

针灸康复：古老疗法的现代应用

□ 韩琳

从而达到治疗疾病的目的。

二、针灸的现代应用

- 疼痛管理:** 针灸在疼痛管理方面取得了显著成果,被广泛应用于慢性疼痛、运动损伤等领域。通过神经调控作用,针灸能够有效缓解各种疼痛症状,提高患者的生活质量。
- 神经系统疾病康复:** 针灸在神经系统疾病如头痛、帕金森病等的辅助治疗中显示出一定的效果。针灸通过调节神经系统功能,有助于改善患者的症状,提高治疗效果。
- 妇产科应用:** 针灸也被用于调整月经不調、辅助生育等问题。通过调节内分泌系统和气血运行,针灸有助于改善妇女的生殖健康状况。

4. 心理健康调节: 针灸在焦虑、抑郁等心理健康问题的治疗中也逐渐受到关注。针灸通过调节神经系统和内分泌系统,有助于缓解患者的情绪问题,提高心理健康水平。

三、针灸的康复方法

- 传统针灸法:** 使用细长的针具,按照一定的角度和深度插入患者的穴位,通过捻转、提插等手法刺激穴位。
- 现代针灸疗法:** 包括耳针、头针、电针、水针等。例如,耳针是在耳廓特定穴位上施行针刺、埋针、电针等方法;电针则是利用电针机输出微量电流,通过刺入穴位的毫针作用于人体。
- 艾灸法:** 利用艾绒或其他药物点燃后

的热力和药力进行刺激,主要作用是温阳扶元、温通经络、行气活血。

4. 拔罐法: 利用罐内形成的负压及热力,有效地吸附于皮肤上,产生局部充血、瘀血,达到康复目的。

四、注意事项

针灸疗法虽然安全有效,但并非适用于所有人。在接受针灸治疗前,患者应向专业医生咨询,了解自己的身体状况是否适合接受针灸治疗。

针灸康复,这一古老而又现代的治疗方法,在现代医学中发挥着越来越重要的作用。通过深入了解针灸的基本原理和应用范围,我们可以更好地利用这一神奇疗法助力康复、重塑健康。

(作者单位:河北省曲阳县中医医院)

一滴血里的健康密码解读

□ 闫佳

障碍有关。

2. 生化检查: 代谢状态的窗口

生化检查主要检测血液中的糖类、脂类、蛋白质、电解质以及酶等化学物质。这些物质在人体代谢过程中起着至关重要的作用。例如,血糖水平可以反映糖代谢情况,血脂水平则与心血管疾病风险密切相关。生化检查不仅可以帮助医生评估患者的肝肾功能、代谢状态,还能揭示营养状况,为制定个性化的治疗方案提供科学依据。

3. 免疫学检查: 免疫功能的守护者

免疫学检查主要检测血液中的免疫球蛋白、补体、抗体等免疫相关指标。这些指标可以反映人体的免疫功能状态。免疫球蛋白水

平异常可能提示免疫系统功能亢进或低下,而抗体检测则有助于诊断感染性疾病和自身免疫性疾病等。通过免疫学检查,医生可以了解患者的免疫状态,从而制定针对性的治疗方案,提高治疗效果。

4. 肿瘤标志物检查: 癌症的预警信号

肿瘤标志物是肿瘤细胞在生长过程中产生的特定化学物质。通过检测血液中的肿瘤标志物水平,可以辅助诊断肿瘤疾病。虽然肿瘤标志物并非特异性诊断指标,但其水平的变化可以提示肿瘤的存在或复发。肿瘤标志物检查对于早期发现肿瘤、评估治疗效果和预后情况具有重要意义。

5. 凝血功能检查: 凝血状态的评估

凝血功能检查主要检测血液中的凝血因子和抗凝物质等,以评估人体的凝血功能状态。凝血功能异常可能导致出血或血栓形成等严重问题,因此凝血功能检查对于临床诊断和治疗具有重要意义。

结语

一滴血,看似微不足道,实则蕴含着丰富的健康信息。通过血液检验,我们可以揭示人体的健康状况,为医生提供客观、科学的诊断依据。随着科学技术的进步,医学检验技术也在不断创新与发展,使得血液检验更加精准、高效。让我们珍惜生命中的每一滴血,合理利用医学检验技术,共同守护健康与幸福。

(作者单位:河北省曲阳县中医医院)

重症呼吸系统疾病预警信号与紧急就医指南

□ 刘亚群

时,应及时就医。

紧急就医指南

1. 保持冷静,迅速拨打急救电话。在出现上述预警信号时,保持冷静至关重要。立即拨打急救电话,向医护人员描述自己的症状和所在位置,以便他们迅速赶到现场进行救治。

2. 保持呼吸道通畅

在等待急救人员到来的过程中,尽量保持呼吸道通畅。可以采取半卧位或坐位,有助于改善呼吸功能。如果呼吸道内有异物阻塞,应立即采取海姆立克急救法清理气道。配合专业治疗

到达医院后,要积极配合医生的治疗方案。根据病情的不同,可能需要进行药物治疗、氧疗、机械通气或手术治疗等。同时,要遵循医生的建议,按时服药,定期复查。

呼吸道存在严重的炎症或感染。

3. 胸痛或胸闷

胸痛或胸闷可能是肺炎、胸膜炎、肺栓塞等重症呼吸系统疾病的预警信号。这些疼痛可能表现为钝痛、刺痛或压迫感,深呼吸或咳嗽时可能加重。

4. 发绀

发绀是指口唇、指甲等末梢部位出现青紫色,这是缺氧的表现。当肺部无法为身体提供足够的氧气时,血液中的氧含量降低,导致皮肤颜色改变。发绀是重症呼吸系统疾病的严重预警信号。

5. 高热与寒战

高热和寒战是身体对感染的自然反应。当身体试图抵抗感染时,体温会升高,并可能伴有寒战。这是许多呼吸系统疾病的常见症状,特别是当伴有其他症状如咳嗽、呼吸困难

呼吸系统疾病是破坏人体呼吸功能的一大类病症,其中重症呼吸系统疾病更是对人体健康构成严重威胁。

了解这些疾病的预警信号,并在紧急情况下采取正确的就医措施,对于保护我们的生命至关重要。

预警信号

1. 持续且加重的呼吸困难

当你感到呼吸费力,需要比平时更多的努力来吸入或呼出空气,尤其是在休息状态下感到气短,这可能是重症呼吸系统疾病的早期信号。呼吸困难可能由气道阻塞、肺部炎症或功能下降等多种原因引起。

2. 剧烈咳嗽

咳嗽是呼吸道受到刺激或感染时的自然反应。如果咳嗽持续不减,或伴有胸痛、咯血、特别是转为有痰的湿咳,这可能意味着

从龋齿到牙周病的全面解析

□ 赵华兵

膏等防龋产品,提高牙齿的抗龋能力。

合理饮食: 少吃含糖高的食物,多摄取有助于控制牙菌斑的洁齿性食物,如新鲜蔬菜和富含纤维的食物。

定期检查: 每年进行1-2次口腔检查和洁牙,及时发现并治疗龋齿。

二、牙髓及根尖周病的诊治

1. 牙髓及根尖周病的成因

牙髓及根尖周病通常是由于龋齿、外伤等未得到及时治疗而引发的。牙髓炎是牙髓组织的炎症,根尖周炎则是牙髓炎进一步发展,导致根尖周组织的病变。

2. 牙髓及根尖周病的治疗

根管治疗: 是治疗牙髓感染和坏死的一种手术,通过机械和化学方法清除根管内的炎症牙髓和坏死物质,并进行适当消毒和充填,以去除不良刺激,防止根尖周病的发生或促进病变愈合。

止痛治疗: 在根管治疗同时,可同时进行止痛治疗,以缓解患者的疼痛不适。

三、牙周病的成因与治疗

1. 牙周病的成因

牙周病是发生在牙齿周围支持组织(牙槽骨、牙龈、牙周膜)的疾病,主要由牙菌斑和牙石的积累引起。不良口腔卫生习惯、遗传因素、吸烟、慢性疾病(如糖尿病)和药物影响等也可能增加牙周病的风险。

2. 牙周病的治疗

初期治疗: 包括牙垢和牙石的清除(牙周洁治及牙周刮治刮治),以及口腔卫生习惯的指导。

牙周手术: 对于更严重的牙周病,可能需要进行牙周手术,如牙周翻瓣手术、骨移植手术等。

药物治疗: 在某些情况下,医生可能会开具抗生素或其他药物来帮助控制感染。

生活方式和全身健康管理: 改善不良生活习惯,如戒烟、改善饮食等,并对慢性疾病进行有效管理。

定期复查和维护: 定期的牙科复查和清洁对于预防及控制牙周病复发至关重要。

四、口腔健康的维护

日常清洁: 每天至少刷牙两次,使用牙线和间隙刷清洁牙缝。

定期检查: 每年进行1-2次口腔检查和洁牙。

合理饮食: 保持均衡的饮食,多吃富含纤维和维生素的食物,少吃含糖高的食物。

戒烟限酒: 戒烟和限制酒精摄入有助于降低口腔疾病的风险。

口腔健康关系到每个人的生活质量,通过了解并实践这些口腔内科知识,我们可以更好地保护自己的牙齿和牙周组织,享受健康的生活。

(作者单位:河北燕达医院)

口腔健康是人体健康的重要组成部分,而口腔内科主要涉及牙体病、牙周疾病和牙齿预防保健等方面的内容。本文将详细解析从龋齿到牙周病的口腔内科知识,帮助大家更好地了解这些常见口腔问题及其防治方法。

一、龋齿的成因与防治

1. 龋齿的成因

龋齿,俗称虫牙或蛀牙,是一种由细菌引起的慢性疾病。细菌利用食物中的糖分发酵产酸,这些酸腐蚀牙齿硬组织,导致牙齿颜色、形态和质地的改变。口腔卫生护理不当,经常吃含糖量高的食物、蛋白质缺乏、个体易感等因素均可能引发龋齿。

2. 龋齿的防治

控制菌斑: 日常有效刷牙,使用牙线、间隙刷等机械方法去除菌斑和软垢,减少感染源。使用氟化物: 使用含氟漱口水、含氟牙