

# 中医药治疗慢性疲劳综合征的优势及方法

慢性疲劳综合征较为复杂复杂,以持续的、无法通过休息得到缓解的疲劳为主要表现,具有长期性。

随之生活节奏加快、工作压力加大,患有慢性疲劳综合征的人越来越多。中医药具有悠久历史,在治疗慢性疲劳综合征方面具有独特的优势,但很多人对其不够了解,本文将为您介绍一个健康科普,让您对其有个更深入的了解。

## 一、病因病机科普

中医角度分析,慢性疲劳综合征的形成和脏腑功能失调、气血不足、阴阳失衡等因素都有关联。

病因主要包括情志不畅、饮食不节、劳逸失度等;在病机上此类患者多表现为气

虚、血瘀、痰湿等病理变化。为此,中医治疗的关键在于调和脏腑功能,补益气血,平衡阴阳。

## 二、辨证论治

中医药的治疗原则是辨证论治,要按照每一位患者的具体症状和体质特点,制定方案,常见证型如下:

- 气虚型:**患者以乏力、气短、容易出汗为主要症状,应予以益气健脾治疗,可选用黄芪、党参、白术等药物。
- 血瘀型:**患者以疼痛、肢体麻木、舌质紫暗为主要症状,应予以活血化瘀,可选用当归、川芎、红花等药物。
- 痰湿型:**患者以肥胖、头重如裹、口黏腻为主要症状,应予以化痰祛湿治疗,常用药

## □ 孙岗

物有半夏、茯苓、陈皮等。

4. 阴虚型:患者以口干、盗汗、五心烦热为主要症状,应予以滋阴降火治疗,可选用生地、玄参、知母等药物。

5. 阳虚型:患者以畏寒肢冷、腰膝酸软为主要表现,应予以温阳补肾治疗,常用药物有肉桂、附子、杜仲等。

## 三、中医药的治疗方法

中医药治疗慢性疲劳综合征的方法多种多样,可以在专业医师建议指导下内服中药、外用中药,也可以针灸、拔罐等。内服中药是最常用的治疗方法,可通过辨证分型,选择相应的中药进行调理。此外,还可以结合食疗、按摩、养生功等方法,这样可以全面调理身体,提高治疗效果。

## 四、预防与调护

预防和调护是治疗慢性疲劳综合征的重要环节。中医方面建议,我们平时要保持良好的作息习惯,不要过度劳累;且要合理饮食,保证营养均衡;还要保持情志舒畅,避免精神压力过大;每周进行适当锻炼,来增强体质。患者也可以根据自己的体质特点,选择太极拳、八段锦等养生方法,有助于以增强身体素质,提高抵抗力。

总之,中医药治疗慢性疲劳综合征具有独特的优势,可根据患者的具体病情进行辨证论治,以达到调和阴阳、补益气血、健脾胃、养肝肾的目的。同时,患者自身,还应注意饮食和生活习惯的调理,以期早日康复。

(作者单位:河北省唐山市南堡开发区医院)

# PET-CT 肿瘤治疗监测及疗效

## □ 冯小伟

以提供身体内部的详细结构图像。将这两种技术结合,可以更准确地定位和评估病变。

在 PET-CT 检查中,患者需要注射一种含有放射性同位素的示踪剂。这种示踪剂会在体内发出放射性信号,被 PET-CT 设备捕捉并形成图像。由于肿瘤细胞的代谢活动通常比正常细胞更活跃,因此它们会在图像上呈现出明显的亮点,从而被轻易发现。

## 二、PET-CT 的应用

1. 肿瘤诊断:PET-CT 可以帮助医生发现和定位肿瘤细胞,评估肿瘤的大小、形态和生长速度,以及是否有转移。这对于制定个性化的治疗方案至关重要。

2. 肿瘤治疗监测:PET-CT 可以在治疗过程中监测肿瘤的变化,帮助医生评估治疗效果并及时调整治疗方案。

3. 预测疗效:PET-CT 可以通过评估肿瘤的代谢活动,预测患者对某种治疗的反应,从而为患者选择最合适的治疗方法。

## 三、PET-CT 的注意事项

- 检查前准备:**根据医生的建议,您可能需要暂停某些药物的使用,避免影响检查结果。还需要您在检查前禁食一段时间。
- 注射放射性同位素:**在检查前,医护人员会给您注射一种含有放射性同位素的示踪剂。这种示踪剂会在体内发出放射性信号,

被 PET-CT 设备捕捉并形成图像。

3. 检查过程:PET-CT 检查通常是无痛的,但需要您在检查台上保持一定的姿势。检查过程可能持续约 30 分钟至 1 小时。

4. 检查后注意事项:由于使用了放射性同位素,您可能需要多喝水、排尿,以帮助排出体内的放射性物质。在检查后的 24 小时内,尽量避免与孕妇、儿童密切接触。

总之,PET-CT 是一种强大的医学影像技术,可以帮助我们及时发现和定位肿瘤细胞。如有需要,请遵循医生的建议进行检查,让这项技术为您的健康保驾护航。

(作者单位:河北省邯郸市中心医院)

# 脑卒中患者使用溶栓药物有哪些风险和注意事项

## □ 王彦雪

溶栓药物是一种常用的治疗脑卒中的方法,能够快速疏通堵塞的脑血管,从而挽救受损的脑组织。然而,使用溶栓药物也存在一定的风险和注意事项,以下将为大家详细介绍。

## 一、风险

- 出血风险:**溶栓药物的使用会增加出血的风险,特别是在脑实质、消化道、泌尿道等部位。因此,在使用溶栓药物时,应密切监测患者的生命体征、尿液颜色、颅内压等指标。
- 过敏反应:**部分患者对溶栓药物可能存在过敏反应,如皮疹、呼吸困难、休克等。如果出现过敏反应,应立即停药并采取相应的

急救措施。

3. 血压波动:溶栓药物的使用可能导致血压短期内波动,这可能会加重脑卒中的病情。因此,在使用溶栓药物前,应调整好患者的血压,保持稳定。

4. 血栓栓塞:虽然溶栓药物能够疏通堵塞的血管,但同时也可能将血栓扩散到其他部位,增加血栓栓塞的风险。因此,在使用溶栓药物时,应密切关注患者的病情,及时调整治疗方案。

## 二、注意事项

1. 严格适应症:使用溶栓药物前,应严格评估患者的病情,符合适应症的患者才能使用。不符合适应症的患者强行使用溶栓药物,

可能会增加风险和并发症。

2. 观察生命体征:在使用溶栓药物的过程中,应密切监测患者的生命体征,如血压、心率、呼吸等指标。一旦出现异常情况,应及时采取相应的急救措施。

3. 饮食和水分摄入:患者在溶栓期间应保持饮食清淡,避免过度油腻和刺激性食物。同时,应保持充足的水分摄入,以防血液粘稠度增加和血栓栓塞。

4. 避免剧烈运动:溶栓药物的使用可能会影响患者的平衡能力,因此在溶栓期间应避免剧烈运动,以防止摔倒和意外伤害。

5. 定期复查:在使用溶栓药物后,应定期进行相关检查,如头部 CT、血液常规、尿液

常规等,以便及时发现并发症并采取相应的治疗措施。

6. 配合医生治疗:患者应积极配合医生的治疗方案,按时服药、定期复查,并保持良好的生活习惯和心态。

总之,脑卒中患者使用溶栓药物存在一定的风险和注意事项。在使用溶栓药物前,应严格评估患者的病情,符合适应症的患者才能使用。

在使用过程中,应密切监测患者的生命体征和病情变化,及时调整治疗方案。同时,患者应保持健康的生活方式,积极配合医生的治疗建议。如有疑问,请及时就医咨询专业医生。

(作者单位:河北省宁晋县医院)

# 宫颈癌筛查,预防胜于治疗

## □ 张红娟

助医生发现可疑病变。

## 三、宫颈癌筛查的误区

- “一次筛查终身无忧”:**这是错误的观念。宫颈癌筛查需要定期进行,一般建议每 3 至 5 年进行一次细胞学检查和 HPV 检测。
- “HPV 感染一定会得宫颈癌”:**HPV 感染很常见,但大多数感染都是一过性的,只有少数高危型 HPV 持续感染才会导致宫颈癌。因此,发现 HPV 感染不必恐慌,只要定期复查,及时处理异常病变即可。
- “筛查结果正常就万事大吉”:**筛查结果正常只是说明当前宫颈状况良好,但不能保证未来不会发生病变。因此,即使筛查结果正常,也要保持良好的生活习惯,定期进行筛查。

## 四、如何正确进行宫颈癌筛查

- 选择正规医疗机构:宫颈癌筛查需要

宫颈癌是女性常见的恶性肿瘤之一,然而,通过科学的预防和早期筛查,宫颈癌是可以被有效控制和预防的。本文将详细介绍宫颈癌筛查的重要性、常见方法以及一些需要注意的误区,帮助女性朋友们更好地保护自己的健康。

## 一、宫颈癌筛查的重要性

宫颈癌筛查是通过一系列的检查方法,发现宫颈部位是否存在可能发展成癌症的病变。早期发现、早期治疗,是宫颈癌防治的关键。通过筛查,可以及时发现并处理宫颈的癌前病变,从而有效防止癌症的发生。宫颈癌的早期症状不明显,而晚期宫颈癌已经发展到不可逆转的阶段,因此,定期进行宫颈癌筛查至关重要。

## 二、宫颈癌筛查的常见方法

1. 宫颈细胞学检查(TCT):这是最常用的筛查方法,通过采集宫颈表面的细胞,进行显微镜下观察,判断是否存在异常细胞。年龄在 21 至 29 岁的女性应每三年进行一次 TCT 检查,年龄在 30 至 65 岁的女性可以选择每三年进行一次 TCT 检查,或者每五年进行一次 TCT 联合 HPV 病毒检测。

2. 人乳头瘤病毒(HPV)检测:HPV 是宫颈癌的主要致病因素,通过检测 HPV 感染情况,可以预测患宫颈癌的风险。HPV 检测可以单独进行,也可以与 TCT 检查联合进行,提高筛查的准确性。

3. 阴道镜检查:当细胞学检查或 HPV 检测发现异常时,医生会建议进行阴道镜检查,以便更直观地观察宫颈情况。阴道镜检查是一种微创检查,通过放大宫颈部位的图像,帮

专业医生进行操作和解读结果,因此一定要选择正规的医疗机构进行检查。

2. 了解筛查方法:在进行筛查前,了解各种筛查方法的优缺点和适用人群,以便选择最适合自己的筛查方案。

3. 保持良好生活习惯:宫颈癌的发生与多种因素有关,如不良生活习惯、感染等。因此,在进行筛查的同时,也要保持良好的生活习惯,如戒烟限酒、注意个人卫生等。

总之,预防胜于治疗,宫颈癌筛查是守护女性健康的重要一环。广大女性朋友们应提高警惕,正确理解和对待宫颈癌筛查,主动了解宫颈癌的相关知识,知晓宫颈癌筛查的重要性,选择适合自己的筛查方法,真正做到对自己的健康负责。

(作者单位:河北省石家庄市第四医院)