

脑溢血突发征兆和预防

□ 威远县人民医院 赖军

脑出血,俗称“脑溢血”,也是“脑中风”的一种。多发于中老年人群,其发病原因大多是中老年患者血压过高、脑动脉硬化、脑部血管畸形引起的严重脑部并发症。症状较轻的脑溢血患者会出现头晕、头痛、失语等现象。症状严重的患者可能会出现面瘫、肢体偏瘫等神经系统损害,甚至可能威胁到患者生命。脑溢血发病时间快速、病情凶险、致死率非常高,尤其是急性期病死率高达百分之三十。

一、脑溢血发病原因

日常生活中引起脑溢血的原因非常多,可分为原发性和继发性两大类病因。原发性脑出血是指非外伤原因颅内大、小动脉血管以及静脉血管出现

自发性破裂所致脑实质内出血,血液流到脑组织里面,形成血肿压迫脑内组织细胞坏死,导致脑功能障碍;继发性脑出血是因外部创伤导致脑内出血,比如剧烈撞击脑部、血液疾病等。

具体脑溢血发病主要有这几种原因:(1)高血压是最主要的一个发病因素。特别是长期高血压患者血管弹性降低、硬比较严重,患者情绪波动大引起血压升高,不及时用药会突破血管承压极限,导致急性脑出血;(2)脑血管淀粉样变性。这类脑出血多发于中老年患者脑部小血管损害,引起脑叶、皮层下出血;(3)脑动静脉畸形;(4)烟雾病。主要特点是脑底出现异常小血管网;(5)血液疾

病引发凝血功能障碍;(6)颅内静脉系统血栓等。

二、脑溢血有哪些征兆

第一,呕吐恶心、头晕、眼前蒙黑。患者会出现头晕或者剧烈头痛、恶心、呕吐等症状,严重者可能会出现突然眼前蒙黑,看不清物体,看到物体有重影,主要原因是当脑内血压增高,大脑血管扩张压迫到大脑神经功能。此时建议立即休息,并监测血压,症状严重者需及时就医治疗;第二,血压异常,当血压突然升高时,要警惕脑溢血,可以及时服用尼莫地平类药物来降压治疗;第三,出现语言障碍,主要表现为舌根僵硬,说话表达不清楚,吞咽困难。主要原因是血管扩展压迫到语言中枢神经,此时需

要及时服用降血压、降颅内压的药物,避免脑溢血病情加重;第四,身体出现肢体障碍,部分患者发病时可能会出现身体不听使唤,面部一侧出现眼睑下垂、颈部僵硬,胳膊、手指麻木引起运动功能障碍,其中手指麻木最为明显。主要是因为脑血管持续扩张,压迫到支配肢体和运动功能的大脑神经导致;第五,意识模糊、嗜睡,即使睡眠充足,白天还是忍不住嗜睡和频繁打哈欠。主要是因为患者颅内高压,压迫到脑部组织,出现低氧血症,影响患者正常的意识状态;第六,反复流鼻血,由于颅内高压引起鼻腔内毛细血管破裂出血。

三、日常如何预防脑溢血

在日常生活中具体应该怎

么预防脑溢血呢?

(1)有心血管病或者糖尿病的患者,要积极配合遵循医嘱。这两类患者若确诊有高血压,在生活中就要及时监测血压,让血压保持在正常范围之内。糖尿病患者一定要严格控制好血糖,定期评估颅内血压情况,预防或者延缓动脉粥样硬化;(2)合理规划工作、安排生活,避免因工作生活压力过大,导致身心疲累,注意休息和劳逸结合;(3)良好的生活饮食习惯,忌烟或酒、多食用健康果蔬等。生活中适当给自己“慢一点”的心里暗示,比如蹲下去慢慢站起来、早上起床慢慢坐起来等;(4)关注季节变化,避免因外界环境改变导致血压波动过大,从而影响到身体健康。

儿童冬季流感的治疗与护理

□ 眉山市第二人民医院(仁寿县人民医院) 杨红英

冬季流感就是在冬天发生的流行性感,是一种传染性很强的急性呼吸疾病,通常由甲、乙两种类型流行性感病毒引起。该病毒容易变异,每年都会出现不同的亚型。尤其在冬季,由于天气寒冷,病毒非常活跃,加上冷空气使人体的防御能力下降,常容易感染流感病毒,特别是儿童这类免疫力低下的人群,更容易感染该病毒。

一、儿童冬季流感的治疗

(一)对因治疗

儿童冬季流感由甲、乙两种病毒引起,当感染该病毒时可口服神经氨酸酶抑制剂(NAI),该药可以通过抑制流感病毒的神经氨酸酶活性,从而抑制流感病毒复制,防止其扩散,而且神经氨酸酶抑制剂还能抑制感染细胞释放流感病

毒,从而减少病毒的散播。此药在病发后两天内使用效果最好,且要坚持用药,用药时间为5天左右。若患病儿童病情较为严重,应适当加长用药疗程。

(二)对症治疗

对症治疗是针对儿童因流感导致发热、咳嗽、肌肉酸痛等症状时,给儿童服用适当的清热解热的中成药,以缓解发热等引起的身体不适。当发热体温未超过38.5℃时,可选择贴退烧贴,用温水给儿童洗澡进行物理降温。若发热严重,且体温达到38.5℃以上,就应当口服布洛芬颗粒、对乙酰氨基酚颗粒等解热镇痛药。如果伴有咳嗽和咳痰等症状,建议给儿童服用盐酸氨溴索片、肺力咳合剂、止咳糖浆等止咳化痰的药物。当头疼或肌肉酸痛严

重时,可以考虑口服非甾体类抗炎镇痛药。

(三)一般治疗

因冬季流感是传染性疾病,还应对感染儿童进行隔离,感染程度较轻的话,就进行简单的居家隔离,减少与他人的紧密接触。居家隔离的同时要使房间保持通风的状态,保证儿童拥有充分的休息时间。合理膳食,多喝水,摄入易消化且营养丰富的食物,有助于儿童的恢复。同时要随时让儿童的鼻咽口腔保持卫生。

通过以上这些措施,针对儿童感染的轻重程度对症治疗,流感一般都可以得到治愈。

二、儿童冬季流感的护理

(一)密切观察病情

儿童感染病毒期间,家长要时刻观察其体温、呼吸等生

命体征是否正常,且每隔一个小时要用体温计进行测量,随时观察儿童的呼吸咳嗽等情况。一旦发现病情加重或情况异常,需要及时采取对症治疗的措施,如高热时需要口服布洛芬颗粒、对乙酰氨基酚颗粒等退热药,情况严重时就要立刻就医治疗。

(二)及时消毒

冬季流感病毒有极高的传染性,所以,对儿童的卧室及日常生活用品进行消毒处理十分重要。用食醋熏蒸卧室,日常的生活用品可用热水或者酒精进行消毒,使环境保持清洁,抑制病毒的扩散。家属还应留意流感患儿擦拭鼻涕时用的卫生纸要捂好,咳嗽、打喷嚏时应当用卫生纸捂住,避免病毒的传染,之后还应当注意及时用

肥皂水或含酒精的洗手液洗手。

(三)定时开窗通风

冬季气温普遍较低,当天气较好时,在有阳光的午后,可以打开窗户通风,通风时间每次控制在20分钟左右,每日通风2~3次。开窗通风透气可排出污浊的空气,使室内空气保持清洁,以减少病毒含量。

(四)饮食调理

患病期间,尽量给儿童吃清淡、容易消化的食物,如稀粥。感染病毒时易发热出汗和吐泻,会引起体液的大量损耗,需要补充充足的水分。

冬季天气寒冷,家长朋友们不仅要注意给儿童添衣保暖,还要注意儿童的饮食健康和适当的户外运动,这样才能帮助儿童降低感染流感的风险。

子宫肌瘤的症状、诊断及预防

□ 仪陇县人民医院 张兰珍

子宫肌瘤是一种常见的良性肿瘤,它起源于子宫肌层的平滑肌细胞,通常不会引起太多症状,但在一些情况下可能会引起月经不规律、盆腔疼痛等症状。根据研究,子宫肌瘤的发病率在女性中很高,尤其是在40岁以上的女性中更为常见。虽然子宫肌瘤通常是良性的,但在某些情况下可能会对女性的生育能力产生影响,因此及时了解子宫肌瘤的知识非常重要。下面详细介绍子宫肌瘤的常见症状、检查方法、分类以及预防和注意事项。

一、子宫肌瘤的常见症状

子宫肌瘤是一种常见的妇科良性肿瘤,它通常发生在育龄女性中,但也可在更年期后发生。虽然子宫肌瘤通常是良性的,但在某些情况下可能会引起

症状,如月经不规律、盆腔疼痛、盆腔压迫感、性交疼痛等。

1. 月经不规律

子宫肌瘤可能会导致月经不规律,包括月经量的增加或减少、月经周期的缩短或延长等。

2. 盆腔疼痛

子宫肌瘤可能会引起盆腔疼痛,这种疼痛通常是持续性的隐痛或阵发性的,并可能会伴随腹部胀痛或不适感。

3. 盆腔压迫感

如果子宫肌瘤的体积较大,它可能会对周围的器官产生压迫,导致患者出现盆腔压迫感、膀胱刺激症状、便秘等。

二、子宫肌瘤的检查方法

1. 超声波检查

超声波检查是最常用的检查方法之一,它可以帮助医生检查子宫肌瘤的数量、大小、位置和形态等。超声波检查通常是无创的、不需要

使用放射性物质。

2. MRI检查

MRI检查可以提供更详细的图像,帮助医生确定子宫肌瘤的类型、位置和大小等。MRI检查通常需要在医院进行,它可以提供更准确的诊断结果,但通常比超声波检查更昂贵。

3. 组织活检

组织活检是通过取出肿瘤组织进行病理学检查,确定肿瘤的性质的一种检查方法。组织活检可以通过宫颈或腹壁穿刺等方法进行。

三、子宫肌瘤的分类

子宫肌瘤根据其生长位置和病理学特征,可以将其分为不同的类型。

1. 子宫内模型肌瘤

子宫内模型肌瘤生长在子宫内模型,通常较小,不会对子宫肌层产生压迫。这种类型的肌瘤通常不会引起症状,除非它增大或出现

异常出血等。

2. 子宫壁型肌瘤

子宫壁型肌瘤是最常见的类型,它生长在子宫壁内或壁外,通常比子宫内模型肌瘤大。这种类型的肌瘤可能会对子宫肌层产生压迫,引起月经不规律、盆腔疼痛等症状。

3. 子宫颈型肌瘤

子宫颈型肌瘤生长在子宫颈,它通常比其他类型的肌瘤小,不会对子宫肌层产生压迫。这种类型的肌瘤通常不会引起症状,但可能会影响宫颈涂片的结果。

四、子宫肌瘤的预防

虽然目前还没有确切的预防子宫肌瘤的方法,但是通过保持健康的生活方式和及时治疗月经不规律等,可以降低患上子宫肌瘤的风险。此外,在治疗子宫肌瘤时也要注意一些事项,以确保治疗的有效性和安全性。

1. 保持健康的生活方式,包括定期锻炼、保持健康的饮食习惯、戒烟或酒等。

2. 及时治疗月经不规律、子宫内模型异位等妇科疾病。

3. 定期进行妇科检查,特别是40岁以上的女性。

治疗注意事项

1. 在治疗子宫肌瘤时,一定要选择正规的医院进行检查和治疗。

2. 根据肌瘤的大小、位置和患者的情况,选择合适的治疗方法,如手术治疗、介入治疗或中医药治疗等。

3. 在治疗过程中,一定要按医生的要求进行治疗,并定期进行复查和随访。

4. 如果出现异常情况,如剧烈腹痛、大量阴道出血等,应及时就医处理。