流畅,缓解因气滞血瘀引起的疼痛。

2、促进内分泌调节,改善症状:盆腔炎的疼痛有时与内分泌失调密切相关。针灸能够通过调节神经系统和内分泌系统

的功能,促进激素水平的平衡,从而达到减轻疼痛的目的。研究表明,针灸能够促进体内天然止痛物质——内啡肽的分泌,这使得针灸在缓解炎症引发的疼痛方面具有显著的效果。

3、非药物治疗,副作用少:与传统的药物治疗不同,针灸作为一种非药物的治疗方式,副作用较少,几乎没有药物耐受性问题。对于一些担心药物副作用的患者,针灸提供了一种安全的替代方案,尤其是在长期治疗过程中,针灸的效果依然稳定且不易产生耐受性。

二、针灸在调节盆腔炎病理方面的作用

1、调节免疫功能:盆腔炎患者的免疫系统往往处于紊乱状态,可能会导致病情的反复或慢性化。针灸能够通过刺激特定的免疫相关穴位,调节机体的免疫功能,增强体内白细胞和抗体的产生,提高机体对感染的抵抗力。例如,“合谷”“足三里”等穴位能够促进身体的免疫反应,帮助清除病原,减少盆腔炎的复发几率。

2、调节激素水平:盆腔炎的发生与女性激素水平的变化密切相关,尤其是雌激素水平的波动可能加重盆腔部位的炎

症反应。针灸通过刺激特定的穴位,调节体内激素的分泌,能够恢复激素的正常水平。例如,“三阴交”“地机”等穴位的针刺可以促进体内激素的平衡,减轻由于激素波动引起的炎症反应。

3、改善气血运行,解除淤积:盆腔炎的患者常伴有气滞血瘀的情况,这不仅会导致疼痛,还可能影响盆腔器官的正常功能。针灸通过刺激特定的经络和腧穴,能够促进气血的流通,疏通淤积,改善局部的血液供应。例如,通过针刺“肚脐周围”穴位可以改善盆腔部位的血液循环,有助于缓解因血液不畅引起的炎症症状。

三、针灸的综合治疗效果和临床应用

1、结合传统医学与现代治疗:针灸的优势在于其整体治疗观念,能够调动机体的自愈能力。在现代医学中,药物和针灸的结合逐渐成为盆腔炎治疗中的新趋势。通过使用抗生素治疗感染的同时,配合针灸缓解疼痛、调节免疫,可以帮助患者更快恢复健康。此外,针灸治疗还能够有效缓解患者因长期药物使用带来的副作用,改善其整体健康状况。

2、提高治疗的耐受性和依从性:一些盆腔炎患者因药物副作用大、疗程长而

容易产生治疗依从性差的情况。针灸的治疗过程通常较为轻松愉悦,患者在接受治疗时能够感受到放松和舒适,这有助于提高其治疗的耐受性和依从性,增强治疗的长期效果。

3、减少复发率,改善生活质量:盆腔炎往往是一个易复发的疾病,尤其是在治疗过程中,容易出现症状缓解后又反复发作的情况。针灸通过调节患者的整体健康状况,帮助恢复盆腔部位的正常功能,降低了炎症的复发几率。同时,针灸还能缓解患者的情绪压力,改善睡眠质量,提高生活质量,从而促进全面恢复。

总的来说,针灸作为一种具有几千年历史的治疗方法,已经逐渐在现代医学中找到了自己的一席之地。在盆腔炎的治疗中,针灸不仅能够缓解疼痛,调节病理状态,还能够与现代医学治疗手段互为补充,形成更为全面的治疗方案。对于那些担心药物副作用或寻求其他治疗方式的患者来说,针灸无疑提供了一种有效且安全的选择。未来,随着研究的深入,针灸在盆腔炎治疗中的应用将更加广泛,为更多患者带来福音。

(作者单位:广西桂林市人民医院)

神经内镜手术让高血压脑出血的治疗更简单

□张波

脑出血作为一种常见的脑血管疾病,一直以来都威胁人类生命和健康。而在所有脑出血的患者中,高血压引发的脑出血占了很大比例。随着医疗技术的进步,传统的脑出血治疗方法也在不断完善,尤其是神经内镜手术的出现,使得高血压脑出血的治疗变得更加简便和安全。本文将介绍神经内镜手术如何帮助改善高血压脑出血的治疗,并让这一疾病的治疗更加“简单”。

一、什么是高血压脑出血?

高血压脑出血是由于高血压导致脑血管破裂,进而引发的脑内出血。这种情况通常发生在血压长期过高的情况下,血管壁变薄或变弱,最终在承受不了压力时发生破裂。高血压脑出血的症状非常明显,患者往往会突发头痛、呕吐、肢体无力甚至昏迷。出血的位置和出血的量会直接影响患者的预后,严重时可能导致死亡或长期残疾。

传统上,高血压脑出血的治疗方法主要药物治疗和外科手术。药物治疗主要用于控制血压和缓解出血后的脑水肿等症状,但若出血较大,且影响到患者的

生命体征,往往需要尽早进行手术干预。然而,传统手术方法存在创伤大、恢复慢的缺点,而神经内镜手术的出现,则为治疗高血压脑出血提供了新的选择。

二、神经内镜手术:革命性的新选择

1、微创技术,减少创伤:传统的脑外科手术往往需要开颅,通过大面积的切口暴露脑部进行治疗,这不仅对患者的身体造成了较大的创伤,还需要更长时间的恢复期。而神经内镜手术则采用微创技术,通过一个小小的孔口插入内镜,医生能够在图像引导下精准地定位出血部位,并进行清除或止血操作。这种方法大大减少了创伤,患者的术后恢复更为迅速。内镜的优势不仅体现在创伤小上,更体现在精确性上。通过内镜,医生可以直接看到脑部的实际情况,清楚地判断出血的范围和出血源位置,避免了传统手术中可能出现的误伤健康组织的风险。

2、恢复时间短,住院时间缩短:由于神经内镜手术创伤小,手术过程较为简短,患者术后的恢复时间也大大缩短。传统的开颅手术可能需要几周时间才能完全恢复,而通过神经内镜手术,患者通常

能够在术后几天内逐渐恢复,部分患者甚至可以在术后24小时内开始恢复正常的活动。住院时间的缩短不仅减轻了患者的经济负担,也降低了医院的感染风险。神经内镜手术后的患者通常能够快速恢复日常生活,甚至在术后一周左右就可以出院。对于需要长期卧床的高血压脑出血患者来说,这种手术方法无疑是一种极大的福音。

3、风险低,减少并发症:传统的开颅手术虽然有效,但它往往伴随着较高的风险,比如术中出血、感染、神经损伤等。神经内镜手术由于其微创性,能够在不损伤大脑皮层和重要神经结构的情况下完成治疗,从而降低了手术的风险。此外,由于手术时对大脑的干预较少,术后并发症的发生率也相对较低。大多数患者在手术后能够平稳度过恢复期。

三、神经内镜手术的应用前景

1、适用于大多数高血压脑出血患者:虽然神经内镜手术在技术上具有很大的优势,但并不是所有的脑出血患者都适合采用这种手术方式。特别是一些大范围的脑出血或伴有其他并发症的患者,可能需

要考虑其他治疗手段。然而,对于那些出血量较小、部位较浅、且患者身体状况较好的高血压脑出血患者,神经内镜手术无疑是一个更理想的选择。随着手术技术的不断发展和设备的不断更新,越来越多的高血压脑出血患者将能够受益于这一先进的治疗方法。未来,随着微创技术的进一步成熟,神经内镜手术可能成为治疗高血压脑出血的常规手段,极大提升患者的治疗效果和生活质量。

2、技术不断完善,前景更加广阔:尽管神经内镜手术已经取得了显著的成果,但随着技术的发展,未来的手术效果还有很大的提升空间。随着设备和技术的不断升级,神经内镜手术将变得更加精确,能够为更多的高血压脑出血患者提供治疗机会。

总之,传统的手术治疗方式虽然有效,但也存在一定的风险和局限性,而神经内镜手术的出现,为高血压脑出血的治疗带来了新的希望。通过这种微创技术,患者能够减少创伤、缩短恢复时间、降低手术风险,实现更加迅速和安全的治疗。

(作者单位:广东省东莞市中医院外二科)

孕期常见疾病的预防与处理

□潘珏蓉

怀孕是一个充满喜悦的时期,但也是一个身体承受巨大变化的过程。在此期间,孕妇容易受到一些常见疾病的困扰,这些疾病若得不到及时处理,可能影响母婴健康。然而,通过科学的管理和适当的预防措施,大多数孕期疾病是可以有效避免的。本文将介绍孕期常见疾病的种类,并提出相应的预防和处理方法。

一、孕期常见疾病的种类

1、孕期贫血:妊娠期贫血是孕妇常见问题。孕妇在怀孕过程中,胎儿的生长需要大量的营养和血液供给,尤其是铁质。如果孕妇的铁储备不足,就容易导致贫血。贫血可能引发疲劳、乏力,甚至影响胎儿的正常发育。治疗孕期贫血主要通过补充铁剂来改善,同时建议孕妇多食用富含铁的食物,如红肉、动物肝脏、菠菜等。此外,补充富含维生

素的迹象,应及时就医,避免疾病加重。孕妇应避免摄入过多盐分,同时保持适度运动和良好的作息习惯,以帮助控制体重和血压。严重的妊娠高血压可能需要药物治疗,按时遵医嘱用药是治疗的重要措施。

3、妊娠期糖尿病:是孕妇在怀孕期间发生的糖代谢异常,通常是因为孕期激素变化影响了胰岛素的正常功能,导致血糖升高。妊娠期糖尿病若不加以控制,可能会对孕妇和胎儿产生负面影响,包括胎儿过重、早产或新生儿低血糖等问题。孕妇在怀孕24至28周时,通常会进行糖耐量测试以筛查是否患有糖尿病。若诊断为妊娠期糖尿病,建议通过合理饮食来控制血糖,如减少高糖食物的摄入,增加膳食纤维,并结合适量运动。此外,医生可能会根据情况建议使用胰岛素治疗。

4、孕期便秘:通常由于妊娠期内子宫不断增大,压迫胃和肠道,导致肠胃蠕动功能减弱,引发便秘。也可因为孕激素的变化导致肠道蠕动减缓,造成便秘。便秘不仅让孕妇感到不适,长期便秘还可能引发痔疮等问题。为缓解便秘,孕妇应增加膳食中的纤维素摄入,如多吃水果、蔬菜

和全谷类食物,保证足够的水分摄入。此外,适度的运动,如孕妇瑜伽或散步,有助于促进肠道蠕动。保持规律的排便习惯,也能帮助减轻便秘症状。

5、孕期水肿:常见于孕中期和晚期,多发生在脚踝部位。水肿通常是由于体内液体聚集所引起的,并且随着胎儿增大,压迫血管和淋巴管可能导致水肿症状加重。为减轻水肿,孕妇可以通过抬高双腿,改善血液循环。同时,避免长时间站立或坐着,适当活动有助于缓解症状。此外,穿着弹力袜可以有效促进血液流动,减少水肿的发生。

二、孕期疾病的有效预防

1、定期进行产前检查:通过定期的产前检查,医生可以实时监测孕妇的健康状况,及时发现潜在的健康问题,如高血压、糖尿病、贫血等。孕妇应按期参加所有推荐的产前检查,并严格遵循医生的建议和指导。产前检查不仅可以帮助孕妇了解自己的健康状况,还能为孕妇提供个性化的健康管理方案。

2、保持健康的饮食和生活方式:孕妇应根据医生的建议,合理搭配饮食,确保摄

入足够的营养,包括蛋白质、铁、钙、叶酸等,帮助胎儿健康发育,并减少孕期贫血和其他营养不良的风险。同时,孕妇应避免高糖、高盐、高脂肪的食物,保持均衡饮食。此外,保持适度的运动,如散步、孕妇瑜伽等,能够增强体质,预防孕期高血压、糖尿病等疾病的发生。规律的作息、充足的睡眠和积极的心态也是孕期健康的保证。

3、控制体重和避免过度增加:孕期体重的增加应根据孕妇的初始体重和医生的建议来进行合理控制。体重过度增加可能会增加妊娠高血压、糖尿病、早产等风险。孕妇应注意饮食的健康和营养,避免过多摄入热量,并通过适度的运动来帮助控制体重。定期监测体重,确保体重增长符合健康标准,有助于维持健康的孕期状态。

4、保持良好卫生习惯:为了有效预防孕期常见疾病,孕妇在平时还要养成良好的卫生习惯,日常要勤洗手,尤其在接触病人后,或是便后一定要洗手。另外,要及时更换和清洗内衣裤,日常洗漱用品也要与家人分开使用,降低交叉感染的概率。

(作者单位:广西壮族自治区柳州市人民医院)