

胆囊炎的病理认识与应对策略

张 硕

胆囊炎是消化系统常见疾病之一。它是由于细菌感染或者化学刺激等因素引起的胆囊炎性改变,根据起病缓急和病程长短,分为急性胆囊炎与慢性胆囊炎。

急性胆囊炎一般起病较急,多由细菌感染或进食油腻之品诱发。据统计,约有70%的急性胆囊炎患者是在进食油腻食物后突然发作。临床表现为突然发作的右侧上腹部疼痛,疼痛呈现阵发性剧烈绞痛,可放射至右侧肩背部。严重者伴有发热、呕吐等症状。

一、胆囊炎的症状表现

1.急性胆囊炎症状

急性胆囊炎的主要症状之一是腹痛,多为右上腹突然出现的剧烈绞痛,这种疼痛常发生在进食高脂食物后,据统计约80%的急性胆囊炎患者在进食油腻食物后发病。疼痛可呈间歇性状态,可持续十几分钟甚至几小时,同时还可能会放射至右侧肩背部或后背部。除了腹痛,患者还常伴有恶心、呕吐等消化系统症状,很多患者误以为是胃病发作。部分患者会出现发热症状,体温可高达38℃甚至更高。如果胆囊内部的结石掉入胆总管,或者结石嵌顿压迫胆管引起胆汁排出不畅,就有可能会出现黄疸等现象。

2.慢性胆囊炎症状

慢性胆囊炎的症状相对不典型,多数患者无明显症状,部分有症状的患者常出现右上腹的隐痛不适,这种疼痛一般在饱餐后数小时或夜间发生,可反复发作,而且进食油腻、高脂食物后会加重。有的患者会出现饱胀感、嗝气等消化不良的症状,容易与胃炎混淆。大约有10%的慢性胆囊炎患者的生活质量。本文就带大家了解一下胆囊质瘤的症状、危害等相关知识,并科普综合诊疗方法,希望可以帮助大家更好地应对这一疾病。

一、脑胶质瘤的临床症状和主要危害

1.症状识别

脑胶质瘤的临床表现多种多样,且常因肿瘤的生长部位、大小及恶性程度而异,比较常见的症状包括头痛、恶心、呕吐等颅内压增高症状;偏瘫、失语、偏盲等神经功能障碍;以及癫痫发作、智力减退或痴呆等精神症状。有一些患者还可能出现视力下降、听力障碍等颅神经受损表现,此类症状的出现往往提示肿瘤已经对脑组织造成了一定程度的压迫或破坏,需要及时就医进行诊疗。

2.危害科普

肿瘤的生长会占据颅内空间,导致颅内压增高,进而引发一系列严重的并发症如脑疝等,危及患者生命。而且,肿瘤对脑组织的浸润和破坏会导致神经功能障碍,严重影响患者的生活质量。脑胶质瘤的复发率较高,即使经过手术、放疗和化疗等综合治疗,仍有部分患者会出现肿瘤复发的情况。

二、综合诊断:需要精准识别和全面评估

脑胶质瘤的综合诊断是一个复杂而精细的过程,需要依赖于多种检查手段的结合,以实现肿瘤位置、大小、性质

很多患者就在就诊时都被误诊为消化不良或胃病。

二、胆囊炎的病因分析

1.胆囊管梗阻

胆囊管梗阻是胆囊炎常见病因之一。约90%以上的急性胆囊炎患者有结石的嵌顿与胆囊颈或者是胆囊管,导致胆汁淤留。当结石堵塞胆囊管或嵌顿在胆囊颈时,嵌顿的结石会损伤黏膜,使得胆汁排出受阻,胆汁淤滞、浓缩。高浓度的胆汁具有毒性,可损害细胞,加重黏膜炎症,引起水肿,从而导致胆囊炎。

2.其他因素

除了胆囊管梗阻和细菌感染,还有很多其他因素也可能引发胆囊炎。

创伤、烧伤或手术后可能引发胆囊炎,机体受创伤或烧伤后,胆囊的胆汁排空相对障碍,并且胆囊可有缺血的现象,可造成胆汁淤积并引起炎症感染。此外,大型非胆道手术等也可能引发胆囊炎,比如一些重症疾病,如休克、败血症、严重烧伤、创伤,应用缩血管升压药等,都可造成胆囊黏膜出现缺血和局部的炎症反应,甚至坏死。

三、胆囊炎的预防方法

1.积极治疗胆囊结石

胆囊结石是引发胆囊炎的重要因素之一,发现胆囊结石后,应根据评估结果选择合适的治疗方式。对于无症状的胆囊结石,且胆囊大小、形态、功能完全正常的患者,通常可以定期检查。但如果胆囊结石超过3厘米或者胆囊已经萎缩,同时充满胆囊结石,即使没有症状,也建议手术治疗。对于症状轻微,如消化不良、轻度腹胀的胆囊结石患者,通常可以通过饮食控制以及药物治疗来进行干预。对于胆囊结石引起反复胆绞痛、胆囊炎,甚至是继发性胆管结石和胰腺炎等比较严重症状的患者,通常建

议首选手术治疗。对于某些高龄、体力状况不佳或者合并严重疾病,而使得手术没有办法进行的患者,也可采取相关保守治疗,包括药物治疗。

2.注意饮食和卫生习惯

在饮食方面,要避免暴饮暴食,适当节制脂肪食物。吃带脂肪的食物会反射性地使胆囊收缩,一旦收缩过于强烈便可能导致胆绞痛的急性发作。同时,要避免进食大量油腻食物和生冷食物,以防因食物不洁净导致肠道感染,进而诱发胆囊炎。注意饮食规律,少油腻、戒烟酒,每餐进食量不要过多,避免暴饮暴食诱发胆囊结石引起的胆绞痛和急性胆囊炎发作。

在卫生方面,要注意讲究饮食卫生,饭前便后洗手是防止蛔虫导致胆囊炎的较好途径。

3.多做体力活动和保暖

经常做一些体力活动,使全身代谢活跃起来。特别是脑力劳动和上班经常坐着不动的中年人,更要有意识地多做体力活动,防止过度的肥胖。因为肥胖是胆囊炎或胆结石的重要诱因。秋凉以后要注意保暖,尤其是睡觉时要盖被,防止腹部受凉。因为肚子受凉以后迷走神经兴奋,使胆囊强烈收缩。经常保持左侧卧位,有利于胆汁排泄。

4.及时驱虫和治疗

当有肠虫(主要为蛔虫)时,应及时用驱虫药物。用量要足,以防用药不足,蛔虫活跃钻入胆道造成阻塞,引起胆囊炎。已经证明有胆囊结石的人,要及时治疗,避免引起胆囊炎。当炎症出现时,及时应用有效的抗菌素。

四、胆囊炎的治疗方法

1.药物治疗

胆囊炎的药物治疗主要包括镇痛解

体化治疗

脑胶质瘤的综合治疗是一个涉及多个学科和多种治疗手段的综合过程,其目的在于通过手术、放疗、化疗、电场治疗等多种手段的综合应用,最大限度地消灭肿瘤细胞,以延缓复发、延长患者的生存期。

1.手术治疗

手术治疗是脑胶质瘤治疗的首要选择,对于大多数患者而言,手术不仅可以提供最终的病理诊断,还可以迅速去除大部分的肿瘤细胞,缓解患者症状,并为后续的治疗提供便利。随着显微外科技术和神经导航技术的发展,脑胶质瘤手术的安全性和有效性均得到了显著提高。在手术过程中,医生需要综合考虑肿瘤的位置、大小、性质及与周围脑组织的关系等因素,制定个性化的手术方案。在保护神经功能的前提下,尽可能实现肿瘤的最大化切除。

2.放疗与化疗

手术并不能完全清除所有的肿瘤细胞,因此放疗和化疗成为了脑胶质瘤综合治疗的重要手段。其中,放疗利用高能射线来杀死癌细胞,可以进一步消灭手术残留的癌细胞。不同类型的神经胶质瘤对放射治疗的敏感性有所不同,但大多数脑胶质瘤对放疗均有一定的敏感性。而化疗则通过药物来抑制或减缓癌细胞的生长,以巩固放疗的疗效。对于一些高级别胶质瘤患者而言,化疗还可以作为术后辅助治疗的重要手段。

3.电场治疗

近年来,电场治疗作为一种新兴的癌症治疗方法,在脑胶质瘤的治疗中也有广泛应用。电场治疗是通过低强度、中频的交变电场作用于肿瘤细胞,干扰其分裂增殖过程,从而达到抑制肿瘤生长

秋季如何防治“秋燥”

徐丽君

外,还可能伴有手足冰冷等凉寒症状。治疗原则为利咽润喉、清凉化燥,常用甘草固卫化痰汤,也可服用凉燥丸、利咽润肺冲剂等药物。

内燥:内燥多因久病伤津、失血过多、热伤伤阴等原因所致。常表现为口唇干涩、鼻干息微、咽生疮、毛发脱落、小便无力、大便不出等症状。此外,还可能伴有心悸、胁痛、腹胀、哮喘和尿少等五脏内燥症状。治疗原则为生津补水、补阴祛燥,常用安补五脏汤加减,也可酌情使用归脾丸、肾气丸等药物。

二、正常人群如何防治秋燥

对于正常人群来说,防治秋燥的关键在于保持体内津液的平衡,避免燥邪侵袭。

合理饮食:秋季饮食应以滋阴润肺、防燥护阴为主。可以多吃梨、苹果、葡萄、香蕉、萝卜、百合及绿叶蔬菜等富含水分和维生素的食物,以助生津防燥。同时,应少吃葱、姜、蒜、辣椒等辛辣燥烈之物,以免助燥伤阴。此外,还可以多食用一些润燥佳品,如鸭肉、海参等。

增加饮水:秋季气候干燥,人体容易失水,因此要及时补充水分。建议采用少量多次的方式饮水,避免一次性大量饮

水导致身体不适。除了白开水外,还可以饮用菊花茶、麦冬茶等具有润燥作用的饮品。

皮肤保湿:秋季皮肤干燥,容易出现瘙痒、皲裂等症状。因此,要保持皮肤的湿润,可以涂抹一些保湿乳液或润肤霜。此外,沐浴后应及时涂抹身体保湿乳液,减少皮肤的水分丢失。

适当锻炼:秋季秋高气爽,适合户外运动。适当的体育锻炼可以促进血液循环,增强体质,提高身体的适应能力。但运动不可过量,以免加重秋乏的程度。建议选择散步、爬山等强度适中的运动方式。

调节情志:秋季是万物凋零的季节,人们容易感到悲凉、忧郁。这种情绪对身体健康不利,因此要注重调节情志。可以多晒太阳、听轻音乐、阅读等方式来放松心情,保持愉悦的情绪。

合理起居:秋季昼夜温差大,要注意保暖,避免受凉。同时,要保持充足的睡眠,早睡早起,使身体得到充分的休息。

三、患病人群如何防治秋燥

对于患病人群来说,防治秋燥需要更加细致和谨慎。

饮食调养:患病人群的饮食调养尤

疮药物、抗感染药物和利胆药物等。

镇痛解痉药物:主要有阿托品、哌替啶等。这些药物能够缓解胆囊炎引起的疼痛,但只能缓解症状,没有治愈效果,且盲目使用反而可能掩盖病情。例如,阿托品对于青光眼、前列腺肥大或高热的患者禁用。

抗感染药物:最常用的抗生素有头孢菌素类(如头孢唑啉、头孢呋辛等)和青霉素类(如哌拉西林等)。引起急性胆囊炎的细菌中70%为大肠杆菌,这些抗生素能够有效对抗细菌感染。据统计,合理运用抗感染药物能够有效控制胆囊炎的病情发展。

利胆药物:如消炎利胆片、50%硫酸镁口服(有腹泻者不用)、去氢胆酸片口服、胆酸片口服等。利胆药物能够促进胆汁的排出,减轻胆囊的负担。

2.手术治疗

对于严重的胆囊炎患者,手术治疗是必要的手段。

胆囊切除术:患有急性胆囊炎时可以选择胆囊切除术,可以分为顺行性切除、逆行性切除两种。顺行性切除手术操作简便,术后出血也较少;如果炎症比较严重,可能需要进行逆行性切除,或者两者结合进行。一般患者患有慢性胆囊炎,经药物治疗半年以上效果不佳或者患者本人有强烈意愿,也可以考虑做胆囊切除术,包括腹腔镜或者开腹胆囊切除术。

胆囊造瘘术:如果患者情况比较严重,对手术耐受力比较低,可以进行胆囊造瘘术,对身体损伤小,手术风险性也比较低。

超声引导下经皮肝胆囊穿刺引流术:适合病情危重,存在化脓性胆囊炎的患者,能够降低胆囊的内压,缓解症状,等到病情好转之后可以再进行相关的手术。

(作者单位系淄博市中心医院)

在现代快节奏的生活中,睡眠问题日益受到人们的关注。而成人阻塞性睡眠呼吸暂停(Obstructive Sleep Apnea,简称OSA)作为一种常见却常常被忽视的睡眠障碍性疾病,正悄然影响着许多人的健康。

一、什么是成人阻塞性睡眠呼吸暂停?

成人阻塞性睡眠呼吸暂停是指在睡眠过程中,由于上气道反复塌陷阻塞,导致呼吸气流减少或停止,从而引起间歇性低氧、高碳酸血症以及睡眠结构紊乱的一种疾病。简单来说,就是在睡觉时,气道部分或完全堵塞,使得呼吸变得困难甚至暂时停止。

二、成人阻塞性睡眠呼吸暂停的症状表现

1.打鼾

这是最常见的症状之一。鼾声响亮且不规律,有时会出现呼吸暂停的间隙,即鼾声突然停止,一段时间后又再次响起。严重的打鼾不仅影响患者自身的睡眠质量,也会干扰家人的休息。

2.白天嗜睡

由于夜间睡眠频繁被打断,患者得不到充分的休息,白天会感到极度困倦,甚至在工作、开车等情况下也可能不由自主地打瞌睡。这不仅影响工作效率和生活质量,还可能带来安全隐患,如增加交通事故的风险。

3.记忆力减退、注意力不集中

长期的睡眠呼吸暂停会影响大脑的正常功能,导致记忆力下降、注意力难以集中。患者可能会发现自己在学习和工作中难以专注,容易忘记事情。

4.晨起头痛

部分患者在早晨醒来时会感到头痛,这可能与夜间缺氧和睡眠结构紊乱有关。

5.性格改变和情绪问题

长期患病可能导致患者出现焦虑、抑郁等情绪问题,性格也可能变得急躁、易怒。

三、成人阻塞性睡眠呼吸暂停的发病原因

1.上气道解剖结构异常

鼻腔阻塞(如鼻中隔偏曲、鼻息肉等)、扁桃体肥大、软腭松弛、舌根后坠等都可能导致上气道狭窄,增加睡眠呼吸暂停的风险。肥胖也是一个重要因素,过多的脂肪堆积在颈部和咽部,会使上气道变窄。

2.年龄因素

随着年龄的增长,肌肉松弛,上气道的弹性降低,患病的风险也会增加。

3.性别差异

男性阻塞性睡眠呼吸暂停的几率高于女性,可能与男性的生理结构和生活方式有关。

4.遗传因素

家族中有睡眠呼吸暂停患者的人,患病的风险相对较高。

5.不良生活习惯

长期吸烟、饮酒会增加患病的风险。吸烟可引起上气道炎症和水肿,饮酒则会使肌肉松弛,加重上气道阻塞。

四、成人阻塞性睡眠呼吸暂停的诊断方法

1.多导睡眠监测

这是诊断阻塞性睡眠呼吸暂停的“金标准”。患者在睡眠实验室中接受整夜的监测,通过记录脑电、眼电、肌电、心电图、呼吸气流、胸腹运动、血氧饱和度等多项生理指标,来评估睡眠质量和呼吸情况。根据监测结果,可以确定患者是否患有睡眠呼吸暂停以及病情的严重程度。

2.家庭睡眠监测

对于一些无法在睡眠实验室进行监测的患者,可以选择家庭睡眠监测。这种监测设备相对简单,患者可以在家中自行操作,监测数据通过网络传输给医生进行分析。虽然家庭睡眠监测的准确性略低于多导睡眠监测,但对于初步筛查和病情较轻的患者来说,是一种方便可行的方法。

3.临床症状评估

医生会根据患者的症状表现、病史、身体检查等进行综合评估。例如,询问患者是否有打鼾、白天嗜睡、记忆力减退等症状,了解患者的体重、颈部围度、鼻腔和咽部的情况等。临床症状评估虽然不能确诊睡眠呼吸暂停,但可以为进一步的检查提供线索。如果患者的症状较为典型,医生可能会高度怀疑睡眠呼吸暂停,并建议进行多导睡眠监测或家庭睡眠监测。

五、成人阻塞性睡眠呼吸暂停的治疗方法

1.生活方式干预

减肥:对于肥胖患者来说,减轻体重是非常重要的治疗措施。通过合理的饮食控制和适量的运动,可以减少颈部和咽部的脂肪堆积,改善上气道狭窄的情况。

改变睡眠姿势:尽量避免仰卧位睡眠,可采用侧卧位,以减少舌根后坠对气道的阻塞。

戒烟限酒:减少吸烟和饮酒的量,以减轻上气道的炎症和水肿,降低肌肉松弛的程度。

2.持续气道正压通气治疗(CPAP)

CPAP是目前治疗阻塞性睡眠呼吸暂停最常用的方法之一。患者在睡眠时佩戴一个面罩,通过呼吸机将一定压力的空气送入气道,以保持气道通畅。CPAP治疗可以有效地消除呼吸暂停和低通气,改善睡眠质量和白天的症状。

3.口腔矫治器治疗

适用于轻中度患者和不能耐受CPAP治疗的患者。口腔矫治器通过改变下颌和舌的位置,扩大上气道,从而减轻睡眠呼吸暂停的症状。患者需要在医生的指导下选择合适的口腔矫治器,并定期进行调整。

4.手术治疗

对于上气道解剖结构异常明显的患者,可以考虑手术治疗。手术方法包括鼻腔手术(如鼻中隔矫正术、鼻息肉切除术等)、扁桃体和腺样体切除术、腭垂腭咽成形术等。手术治疗的效果因人而异,且存在一定的风险和并发症,需要患者在医生的指导下谨慎选择。

六、成人阻塞性睡眠呼吸暂停的并发症及危害

1.心血管疾病

阻塞性睡眠呼吸暂停与高血压、冠心病、心律失常等心血管疾病密切相关。长期的缺氧和睡眠结构紊乱会导致血压升高、心脏负担加重,增加心血管疾病的发生风险。

2.脑血管疾病

可能增加脑梗死、脑出血等脑血管疾病的发生率。缺氧会影响脑部的血液循环,导致脑血管受损。

3.糖尿病

研究发现,睡眠呼吸暂停患者患糖尿病的风险较高。可能与睡眠紊乱引起的内分泌失调有关。

交通事故:由于白天嗜睡,患者在驾驶或操作机器时容易发生事故,对自己和他人的生命安全造成威胁。

七、成人阻塞性睡眠呼吸暂停的预防措施

1.保持健康的体重

合理饮食,控制热量摄入,避免过度肥胖。增加蔬菜、水果、全谷物等富含膳食纤维的食物摄入,减少高热量、高脂肪、高糖的食物摄入。适量运动,坚持每周至少进行150分钟的中等强度有氧运动,如快走、慢跑、游泳等。同时,也可以结合力量训练,增强肌肉力量。

2.养成良好的生活习惯

戒烟限酒,减少对呼吸道的刺激。避免熬夜,保持规律的作息时间。避免过度劳累,注意劳逸结合。减轻工作和生活压力,保持心情舒畅。

3.定期体检

尤其是有睡眠呼吸暂停高危因素的人群,如肥胖、高血压、糖尿病患者等,应定期进行睡眠呼吸监测,以便早期发现和治疗疾病。体检时,应注意检查鼻腔、咽部等上气道的情况,及时发现和治疗潜在的问题。

4.注意睡眠环境

保持卧室安静、舒适、黑暗和凉爽。选择合适的床垫和枕头,以保证良好的睡眠姿势。避免在睡前使用电子设备,以免影响睡眠质量。

(作者单位系长治医学院)

带您了解成人阻塞性睡眠呼吸暂停

刘骁哲

本版投稿咨询电话:
0554-6657551
189 9404 5261