

# 做CT检查对身体危害大吗



由于新冠疫情,很多人一有咳嗽就想马上到医院做CT,看看自己是不是“白肺”了。那么到底应该在什么情况下才到医院做CT?CT检查对人体有危害吗?

CT检查是临床上常见且适用范围相对较广的一种检查方式。在日常生活中,相信很多人都进行过CT检查。CT检查的优势是能够对检查部位的实际情况进行较为清晰的反馈,作为一种临床上较为主要的检查手段,其效果获得了充分肯定。进行过或者是未进行CT检查的患者,或多或少都听说过CT存在辐射的情况。对实际情况不了解的患者,可能在听到CT检查有辐射后就会对该检查产生顾虑,担心它是否会对身体产生影响。为

了对CT检查有更充分地认识,同时关注CT检查是否会对身体造成影响,为大家简单做一下科普。

**1.CT检查对身体有损害吗**

要对这个问题进行回答,首先要了解CT检查的基本情况。CT检查是一种放射性检查项目,检查主要的原理就是通过X射线穿过人体,在仪器接收到相应信号后,将扫描的结果让计算机进行分析处理,随后形成CT诊断图像。医生再根据图像所反映的情况对患者实际病情进行分析。由于该诊断方式使用了放射性元素,所以必然会对人体产生一定的影响,其影响体现为会造成一定的辐射。对CT所产生的辐射量进行分析,它

所产生的辐射量是远远低于安全值的。也就是说这种诊断方式虽然会产生辐射,但所产生的辐射量是非常小的,并且具备较高的安全性。

因为CT对人体造成的电离辐射量十分小,甚至可以忽略不计,所以它对人体造成的伤害是非常小的。以实际情况进行分析,CT最常进行的检查就是胸部CT检查,在进行该项检查时,人体所接受的辐射量大约在5mSv左右,而人体自然状况下每年所受到的辐射量大约在2mSv左右,人体一年接受的辐射剂量在100mSv以下是安全的。由此可见,一年内实施单次或几次CT检查并不会对身体造成较大的危害。

**2.CT检查的注意事项**

CT检查的辐射量非常小,但值得注意的是,辐射剂量是具备累积效应的。如果患者在短时间内频繁进行CT检查,那么辐射量会进行持续积累,后续可能会对身体造成负面影响。为避免该情况,一般在进行CT检查的时候,医生都会控制检查的频率。一般情况下,CT一年之内进行检查的次数会较低

(一般建议≤5次),若将频率合理控制,它对人体危害几乎可以忽略不计。

**3.根据实际情况做好CT检查的利弊取舍**

如果没有控制好CT的检查频率或者持续频繁进行该项检查,可能会导致身体内积累的辐射量过多而产生相应危害。辐射量过多会导致细胞生长受到阻碍、生殖系统发育产生影响。那么为了避免CT检查造成的人体辐射就不检查CT了吗?答案当然是否定的,有些部位的检查可以替代,有些病变或部位的检查必须做CT才能诊断,现实生活中,我们既不能因为CT检查有辐射就不检查CT,也不能认为CT检查对人体的影响较小就长期大量检查。在只有检查,还是要进行CT检查,因为得不到CT提供的诊断依据导致病情对人体的损害远比CT辐射造成的损害大。所以在大多数情况下,只要按照医生要求进行,就不会出现上面的情况,CT检查依旧是效果较为突出,对人体影响相对较小的一种检查方式。

(千里)

## 壮医健康中国行

你了解脾脏吗?

壮医在长期研究中发现,脾脏内藏血较多,是人气血的贮藏调节库。脾是人体最大的淋巴器官,具有储血、造血、清除衰老红细胞和进行免疫应答的功能,并且能满足体内约90%的循环血液。当一个人的脾运化功能正常的时候,人体的消化吸收才会正常,营养才足够供给;若脾脏功能失调,不仅会出现食欲不振、腹胀、便溏等消化系统问题,还会引起气血不足和其他病变。因此,健脾在日常生活中,还是很有必要的。

健脾,要选对药材。一是陈皮。陈皮味苦、辛,性温,归肺、脾经,可理气健脾、燥湿化痰;二是炒白术。炒白术补虚,《医学启源》记载:“白术除湿益燥,和中益气,温中,去脾胃中湿,除胃热,强脾胃,进饮食,止渴,安胎”;三是山楂。山楂酸、甘,微温,归脾、胃、肝经,可消食健胃、行气散瘀、化浊降脂。

以上诸药可单用、联用。联用在适量范围内,无重复用药风险。在此基础上,还可加入党参、炒枳实、炒麦芽,其代表药物参考健脾糖浆。党参甘,平,补中益气,健脾强胃,和胃生津;炒枳实破气消积,化痰散痞,促进身体消化功能;炒麦芽行气消食,健脾开胃。六味药材合一,按照适当的配比和工艺制成健脾糖浆,可化健脾和消食功能为一体,用于脾胃虚弱、脘腹胀满、食少便溏。

(蒙苗)



## 健脾,要选对药材

## 日常怕冷中医调理

## 盆腔炎易导致不孕

很多女性对盆腔炎不重视,也不去治疗。想怀孕时才发现迟迟怀不上,盆腔炎对怀孕到底有没有影响呢?

有数据显示,女性盆腔炎患者发生不孕的概率是20%~30%,明显会影响怀孕,其发生异位妊娠的概率也是健康人的8~10倍。

急性盆腔炎得不到正确地治疗,就会逐渐发展为慢性盆腔炎。而女性生殖器官及附近组织的炎症往往并不是孤立的,常常相互影响。如慢性盆腔炎就很容易同时诱发输卵管炎症。输卵管一旦发生炎症,其黏膜或浆膜层往往会发生多处粘连,输卵管因为管口封闭或管腔粘连,会导致出现输卵管堵塞,且这种堵塞往往是双侧的。一般受孕过程中精子需要经过输卵管与卵子结合,才能形成受精卵,而一旦双侧输卵管堵塞,自然受孕的过程就因此受到阻碍,导致不孕。

输卵管炎症如果迁延不愈,进一步恶化,可出现输卵管纤维化、输卵管增粗,还易与周围其他组织发生粘连。当输卵管出现两端闭塞时,还容易发生输卵管积水,如果积水进入卵巢中,还会导致卵巢囊肿,这同样是造成女性不孕或宫外孕的重要原因。

中药灌肠疗法对急性慢性盆腔炎、输卵管积水有明显疗效。

对于有生育计划的女性患者,在盆腔炎完全治愈后2~3个月,可以考虑进行怀孕计划。

(全国名中医陈慧依传承工作室 俸曙光)

平素易怕冷者容易出现手脚冰凉,即使穿厚的衣服、喝热水、待在比较温暖的环境中也无法改善手脚冰凉问题。中医认为,手脚冰凉跟肝气不舒、阳气不足相关,所以调理的原则是疏肝解郁和补足阳气。

**饮食方面** 手脚冰凉者适当吃辛味食物,如牛肉、羊肉、桂圆以及鸡肉等;烹调食物时加入性温的调料,如洋葱、大葱、桂皮和

胡椒等,能促进血液循环,帮助身体升温,水果可选择葡萄、榴莲和桃子等;不能吃生冷瓜果和冷饮。

**生活方面** 睡觉前用热水泡脚,水温达到40℃左右,泡脚水没过脚踝,一直泡到身体发热为好;泡脚结束后,让脚底对搓,能改善全身血液循环,增加身体温度。从中医看来,背主阳,足太阳膀胱经和督脉集中在后背,因此多暖后背,能提升阳气和温通

经脉。

**运动方面** 动则生阳,坚持运动来提升阳气,促进血液循环。推荐缓和的有氧运动,除了普通的散步、骑自行车外,也可以选择打太极拳、八段锦、瑜伽等,以身体稍微出汗为好,运动不能追求大汗淋漓。

**作息方面** 肝气不舒不仅造成手脚发凉,而且也会导致情绪异常,烦躁,易发脾气等。因此应保持规律作息,按时起床,按时入

睡,拒绝熬夜。尤其是半夜23点至凌晨3点应处于深睡眠状态,能增加肝血流量,从而调养肝经。

**艾灸方面** 通过艾灸能祛除阴寒病邪,促使阳气恢复。艾灸大椎穴能提升阳气,祛除寒湿,提高抵抗力;艾灸足三里穴,能起到温中散寒和健脾胃功效,同时也具有补中益气作用;艾灸关元穴能治疗所有的阳虚证,缓解畏寒怕冷等症状。

(周杰)

## 导致排尿疼痛的疾病

正常情况下,成年人每天排尿7~8次,排出体内代谢废物、毒素以及多余水分,使新陈代谢正常运作,维持机体水、电解质和酸碱平衡。一般排尿顺利,几乎没有任何不适,然而有些人排尿时尿道、会阴部和膀胱有疼痛感,轻则出现烧灼样疼痛,重则出现刀割样疼痛。导致排尿疼痛的疾病有哪些呢?

**肾输尿管结石** 一般小结石可随着尿液排出体外,但较大的结石经输尿管排出时可能会造成输尿管梗

阻,从而引起绞痛,同时伴有恶心、呕吐、血尿以及下腹部以及背部剧烈疼痛。

**盆腔炎** 女性排尿疼痛也有可能是盆腔炎造成,同时伴有阴道或尿道分泌物异常,下腹部疼痛,高热寒战、月经异常、性生活疼痛以及恶心呕吐等。

**泌尿道感染** 泌尿道感染会影响泌尿系统多个部位。肾脏、输尿管和膀胱以及尿道都无法幸免。除了排尿疼痛外,也伴有尿急、尿频以及尿道疼痛,排尿时有烧灼感和尿液浓缩,尿液

散发出强烈的气味和浑浊,有时会出现血尿。

**阴道炎** 女性阴道炎通常是受到刺激、感染所引起的,体内缺乏雌性激素同样也会容易诱发阴道炎。大多数阴道炎患者伴有尿路感染,除了排尿疼痛外,也会出现阴道红肿、灼热、瘙痒,性生活疼痛以及分泌物异常。

**前列腺炎** 男性急性前列腺炎一般是由尿道或膀胱细菌感染造成的,其主要表现是排尿疼痛、射精痛以及盆腔疼痛。急性前列腺

炎一直放任不管可转化成慢性,其主要症状是盆腔和生殖器持续性疼痛、前列腺有沉重和下坠感,同时伴有排尿疼痛,反复出现尿路感染。

**膀胱癌** 膀胱癌是发生在膀胱部位的恶性肿瘤,以泌尿系统感染为主要症状,如尿道痛、排尿疼痛和尿频尿急、尿流减慢。膀胱癌发展到中晚期时可出现排尿困难、一侧腰痛和难以解释的身体消瘦、骨头疼痛和脚肿等。

(伟哲)