

# 眩晕的定义与分类及家庭护理

□ 刘旭

眩晕是一种常见的临床症状,它不仅仅是简单的头晕,而是一种更为复杂和严重的身体反应。为了全面了解和应对眩晕,我们需要从多个角度进行解析,并提供家庭护理的建议。

## 一、眩晕的定义与分类

眩晕是指患者感到周围物体或自身在旋转、晃动或倾斜,通常伴随着站立不稳和恶心、呕吐等症状。根据病因,眩晕可以分为前庭系统性眩晕(真性眩晕)和非前庭系统性眩晕(一般性眩晕)。前者主要由内耳、前庭神经或大脑病变引起,后者则多由全身性疾病导致。

## 二、眩晕的常见病因

- 内耳病变:如梅尼埃病、迷路炎等,这些疾病会影响内耳的淋巴液循环,导致平衡功能异常。
  - 神经系统疾病:包括脑血管病、多发性硬化等,这些疾病会影响大脑和前庭神经的正常功能。
  - 心脑血管疾病:如高血压、低血压、冠心病等,这些疾病会导致脑供血不足,引起眩晕。
  - 药物副作用:某些药物如降压类药物、降糖类药物等,可能会损伤内耳功能,导致眩晕。
- ### 三、眩晕的家庭护理
- 发作时护理:眩晕发作时,患者应卧床休息,闭目养神,避免剧烈运动。改变体位时

- 动作要缓慢,以防症状加重。
- 环境护理:保持所处环境安静,避免噪音和强光刺激。地面应保持干燥、无障碍物,防止滑倒或绊倒。卫生间应设置防滑设施和扶手,确保患者安全。
- 饮食护理:眩晕患者应保持清淡、低盐低脂的饮食,增加粗纤维素食物摄入,避免暴饮暴食和肥甘厚味。建议多吃富含维生素C的水果和新鲜蔬菜。
- 心理护理:保持心情舒畅对眩晕患者的恢复有很大帮助。家人应多给予关心和支持,帮助患者缓解焦虑情绪。
- 安全护理:眩晕发作时,患者可能伴有恶心、呕吐等症状,应确保呕吐物及时清理,

避免误吸导致窒息。患者在发作期间需要有人陪伴,以防跌倒受伤。

## 四、何时就医

眩晕症状持续不减或加重时,应及时就医。特别是当眩晕伴有新发或非常严重的头痛、视物成双或模糊、口齿不清、单侧肢体无力或麻木等症状时,应立即拨打急救电话。

## 五、结语

眩晕是一种复杂的临床症状,涉及多个系统和器官。通过全面了解眩晕的定义、分类、病因以及家庭护理措施,我们可以更好地应对这一症状,提高患者的生活质量。同时,及时就医和专业的医疗干预也是治疗眩晕的关键。

(作者单位:河北省香河县中医院)

# 中医对不孕不育的辨证施治策略

□ 马娜娜

不孕不育作为现代社会中日益凸显的健康问题,给许多家庭带来了困扰。中医作为传统医学的重要组成部分,在治疗不孕不育方面有着悠久的历史 and 独特的辨证施治策略。本文将分条揭秘中医如何针对不同类型的

- 不孕不育进行辨证施治。
- ### 1. 辨证分型,精准治疗
- 中医认为,不孕不育的病因复杂多样,与肾、肝、脾、心等多个脏器的功能失调密切相关。因此,辨证分型是中医治疗不孕不育的首要步骤。
- 常见的分型包括肾阴虚型、肾阳虚型、肝郁气滞型、血虚型等。每种类型需根据其具体症状进行个性化治疗,如肾阴虚者多采用六味地黄丸等方剂滋补肾阴,肾阳虚者则常用金匮肾气丸温补肾阳。
- ### 2. 综合调理,整体治疗
- 中医强调整体观念,认为人体是一个有机整体,各脏腑之间相互关联、相互影响。因此,在治疗不孕不育时,中医不仅关注生殖系统本身,还注重整体调理。通过中药内服、针灸、推拿等多种手段,调节气血、平衡阴阳,改善机体内环境,从而提高生育能力。
- ### 3. 辨证用药,灵活调整
- 中医治疗不孕不育的方剂多种多样,且用药灵活多变。医生会根据患者的具体病情、体质及季节变化等因素,灵活调整方剂中的药物种类和剂量。例如,对于湿热蕴结型不孕

- 不育,可采用败酱草、茵陈等清热利湿的药物;而对于气虚血瘀型患者,则可能选用桃红四物汤等活血化瘀的方剂。此外,中医还注重药物的配伍禁忌和服用方法,以确保疗效的最大化。
- ### 4. 强调心理调适与生活方式干预
- 中医认为,心理因素对不孕不育的影响不容忽视。因此,在治疗过程中,医生还会关注患者的心理状态,进行必要的心理疏导和调适。
- 同时,中医也强调生活方式干预的重要性,建议患者保持规律作息、合理饮食、适量运动等健康生活方式,以增强体质、提高生育能力。

## 5. 遵循科学原则,避免盲目治疗

虽然中医治疗不孕不育具有独特优势,但患者也应遵循科学原则,避免盲目治疗。在选择中医治疗时,应选择正规医疗机构和具有丰富经验的中医医师进行诊治。同时,患者还应积极配合医生的诊疗方案,按时服药、定期复查,以确保治疗效果的最大化。

综上所述,中医对不孕不育的辨证施治策略具有个性化、整体化、灵活化等特点。

通过辨证分型、综合调理、辨证用药、心理调适与生活方式干预等手段,中医能够为不孕不育患者提供有效的治疗方案,帮助他们重拾生育希望。

(作者单位:河北省香河县中医院)

# 小儿推拿的能效及手法

□ 唐礼强

小儿推拿,作为中医推拿的一种,以其独特的魅力和显著的疗效,在现代儿科保健和健康复和疗中占据了重要地位。它不仅是纯绿色的疗法,更是家长们信赖的、安全有效的儿童健康守护者。以下将从多个角度详细解读小儿推拿这一神奇疗法。

## 一、小儿推拿的基本原理

小儿推拿建立在中医整体观念的基础上,以阴阳五行、脏腑经络等学说为理论指导。通过调节脏腑、疏通经络、调和气血、平衡阴阳,来改善儿童的体质,增强机体抵抗力和抗病能力,提高机体的免疫力。这种疗法无毒副作用,操作简便安全,孩子非常容易接受。

## 二、小儿推拿的主要功效

- 提高小儿机体各项功能:通过刺激穴位,调整经络气血、阴阳平衡,增强正气,减少患病机会。临床实践证明,小儿推拿确实能增强免疫功能,保证小儿气血充盈、食欲旺盛、发育正常。
  - 缓解、解除小儿病痛:推拿身体的某一部分,通过经络的联系,使体内相应的脏器产生生理变化,从而达到治疗疾病的作用。其治疗范围广泛,包括发热、感冒、咳嗽、哮喘、腹痛、腹泻、便秘、厌食等多种常见病。
  - 未病先防,提高抵抗力:通过推拿,小儿气血调和、经络通畅、阴阳平衡、正气充足,从而起到预防疾病的作用。
- ### 三、小儿推拿的常用手法

- 补脾经:位置在拇指桡侧缘或拇指末节螺纹面,通过推按可健脾胃、补气血。
  - 摩腹:用掌面或四指指腹在腹部按摩,顺时针摩腹消食导滞通便,逆时针摩腹健脾止泻。
  - 按揉足三里:在外侧膝眼下3寸,胫骨外侧约一横指处,按揉可健脾胃、调中气。
  - 捏脊:从大椎穴至长强穴自下而上捏脊,可提高免疫力、健旺脾胃、通经络,主治一些慢性疾病,如疳积、腹泻、便秘等。
- ### 四、小儿推拿的适用与禁忌
- 小儿推拿适用于多种常见病症的治疗和日常保健,但并非所有孩子都适合。皮肤有外伤、感染性疾病、肿瘤、传染病以及严重心脏病、精神病的儿童,应避免推拿。

病、精神病的儿童,应避免推拿。

## 五、小儿推拿的安全性及优势

小儿推拿操作简便,不需要任何器械、药品及医疗设备,依靠家长的双手在小儿体表部位施行手法,即可达到防治疾病的目的。它不受医疗条件的限制,随时随地都可实施,不仅安全稳定、不易反弹,而且见效快、疗效高。最重要的是,孩子不会感到痛苦,易于接受,能够消除在疾病治疗过程中的恐惧心理。

总之,小儿推拿作为一种绿色疗法,以其独特的魅力和显著的疗效,为宝宝的健康保驾护航。家长们不妨在了解和学习后,为宝宝提供这一安全、有效的保健方式。

(作者单位:四川省宜宾市第二人民医院)

# CT报告:常见疾病影像特征大揭秘

□ 提恩刚

CT(Computed Tomography)即计算机断层扫描,是现代医学中一种重要的影像学检查手段。通过多个角度的X射线扫描和计算机处理,CT可以生成清晰的人体横断面影像,帮助医生准确诊断疾病。本文将揭秘几种常见疾病的CT影像特征,帮助您更好地理解CT报告。

## 1. 钙化灶

钙化灶是肺部细胞炎症感染后留下的疤痕,表现为病灶伴随着钙盐沉积。常见于肺结核等陈旧性病灶,肺结核在恢复后容易遗留有肺部钙化灶。这种钙化灶在CT上呈现为高密度影,形态规则,边缘清晰,一般无需特殊处理。

## 2. 双肺纹理增多

双肺纹理主要由肺内的支气管、血管以及淋巴管等构成。纹理增多常见于支气管炎患者,表现为胸片上的肺纹理增粗、增重。然而,肺纹理增多并不具有特异性,有时正常人也表现出肺纹理增多。若无呼吸系统症状,可按时复查,无需特殊处理。

## 3. 肺纤维索条影

肺纤维索条影是肺部在长期的慢性病变后遗留的疤痕,表现为CT上的条索状高密度影。这种影像特征多见于肺结核、慢性肺炎等疾病治愈后的肺部改变,一般无需治疗,但需定期随访观察。

## 4. 胸膜肥厚

胸膜肥厚表现为CT上的双侧胸膜增厚,提示胸膜腔以前可能有炎症表现。炎症长

时间刺激容易导致胸膜增厚。若无明显不适症状,可观察处理。但在肺癌的治疗中,术后复查新出现单纯的胸膜增厚,可能是术后胸膜黏连导致,需高度警惕。

## 5. 磨玻璃影

磨玻璃影是肺内可见密度增高的、像磨玻璃样的阴影,常见于肺部感染,尤其是病毒感染引起的肺部炎症。细菌感染、真菌感染等也可能出现磨玻璃影。出现磨玻璃影时,建议找专业的呼吸内科医生就诊,以明确诊断。

## 6. 纤维灶

纤维灶是炎症感染愈合后遗留下来的纤维化病灶,表现为CT上的高密度影,形态规则,边缘清晰。纤维灶一般为良性病变,无需特殊处理,但需定期随访观察。

## 7. 肺结节

肺结节是指肺内直径 $\leq 3\text{cm}$ 的软组织阴影。肺结节不等于肺癌,多数是慢性炎症性的。即使体检出现肺结节,也不用慌张,只要做好每年的随访复查即可。

若结节形态不规则、边缘模糊或密度不均匀,需高度警惕肺癌的可能性。

## 结语

CT检查作为一种重要的影像学检查手段,能够帮助医生准确诊断疾病。了解常见疾病的CT影像特征,有助于我们更好地理解CT报告,及时发现问题并采取相应的治疗措施。当然,对于CT报告中的任何异常,都应咨询专业医生,切勿自行解读和处理。

(作者单位:河北省沧县医院)