

高压氧治疗如何助力脑梗患者康复

廖清悦

当今社会,脑梗死已成为严重威胁人类健康的常见疾病之一。脑梗患者常常面临着身体功能障碍、生活质量下降等诸多威胁,而高压氧治疗作为一种新兴的康复手段,正逐渐在脑梗患者的康复过程中发挥着重要作用。本文将深入探讨高压氧如何助力脑梗患者康复,为患者及家属提供全面的医学科普知识。

一、脑梗的概念

1.什么是脑梗
脑梗死,又称缺血性卒中,是由于脑部血液供应障碍,缺血、缺氧所导致的局限性脑组织的缺血性坏死或软化。主要病因包括动脉粥样硬化、心源性栓塞、小动脉闭塞等。

2.脑梗的临床表现

患者可能出现突然的肢体无力、麻木,言语不清、吞咽困难、头晕、视力模糊甚至昏迷等症状。不同部位的脑梗会导致不同的临床表现,严重影响患者的生活自理能力和生存质量。

3.脑梗的危害

脑梗不仅会给患者带来身体上的痛苦,还可能导致长期的残疾,增加家庭和社会的负担。同时,脑梗复发的风险也较高,严重影响患者的生命健康。

二、高压氧治疗的原理

1.提高血氧分压和血氧含量

在高压环境下,氧气在血液中的溶解度显著增加,从而提高了血氧分压和血氧含量。这使得更多的氧气可以输送到缺血缺氧的脑组织,改善脑代谢。

2.促进侧支循环建立

高压氧可以刺激血管内皮生长因子的释放,促进缺血区周围的血管生成和侧支循环建立,增加缺血组织的血液

供应。

3.减轻脑水肿

高压氧可使脑血管收缩,减少脑血流量,从而减轻脑水肿,降低颅内压。

4.抑制炎症反应

脑梗后,脑组织会发生炎症反应,加重脑损伤。高压氧可以抑制炎症细胞的活性,减少炎症介质的释放,减轻炎症反应。

5.促进神经细胞再生和修复

高压氧能够刺激神经干细胞的增殖和分化,促进受损神经细胞的再生和修复。同时,还可以改善神经细胞的代谢,增强其功能。

三、高压氧在脑梗康复中的应用

1.治疗时机

脑梗患者应在病情稳定后尽早开始高压氧治疗。一般来说,在发病后的1周内开始治疗效果较好,但具体时间应根据患者的病情和医生的建议来确定。

2.治疗疗程

高压氧治疗通常需要进行多个疗程,每个疗程一般为10次左右。具体疗程数应根据患者的病情和治疗反应来确定。

3.治疗方案

患者在进行高压氧治疗时,通常需要在高压氧舱内吸入高浓度氧气,每次治疗时间一般为60-90分钟。在治疗过程中,医生会根据患者的病情和身体状况调整治疗方案。

四、高压氧治疗的优势

1.非侵入性治疗

高压氧治疗是一种非侵入性的治疗方法,不会对患者造成额外的创伤。

与手术等治疗方法相比,高压氧治疗的风险相对较低。

2.综合治疗效果好

高压氧治疗可以与其他康复治疗方法相结合,如物理治疗、作业治疗、言语治疗等,提高脑梗患者的康复效果。

3.改善生活质量

通过高压氧治疗,脑梗患者的身体功能可以得到明显改善,生活自理能力提高,从而改善生活质量。

4.降低复发风险

高压氧治疗可以改善患者的血液循环和脑代谢,减少脑梗的复发风险。

五、高压氧治疗的注意事项

1.治疗前评估

在进行高压氧治疗前,医生会对患者进行全面的评估,包括病情、身体状况、心肺功能等。对于有严重心肺疾病、气胸、活动性出血等情况的患者,不宜进行高压氧治疗。

2.治疗过程中的监护

在高压氧治疗过程中,医生和护士会对患者进行密切监护,观察患者的生命体征和病情变化。如出现不适症状,应及时采取相应的措施。

3.治疗后的护理

高压氧治疗后,患者应注意休息,避免剧烈运动和过度劳累。同时,应按照医生的建议进行康复训练和药物治疗。

六、高压氧治疗的案例分析

案例一:患者张某,男,65岁,因突发左侧肢体无力、言语不清2小时入院。诊断为急性脑梗死。经过急性期的治疗后,患者病情稳定,但仍遗留左侧肢体偏瘫和言语障碍。在发病后的第7

天,患者开始进行高压氧治疗。经过3个疗程的治疗后,患者左侧肢体肌力明显恢复,言语功能也有了很大改善。

案例二:患者李某,女,58岁,因右侧肢体麻木、无力1天入院。诊断为脑梗死。患者在发病后的第5天开始进行高压氧治疗,同时配合物理治疗和作业治疗。经过2个疗程的治疗后,患者右侧肢体麻木感减轻,肌力逐渐恢复,可以独立行走。

随着医学技术的不断进步,高压氧治疗在脑梗康复中的应用也将不断拓展和深化。未来,高压氧治疗可能会与更多的先进技术相结合,如干细胞治疗、基因治疗等,为脑梗患者的康复带来更多的希望。

同时,高压氧治疗的设备和技术也将不断改进和完善,提高治疗的安全性和有效性。例如,新型的高压氧舱可能会更加智能化、人性化,为患者提供更加舒适的治疗环境。

高压氧治疗作为一种有效的辅助治疗手段,在脑梗患者的康复过程中发挥着重要作用。它通过提高血氧分压和血氧含量,促进侧支循环建立、减轻脑水肿、抑制炎症反应和促进神经细胞再生和修复等机制,改善患者的病情,提高生活质量,降低复发风险。然而,高压氧治疗并非适用于所有脑梗患者,在进行治疗前需要进行全面的评估。同时,高压氧治疗应与其他康复治疗方法相结合,以达到更好的治疗效果。希望通过本文的科普,能让更多的脑梗患者和家属了解高压氧治疗,为患者康复带来新的希望。

(作者单位系齐齐哈尔市中医医院)

准妈妈如何预防妊娠高血压

吉宇辰

妊娠高血压,即妊娠期高血压疾病,是孕期特有的一种疾病,包括妊娠期高血压、子痫前期、子痫、慢性高血压并发子痫前期以及慢性高血压。妊娠高血压不仅对孕妇的健康构成威胁,还可能影响胎儿的生长发育。其中,高血压是妊娠高血压的主要表现之一。因此,对处于孕产期的准妈妈来说,了解如何预防妊娠高血压至关重要。

一、妊娠高血压的危害

1.对孕妇的危害

(1)增加孕妇患心脑血管疾病的风险。妊娠高血压可导致孕妇血压升高,心脏负担加重,容易引发心力衰竭、心肌梗死等严重的心血管疾病。同时,脑血管也可能出现病变,增加脑出血的风险。

(2)影响肾脏功能。高血压会对肾脏造成损害,导致蛋白尿、肾功能减退等。严重时可能发展为肾衰竭。

(3)增加胎盘早剥的风险。妊娠高血压可引起子宫血管痉挛,影响胎盘的血液供应,增加胎盘早剥的发生率。胎盘早剥是一种严重的妊娠并发症,可导致大出血、胎儿窘迫甚至母婴死亡。

(4)导致视力模糊甚至失明。高血压可引起眼底病变,出现视网膜水肿、出血等,导致视力模糊甚至失明。

2.对胎儿的危害

(1)影响胎儿生长发育。妊娠高血压可导致胎盘功能减退,影响胎儿的营养供应,使胎儿生长受限,出生体重偏低。

(2)增加胎儿窘迫的风险。胎盘供血不足可引起胎儿缺氧,导致胎儿窘迫。严重时可危及胎儿生命。

(3)增加早产和流产的风险。妊娠高血压严重时,可能需要提前终止妊娠,导致早产或流产。

二、妊娠高血压的危险因素

1.孕妇年龄过大或过小:一般来说,孕妇年龄小于18岁或大于35岁,患妊娠高血压的风险较高。

2.肥胖:孕期体重增长过多,尤其是肥胖的孕妇,患妊娠高血压的风险明显增加。

3.家族遗传史:如果孕妇的家族中有高血压、糖尿病等疾病史,患妊娠高血压的风险也会增加。

4.多胎妊娠:怀有双胞胎或多胞胎的孕妇,由于子宫过度膨胀,血液循环负担加重,患妊娠高血压的风险较高。

5.既往病史:有慢性高血压、肾脏疾病、糖尿病等病史的孕妇,患妊娠高血压的风险较大。

6.孕期营养不良:孕期缺乏蛋白质、钙、镁等营养素,可能增加患妊娠高血压的风险。

7.精神紧张:孕期精神过度紧张、焦虑、压力过大等,也可能诱发妊娠高血压。

三、预防妊娠高血压的方法

1.定期产检

产检的重要性:定期产检是预防妊娠高血压的关键措施之一。通过产检,医生可以及时了解孕妇的身体状况和胎儿的发育情况,及早发现妊娠高血压的危险因素,并采取相应的预防措施。

产检的内容:包括测量血压、体重、宫高、腹围、尿常规、血常规、肝肾功能等。一般来说,孕妇在孕期应至少进行7次产前检查,对于高危孕妇,应增加产检次数。

2.合理饮食

控制盐的摄入:过多的盐摄入会导致水钠潴留,增加血容量,从而升高血压。因此,孕妇应控制盐的摄入量,每天不超过6克。

增加蛋白质的摄入:蛋白质是维持身体正常功能所必需的营养素,对于孕妇来说尤为重要。孕期适当增加蛋白质的摄入,如瘦肉、鱼类、蛋类、豆类等。

补充足够的钙和镁:钙和镁可以调节血管平滑肌的收缩和舒张,有助于降低血压。孕期应多吃富含钙和镁的食物,如牛奶、豆制品、坚果等。

多吃新鲜蔬菜和水果:蔬菜和水果富含维生素、矿物质和膳食纤维,有助于降低血压、控制体重。孕期应每天摄入500克以上的新鲜蔬菜和200克以上的新鲜水果。

避免高热量、高脂肪、高糖食物:这些食物会导致体重增加过快,增加患妊娠高血压的风险。孕期应避免食用油炸食品、动物内脏、甜食等。

3.适量运动

运动的好处:适量的运动可以增强孕妇的体质,控制体重,降低血压,预防妊娠高血压的发生。同时,运动还可以促进血液循环,增加胎盘的血液供应,有利于胎儿的生长发育。

适合孕妇的运动方式:孕期适合的运动方式有散步、孕妇瑜伽、游泳等。这些运动方式强度适中,不会对孕妇和胎儿造成伤害。

运动的注意事项:孕妇在运动时应注意安全,避免剧烈运动和过度劳累。运动前应做好热身准备,运动后应进行放松活动。如果出现腹痛、阴道流血、头晕等不适症状,应立即停止运动,并及时就医。

4.控制体重

孕期体重增长标准:孕期体重增长应根据孕妇的孕前体重指数(BMI)来确定。一般来说,孕前BMI在18.5以下的孕妇,孕期体重增长应在12.5-18千克之间;孕前BMI在18.5-24.9之间的孕妇,孕期体重增长应在11.5-16千克之间;孕前BMI在25-29.9之间的孕妇,孕期体重增长应在7-11.5千克之间;孕前BMI在30以上的孕妇,孕期体重增长应在5-9千克之间。

控制体重的方法:合理饮食和适量运动是控制体重的主要方法。此外,孕妇还应避免长时间坐着或躺着,多活动身体。

5.保持良好的心态

心理因素对血压的影响:孕期心理压力过大、焦虑、紧张等不良情绪会导致交感神经兴奋,引起血压升高。因此,保持良好的心态对于预防妊娠高血压非常重要。

缓解心理压力的方法:孕妇可以通过听音乐、阅读、与家人朋友交流等方式缓解心理压力。同时,家人也应给予孕妇更多的关心和支持,让孕妇感受到温暖和关爱。

6.充足睡眠

睡眠不足对血压的影响:睡眠不足会导致身体疲劳,影响身体的正常代谢和调节功能,从而升高血压。因此,孕妇应保证充足的睡眠。

保证睡眠的方法:孕妇应保持规律的作息时间,每天睡眠时间不少于8小时。睡前可以用热水泡脚,喝一杯热牛奶等,有助于提高睡眠质量。

妊娠高血压是孕期常见的一种疾病,高血压是其主要表现之一。妊娠高血压不仅对孕妇的健康构成威胁,还可能影响胎儿的生长发育。因此,准妈妈应高度重视妊娠高血压的预防。通过定期产检、合理饮食、适量运动、控制体重、保持良好的心态和充足睡眠等方法,可以有效预防妊娠高血压。同时,孕妇在孕期应密切关注自己的身体变化,一旦出现妊娠高血压的早期症状,应及时就医,进行相关检查和治疗,以确保母婴的健康安全。

(作者单位系河南科技大学第一附属医院)

认识狂犬病:不可忽视的健康威胁

丁利如

狂犬病是一种由狂犬病毒引起的严重人畜共患疾病,对人类健康构成了极大威胁。狂犬病的死亡率极高,一旦发病,几乎可达成100%。目前,医学上尚无有效的治疗方法来治愈狂犬病患者。

一、传播途径

1.动物咬伤传播

当被感染狂犬病的动物如狗、猫等咬伤或抓伤时,病毒最容易通过唾液进入人体而引发感染。据统计,全球每年有大量的狂犬病例是由动物咬伤传播导致的。动物在感染狂犬病后,其唾液中含有大量的病毒,一旦咬伤或抓伤人体,病毒就会顺着伤口进入人体的血液中,然后沿着神经纤维向中枢神经系统传播。在这个过程中,病毒的传播速度较快,发病风险也相对较高。如果被动物咬伤或抓伤后,应立即用肥皂水和流动的清水交替冲洗伤口至少15分钟,并尽快前往医院进行进一步的处理。

2.其他传播方式

病毒唾液传播:人的各种伤口如抓伤的黏膜和皮肤接触到病兽的唾液,就会导致狂犬病毒入侵人体。例如,在与动物玩耍时,不小心被动物舔舐到有伤口的部位,就可能感染狂犬病毒。

血液传播:在宰杀病犬、剥皮、切割等过程中,少数人接触到病兽血液可被感染。这种传播方式相对较少见,但也不能忽视。

呼吸道传播:蝙蝠群居洞穴中的含病毒气溶胶,如果被人吸入也可感染狂犬病毒。不过,这种传播方式也较为罕见。

此外,器官移植也可传播狂犬病,

有罕见病例是因为角膜移植,导致供体的狂犬病毒传给受体。暴露于患者感染的物品上也可传播狂犬病,如果暴露于患者使用过或被感染过的物品,例如针头,有可能也会传播病毒。因此,在日常生活中,要尽量避免接触可能被感染的物品。

二、被动物咬伤后如何处理

1.伤口清洗消毒

被动物咬伤后,伤口清洗消毒至关重要。首先,应立即用20%的肥皂水反复冲洗伤口,这一步骤能有效去除伤口表面的病毒和污物。冲洗时要尽量挤出污血,确保病毒被最大程度地清除。冲洗时间不少于15分钟,确保清洗效果。之后,用外用碘伏或碘酒擦拭消毒,以棉球或棉签均匀涂抹伤口及周边皮肤,起到进一步消毒杀菌的作用。在冲洗伤口过程中,需要注意避免将污物和细菌冲进伤口,要用流动的清水进行冲洗。同时,尽量不要使用自来水冲洗伤口,因为自来水中可能含有大量细菌,导致伤口污染。

2.注射疫苗和免疫球蛋白

被动物咬伤后,及时去正规医院注射狂犬疫苗是预防狂犬病的关键措施。狂犬病一旦发病,死亡率几乎为100%,而狂犬疫苗能够让机体产生有效的抗体,有利于预防狂犬病。如果被咬伤或抓伤后,最佳接种时间是在24小时内,最好不要超过48小时。狂犬病疫苗通常可打3针或5针,被动接种一般需要接种5剂,分别在第0、3、7、14和28天各接种1剂。如果伤口暴露严重,如伤口很深、面积较大或者位于头颈部等神经丰富的部位,还需要注射狂犬病

免疫球蛋白。免疫球蛋白可以在短时间内使人体被动地获得高水平的抗体,以中和伤口部位的病毒,降低感染狂犬病的风险。

3.休息与饮食

被咬伤后,适当休息非常重要,应避免剧烈运动。因为剧烈运动可能会影响身体的免疫机制,不利于疫苗发挥作用。在注射疫苗期间,饮食也有禁忌。不能吃辛辣刺激食物,如辣椒、生姜、芥末、韭菜等,这些食物会对肠胃造成刺激,加重肠胃不适的症状,甚至可能出现胃肠炎。同时,要避免吃油腻食物,如烧烤、炸鸡、炸薯条、油条等,这些食物会增加肠胃负担,出现消化不良的症状,加重肠胃的不良反应。患者应尽量以清淡饮食为主,可以选择吃小米粥、南瓜粥等食物,还要注意不能暴饮暴食。

三、狂犬病疫苗的作用

狂犬病疫苗是预防狂犬病的关键手段,其作用原理主要是通过刺激机体免疫系统产生有效抗体,从而建立起免疫屏障,预防外源性狂犬病毒的入侵。

狂犬疫苗中含有狂犬病毒的抗原,通常为病毒的一个非活性成分,包括灭活病毒、病毒蛋白或重组病毒。当疫苗被接种后,这些抗原会被机体免疫系统识别,并诱导产生免疫反应。识别疫苗中病毒抗原后,免疫系统会产生针对狂犬病毒的特异性抗体。这些抗体在体内形成保护屏障,当真正的病毒入侵时,抗体会立即识别并对抗病毒,阻止病毒的感染和扩散。

同时,狂犬疫苗接种后,免疫系统会形成长期的免疫记忆。当接触到狂犬

膝关节炎的临床表现和鉴别诊断

郑春明

表现。由于膝关节疼痛、肿胀、僵硬等原因,患者的膝关节活动范围会逐渐减小。患者可能会出现上下楼梯困难、下蹲困难、行走困难等症状。上下楼梯时,患者可能会感到膝关节疼痛加剧,需要扶着楼梯扶手才能上下楼梯;下蹲时,患者可能会感到膝关节疼痛难忍,无法完全蹲下;行走时,患者可能会感到膝关节疼痛、僵硬,行走速度减慢,甚至需要借助拐杖或轮椅才能行走。活动受限的程度与病情的严重程度有关。病情较轻的患者可能只有轻微的活动受限,而病情较重的患者则可能完全丧失膝关节的活动能力。

5.畸形

在膝关节炎的晚期,患者的膝关节可能会出现畸形。常见的畸形有膝内翻(O型腿)、膝外翻(X型腿)、膝关节屈曲畸形等。畸形的出现主要是由于膝关节软骨磨损、骨质增生、关节间隙狭窄等原因引起的。这些因素会导致膝关节的力线改变,从而使膝关节出现畸形。畸形不仅会影响患者的外观,还会进一步加重膝关节的疼痛和活动受限。患者可能会感到膝关节疼痛加剧,行走困难,甚至无法站立。

6.摩擦音和摩擦感

在膝关节炎患者的膝关节活动时,有时可以听到或感觉到摩擦音和摩擦感。这是由于膝关节软骨磨损、骨质增生等原因引起的关节面不平整,在活动时产生的摩擦所致。摩擦音和摩擦感通常在膝关节屈伸时出现,有时也可以在膝关节旋转时出现。摩擦音可以是清脆的“咔嚓”声,也可以是低沉的“沙沙”声;摩擦感则可以是粗糙的、涩涩的感觉。

二、膝关节炎临床表现的个体差异

膝关节炎的临床表现存在个体差异,不同的患者可能会有不同的症状表现。

1.病情的严重程度

病情较轻的患者可能只有轻微的疼痛和活动受限,而病情较重的患者则可能出现严重的疼痛、肿胀、畸形等症状。

2.病因不同

不同病因引起的膝关节炎,其临床表现也可能有所不同。例如,类风湿关节炎引起的膝关节炎除了上述表现外,还可能伴有全身症状,如发热、乏力、体重下降等;创伤性关节炎则通常有明确的外伤史。

3.患者的年龄和身体状况

年龄较大、身体状况较差的患者,其症状可能会更加严重;而年轻、身体状况较好的患者,症状可能相对较轻。

三、膝关节炎临床表现与其他疾病的鉴别

膝关节炎的临床表现有时与其他疾病相似,需要进行鉴别诊断。

1.类风湿关节炎

类风湿关节炎是一种自身免疫性疾病,主要侵犯全身的关节,尤其是小关节。类风湿关节炎引起的膝关节疼痛、肿胀、僵硬等症状与膝关节炎相似,但类风湿关节炎通常伴有全身症状,如发热、乏力、体重下降等。实验室检查可以发现类风湿因子、抗环瓜氨酸肽抗体等指标异常。

2.创伤性关节炎

创伤性关节炎是由膝关节外伤引起的,如骨折、半月板损伤、韧带损伤等。创伤性关节炎通常有明确的外伤史,膝关节疼痛、肿胀、活动受限等症状与膝关节炎相似,但创伤性关节炎的疼痛通常较为剧烈,活动受限更为明显,X线检查可以发现骨折、半月板损伤、韧带损伤等征象。

3.感染性关节炎

感染性关节炎是由细菌、病毒等病原体感染引起的,膝关节疼痛、肿胀、发热等症状与膝关节炎相似,但感染性关节炎的疼痛通常较为剧烈,伴有高热、寒战等全身症状,实验室检查可以发现白细胞计数升高、血沉加快、C反应蛋白升高等指标异常。

4.痛风性关节炎

痛风性关节炎是由尿酸代谢异常引起的,主要侵犯关节,尤其是第一跖趾关节。痛风性关节炎引起的膝关节疼痛、肿胀等症状与膝关节炎相似,但痛风性关节炎通常在夜间发作,疼痛剧烈,伴有红肿、发热等症状,实验室检查可以发现血尿酸升高。

膝关节炎的临床表现主要包括疼痛、肿胀、僵硬、活动受限、畸形、摩擦音和摩擦感等。了解这些临床表现,有助于我们早期发现膝关节炎,及时采取有效的治疗措施,延缓病情的进展,提高患者的生活质量。同时,我们还需要注意膝关节炎的临床表现与其他疾病的鉴别,避免误诊和漏诊。如果您出现了上述症状,应及时就医,进行相关检查,以明确诊断,并在医生的指导下进行治疗和护理。

(作者单位系任丘市人民医院)

本版投稿咨询电话:
0554-6657551
189 9404 5261