



急性播散性脑脊髓炎的治疗

濮阳市人民医院儿童重症医学科 刘丽娟

急性播散性脑脊髓炎(ADEM)是一种广泛累及中枢神经系统的以急性炎性脱髓鞘病变为特征的免疫相关性疾病。2007年,科研人员首次使用髓鞘少突胶质细胞糖蛋白(MOG)四聚体放射免疫分析法报告了儿童 MOG 抗体与 ADEM 的关联.MOG 是中枢神经系统少突胶质细胞膜上参与髓鞘构成的蛋白,仅存在于髓鞘的外层。MOG 抗体曾被认为是多种中枢神经系统脱髓鞘疾病的非特异性抗体,近

10 年来,在视神经脊髓炎谱系疾病、视神经炎、孤立综合征等中枢神经系统获得性脱髓鞘综合征中相继检测到,其中儿童以 ADEM 检出率最高。

患儿急性期应该使用足量的激素来抑制炎性脱髓鞘的过程,接受甲泼尼龙 10-20mg/kg 冲击治疗 3-5 天,逐渐减量至泼尼松 1- 2mg/kg 维持治疗,总疗程 3-6 个月,复发时联合静注免疫球蛋白至随访时无复发。

慢性肝炎春夏季养生要点

濮阳市中医医院 刘建华

慢性肝炎获得临床治愈后,也有可能复发。国内有人观察了四季慢性肝炎患者肝功能的波动情况,发现在春夏季肝功能波动比例最高。所以,慢性肝炎患者的康复需要长期养护,特别是在一年之中的春夏季。春夏季,日照时间越来越长,夜间休息时间缩短,睡眠质量变差;活动时间变长,出汗较多,易于劳累;气温越来越高,食物易腐败。这些因素可导致身体抵抗力下降,增加肝脏的负担,从而使原来受损的肝细胞雪上加霜。在春夏季,慢性肝炎患者的养生重点也在于避免上述季节的变化带来的不利因素。

1.保持充足的睡眠。有研究发现,失眠状态可导致大脑兴奋,脑血流量增加,肝血流量减少,会加剧患者的不良情绪,降低机体免疫力,导致病情加重。而春夏季白昼变长,夜间休息时间变短,如果睡眠时间不充足,慢性肝炎

患者可能会出现肝功能波动,不利于康复。所以,在春夏季,慢性肝炎患者一定要有充足的睡眠,夜间睡眠时可以增加肝脏血液的流量,减轻肝脏的生理负担,使肝脏得到更多营养供给,有助于肝细胞的修复。

2.避免过度劳累。慢性肝炎患者大多数有疲劳的症状,因为春夏季白昼时间变长,活动时间也明显增加,会增加肝脏的负担。而且肝脏生病后,大部分功能下降,当剧烈运动时,肝脏的血流量减少、营养供给变少,肝脏痊愈就越慢,不利于治疗与恢复。因而,在春夏季适量减少活动时间,保证充足的休息,可以减轻肝脏的负担,有助于促进肝细胞的修复和再生。

3.适度的体育锻炼。慢性肝炎患者常有食欲差、厌油、乏力等临床症状,这些症状会影响患者的生活质量。有研究发现,适量的运动锻炼可提高慢性肝炎患者的免疫力,从而促进康

健康

若上述办法治疗效果欠佳,可尝试使用血浆置换。美国血浆置换协会对 ADEM 采用血浆置换的推荐等级为Ⅱ类推荐,每次置换血浆量按 40mL/kg 或 1-1.5 倍血浆容量计算,隔日一次,连续 5 次,可直接清除这些炎症反应因子,减轻患者症状。

ADEM 病情常进展迅速,平均达峰时间 4.5 天。常见的症状包括发热、头痛、精神萎靡等;常见的体征包括意识障碍、双侧或单侧长束征、急性偏瘫、偏身感觉障碍及共济失调,1/3 的患儿有脑膜刺激征。癫痫在 ADEM 儿童中多见,且以局灶运动性癫痫为主,有的会发展成癫痫持续状态。ADEM 预后常遗留明显功能障碍,儿童恢复后常伴有精神发育迟滞、癫痫发作等问题。

复。建议肝炎患者在肝功能稳定期适当进行活动,活动后不要感到疲劳,可选择散步等轻体力活动。但要注意的是,慢性肝炎患者在进行活动时若出现疲劳、乏力、肝区不适等症状,要立刻停下来,避免过度活动。

4.合理的饮食搭配。慢性肝炎患者要注意合理的饮食搭配,保证营养均衡,以选择营养丰富、易消化的食物为原则。一要保证摄入适量的优质蛋白质和热量,蛋白质有助于肝细胞的恢复和再生,改善肝功能。慢性肝炎患者肝细胞制造糖和贮存糖的能力下降,不能摄入足够的能量就容易感到疲倦乏力,摄入适当热量的饮食可以改善其临床症状。但也要避免摄入过多的高热量食物,以免出现脂肪肝而导致病情加重。二要戒烟戒酒,烟酒都会损害肝细胞,抑制肝细胞修复和再生,加重病情。三要避免进食腐烂或霉变的食物,这些食物会加重肝脏的负担,黄曲霉素甚至可以诱发癌变。

5.避免不合理的用药。春夏季易患流感、胃肠道疾病,很多治疗这类疾病的药物会通过肝脏代谢,损伤肝功能。所以,在治疗这些疾病时要向医生交代肝炎病史,避免医生误用损伤肝脏的药物,切忌自行服药治疗。

房颤的传统治疗主要有药物对症治疗、介入导管消融手术、左心耳封堵术,目前新兴的“房颤射频消融+左心耳封堵‘一站式’手术”深受患者青睐。该手术利用射频消融及左心耳封堵技术,为房颤患者解除了心源性卒中的健康隐患,撑起了一把远离卒中的“保护伞”。

房颤的预防需要综合考虑。首先,要规律生活,稳定情绪,避免熬夜。避免摄入高度刺激性饮食,避免过量饮酒,过度饮用浓茶、浓咖啡。其次,患有高血压、冠心病、急性心肌梗死、感染性心内膜炎等心脏疾病的患者,要在医生的指导下规范治疗,以免加重心脏损伤,引起心肌缺血、心功能障碍,诱发房颤发作。

准确位置,说明自己可能是急性心梗发作。
2.保持房间门开放状态,以便急救人员到达后能够顺利进入房间。
3.在靠近门的合适位置平卧休息,保证急救人员到达后能够第一时间发现您。
4.可舌下含服硝酸甘油一片,有条件者可口服阿司匹林及氯吡格雷(或替格瑞洛)。
5.尽量舒缓情绪,耐心等待。尽早发现、尽早诊断和尽早救治,是挽救心梗患者生命的关键,也是改善心梗患者长期生活质量和预后的基石。

总之,心梗虽然危重,但只要能够在症状发生时及时采取适当的应对措施,尽早到达医院,绝大多数的心梗患者都可以早期开通血管,并得到及时治疗,避免更严重的后果。

中药煎剂进行熏洗,将中药煎剂趁热熏蒸肛周患处,使药物直接作用于肛周,促进肛周血液循环,加速炎症吸收和消散。药物直接作用于局部可以强化对有效成分的吸收,减少药物对肝肾的损伤。常用苦参、黄柏等清热燥湿止痒;用桃仁、红花、当归等活血化瘀。

2.敷药法。将药物制成膏剂或散剂直接涂敷在患处,药物可以直接作用于局部,促进创口愈合。常用煨龙骨、冰片、血竭等敛疮生肌。
3.塞药法。将栓剂或药膏直接纳入肛内,药物溶化后可以经过肠道黏膜直接吸收,达到祛风除湿、解毒消肿的治疗效果。常用荆芥、防风、黄连等药物。

中医治疗肛周脓肿的方法有很多,还可以用灌肠汤、针灸、穴位注射、耳穴压豆等方法治疗。

行一些简单的康复锻炼,如肌肉收缩、被动屈伸、平衡训练等,以恢复关节的运动范围和肌肉力量,促进伤口的愈合。

中期康复。在手术后的中期阶段,可以进行逐渐加强的康复训练,如踏步练习、单腿平衡、侧向跳跃等,以进一步恢复肌肉力量 and 平衡能力,增加关节的稳定性。

晚期康复。在手术后的晚期阶段,可以进行更为复杂的康复训练,如跳跃、倒立、深蹲等,以增强肌肉力量和关节的稳定性,改善运动能力。此外,还可以采用一些物理治疗手段,如热敷、电疗等,促进血液循环和软组织的恢复。

总之,对于半月板损伤的康复,需要根据患者的具体情况进行个体化的治疗和康复训练。

中西医结合如何防治慢性肾病

河南科技大学第二附属医院体检科 姚博

慢性肾病是一种严重影响人们身体健康的常见病,此病目前没有特效药物,大多数不能根治。而中医药在治疗慢性肾脏疾病方面具有独特优势,在治疗中,中西医并用可以提高疗效,改善患者生存质量,延长患者生存时间。今天,我们就来聊聊中西医结合如何防治慢性肾病。

为什么要中西医结合治疗慢性肾病?

在慢性肾病的治疗中,西医以支持对症为主已被认可,但此类疾病有病程长、表现复杂的特征;中医中药以巩固治疗为主,易被多数病人所接受。慢性肾病使用激素治疗,有诸多的不利因素,虽然短期内能控制症状,但停药后容易复发,且疗效有限,有较多副作用,可引起医源性肾上腺皮质功能亢进症。如单纯使用中药治疗,短期内又难以迅速控制症状。因此,中西

医结合治疗慢性肾病综合证比单用西药治疗效果较好,可明显提高缓解率,减少激素不良反应,疗效令人满意。

中西医结合如何治疗慢性肾病?

中西医结合并不是简单的西医治疗加上服用中药,而是在借鉴西医精准诊断的同时,注重发挥中医药的优势。

在进行分期治疗时,早中期以中医药为主,晚期以中西医结合为主;慢性期以中医药为主,急性期以中西医结合为主。

在急性期以西医西药有效控制后,病情稳定时以中医中药辨证施治为主,延缓病情发展,以达到中西医相结合的治疗目的。

应该注意的是,选择中西医结合治疗慢性肾病的患者,为保证治疗效果,要选择有治疗经验的正规医疗机构。

肺栓塞常见症状及预防措施

驻马店市中心医院呼吸重症医学科(RICU) 申国庆

肺栓塞是以各种栓子堵塞肺动脉系统为发病原因的一组疾病或临床综合征的总称,大多数(大于 95%)是由下肢的静脉血栓松动、脱落并移动到肺部的血管引发的急症(DVT-PTE),其阻塞物最常见的是来自静脉系统或右心血栓,少数情况下肺栓塞可能由其他物质引起,如肿瘤栓子、气泡、脂肪、羊水等。

当人体患上肺栓塞后,大多数患者会出现以下常见症状。

- 气短。通常是不明原因的呼吸困难和气促,这种症状通常会突然出现,甚至在休息时也会呼吸困难,并且随着身体活动而加重。一部分人可表现为咳嗽、心悸。
- 胸部疼痛。有些可能感觉像是心脏病发作,当深呼吸时常常感到剧烈疼痛,甚至无法深呼吸,一部分人合并少量咯血。
- 昏厥。如果心率或血压突然下降,可

能会昏倒(晕厥)。

那么,如何预防肺栓塞呢?

- 增加运动量。在日常生活中多注意体能锻炼,特别是久坐的人群,应该站起来多活动,促进新陈代谢,避免出现深静脉血栓的形成,从而有效预防肺栓塞。
- 机械预防。由于该项预防措施具有一定的专业性,需要在医生的指导下进行,主要是通过使用梯度加压弹力袜、静脉足泵等,促进人体深静脉血液的流动,以免形成血栓。
- 药物预防。主要是针对具有血栓风险的人群,比如静脉曲张患者,或者是肥胖、年龄较大者。通常采用的药物为抗凝剂。

在肺栓塞的诊治中,了解并做好有效的预防措施是行之有效的方法,早预防、早发现、早治疗是最为经济的有效措施。

特发性肺纤维化患者如何治疗

南阳油田总医院呼吸内科 张保庆

特发性肺纤维化是一种慢性进行性、纤维化性间质性肺疾病,由于其病因尚不明确,故称特发性肺纤维化。

特发性肺纤维化病变局限于肺脏,主要累及肺间质和肺泡腔,表现为进行性肺间质纤维化,临床上根据其病程可分为急性、亚急性和慢性三种类型。患者发病急性期会出现肺间质水肿、纤维蛋白渗出、成纤维细胞增生等现象;病变晚期,患者肺间质纤维组织会出现弥漫性增生,还常伴有肺气肿。

特发性肺纤维化一般会引起患者呼吸困难,主要机制为肺泡上皮损伤和异常修复,异常修复会导致肺脏纤维组织弥漫增生,而纤维组织增生可使肺的弹性阻力增

大、顺应性降低,限制吸气时肺泡扩张,从而引起患者呼吸困难。随着病情进展,呼吸困难还会出现进行性加重。

特发性肺纤维化临床表现主要有呼吸困难(劳力性呼吸困难进行性加重)、干咳(或少量黏液痰,合并感染时可出现脓痰、黏液脓痰),部分患者还会出现一些全身症状,比如消瘦、乏力、关节疼痛、食欲下降、发热等。患者常见体征有呼吸困难、发绀、杵状指、胸廓扩张、双肺中下爆裂音等。

特发性肺纤维化影像学检查首选 HRCT,病变常表现为网格状、蜂窝状改变。其他检查有肺功能检查、支气管肺灌洗以及肺组织活检检查。

长期卧床患者的一般护理措施

台前县人民医院急诊科 李峰

由于长期卧床患者容易出现压疮、便秘、感染、肌肉萎缩、关节粘连等并发症,所以,这类患者除了要进行原发病的常规护理外,还应采取一些护理措施,预防并发症的发生。

- 预防压疮。长期卧床患者由于背部、骶尾部等处一直受压,影响血液循环,容易造成局部组织破损、坏死而形成压疮,所以,这类病人日常护理时需注意多翻身,及时擦拭身体上的汗液或排泄物,并更换干爽透气的衣物,预防压疮的产生。
- 预防便秘。长期卧床患者日常护理还需要注意粗纤维食物的补充,因为患者久卧床活动量小,导致其肠蠕动减慢,容易出现便秘的情况,而粗纤维食物有助于保持大便松软,可以预防或改善患者便秘的情况。此

胆总管结石的典型症状和治疗方法

永城市人民医院普通外科 张军

在胆结石尚未梗阻胆管时,患者常无明显症状,少数(仅有上腹不适感;结石引起胆管梗阻时可出现典型症状,包括腹痛、黄疸、寒战高热,即夏科氏三联征。
1. 腹痛。腹痛多位于右上腹及剑突下部,主要是阵发性绞痛,疼痛可放射到右侧肩部或后背,常伴有恶心想不适感。
2. 黄疸。胆管梗阻后,胆汁无法排入肠道而出现淤积,胆汁淤积反流入血从而引起黄疸,表现为皮肤黏膜黄染。
3.寒战高热。胆总管结石梗阻容易继发细菌感染,从而诱发急性胆管炎。胆管梗阻和胆管内炎症会使胆管内压力增高,导致细菌、毒素逆行进入血液循环引起全身感染,而出现寒战高热情况,多数患者体温可达 39-40 摄氏度。

胆总管结石一般会采取以下治疗方法。

- 一般治疗。缓解期清淡、规律饮食,急性胆绞痛或胆管炎发作期立即禁食。
- 药物治疗。胆总管结石发作,胆绞痛或急性胆管炎时,一般可以给予解痉止痛药(双氯芬酸钠、吲哚美辛等)、抗感染药物(头孢克肟片、左氧氟沙星等)进行治疗。同时,应注意补水,并完善其他检查,预备尽早进行手术治疗。
- 手术治疗。胆总管结石尤其是较大的结石(直径大于 5mm),容易造成胆管梗阻,胆管出现梗阻很快会继发细菌感染,导致胆管炎、全身感染甚至休克,危险性比较大。所以,若患者出现胆总管结石,在其没有症状发作时,也应积极进行腹腔镜或开腹手术取石治疗。

急性心梗的日常预防和自救

许昌北海医院重症医学科 张艳玲

急性心梗由于其突发性强、死亡率高,而让很多人心生畏惧。应该如何预防急性心梗?发生急性心梗又应该怎么办?今天,为大家进行详细讲解。

急性心梗属于冠心病的一种,指由于冠状动脉急性、持续性缺血缺氧所引起的心肌坏死,多有剧烈而持续的胸骨后疼痛、休息或含服硝酸甘油不易缓解的特点,伴有心肌梗死标志物的升高及心电图的动态改变。

一、预防急性心梗要注意以下几点

- 1.定期体检,积极治疗基础疾病,如高血

压、糖尿病、高脂血症等。

- 2.避免过度劳累,适当运动。
 - 3.注意气候变化,做好防寒保暖。
 - 4.健康的生活方式,合理膳食、不暴饮暴食,戒烟限酒,保持心情愉快,作息规律。
 - 5.老年人要避免情绪激动,多吃水果蔬菜,饮食清淡,保持排便通畅。
- 二、突发心梗时如何自救
- 若突发心梗时,身边又无他人陪同,可采取以下五项措施进行自救:
- 1.拨打“120”急救电话,告知接线员您的

中医治疗肛周脓肿的方法

开封市中医肛肠科 王传海

肛周脓肿可归属于中医肛疳范畴,是中医肛肠科常见的一种疾病,通常指肛腺感染化脓,蔓延到肛管周围间隙或肛管皮下与黏膜下形成的脓肿,常见肛周疼痛难忍、红肿发热、坠胀不适、里急后重、大便秘结等症状,还可能伴随发热、乏力等全身表现。

得了肛周脓肿该怎么办

一旦出现肛周脓肿,应及时切开引流,以免脓肿溃破,甚至演变成肛瘘。此外,中医治疗

也可以帮你恢复健康,通常可分为内治法和外治法两种。

内治法

中医治疗从整体观念出发,辨证论治,内服中药以缓解不适症状,促进脓肿消退。如肛周脓肿常有出血、便秘等症状,可以用马齿苋、紫草等凉血止血;用大黄、枳实等通便排便。

外治法

- 1.熏洗法。肛周瘰癧,有炎性渗出的,可用

半月板损伤的治疗方法和康复技巧

范县顺乡中医骨伤科医院骨科 魏振侠

半月板是膝关节内的重要结构之一,由软骨组织构成,主要作用是保护关节表面,吸收冲击力和稳定关节。然而,由于运动、劳动、年龄等因素的影响,半月板常会发生损伤,导致膝关节疼痛、肿胀、运动功能受限等问题。本文将介绍半月板损伤的治疗方法和康复技巧。

保守治疗。对于轻度的半月板损伤,可以采用保守治疗,如休息、冰敷、按摩、牵引等物理治疗手段,以减轻疼痛和肿胀,促进伤口的

愈合。此外,还可以采用非甾体抗炎药等药物来缓解疼痛和炎症。

手术治疗。对于较为严重的半月板损伤,保守治疗可能无法达到理想的治疗效果,此时需要考虑手术治疗。手术治疗方式包括关节镜下半月板修复、半月板切除等。

在手术后需要进行康复训练,以恢复关节功能和运动能力。

早期康复。在手术后的早期阶段,需要进