

鼻腔堵塞的治疗妙招

▲ 德阳市第二人民医院 欧阳静

鼻腔堵塞是生活中常见的症状，由于当前空气中存在很多污染物，人在呼吸过程中吸入这些污染物可能引起鼻腔内部组织病变，造成鼻腔阻塞。有的人免疫力低下，易感染各种疾病，从而诱发鼻腔阻塞的病症出现。鼻腔阻塞给人们带来了极大困扰，对日常生活和工作产生了较大影响。

造成鼻腔堵塞的原因

致使鼻腔堵塞的原因很多，本文仅针对几种较为典型的可能进行分析。

日常生活中吸入异物可造成鼻腔堵塞。

由于异物可能在形状、性质上具有一定的刺激性，因此当人不慎吸入异物时，鼻腔粘膜会因受到刺激而产生分泌物。由于鼻腔粘膜的分泌物具有一定粘性，致使异物粘附在鼻腔内，从而造成鼻腔阻塞。

鼻腔生理畸形也可造成鼻腔阻塞。先天或后天原因均可能造成鼻腔生理畸形，主要体现为鼻腔狭小、闭锁，致使鼻腔自然

通气受到影响，从而导致鼻腔堵塞。先天原因多由胚胎期发育不完善，造成先天性前后鼻孔闭锁等；后天原因则可能为外伤、特异性感染、手术后遗症等，由这些情况造成的相应症状也可致使鼻腔堵塞；另外，鼻腔内部组织因病变产生异常增生也可造成鼻腔堵塞。

鼻部炎症导致鼻腔堵塞。鼻部炎症包括鼻炎、鼻窦炎等，两种炎症均可能导致鼻息肉或息肉样变产生，致使鼻腔通道变窄产生堵塞；鼻部炎症患者常伴随鼻腔分泌物异常，使得鼻部炎症患者的鼻腔堵塞程度进一步加重。

常见病导致鼻腔堵塞。常见感冒的本质为上呼吸道感染，当人患上感冒时，鼻粘膜会分泌大量分泌物，从而造成鼻腔堵塞。

身体机能紊乱。身体机能紊乱可导致内分泌机能紊乱，如甲状腺机能减退者易发黏膜水肿、血管收缩失调以及某些处方药物造成的机能紊乱均可能导致鼻腔堵塞。

鼻腔或鼻窦内产生肿瘤会使鼻腔内部通气空间遭到挤压，因而产生机械性阻塞；由于肿瘤压迫到鼻腔内部正常解剖结构，致使结构因血循环不畅出现坏死溃烂，刺激鼻黏膜分泌物增加，导致堵塞程度进一步加重。

鼻腔堵塞的解决办法

要解决鼻腔堵塞，就要针对造成鼻腔堵塞的具体情况采用相应的方法处理。若鼻腔堵塞是因吸入异物导致，则可视情况清除鼻腔内的异物，清除过程要务必小心，以防在取出异物的过程中对鼻腔造成伤害。若是因生理畸形造成的鼻腔堵塞，则需要通过治疗解决。先天生理畸形可采用手术的治疗办法，通过扩大鼻腔空间、改变鼻孔闭锁等措施来解决鼻腔堵塞；后天因素造成的生理畸形则需要根据实际情况采用相应的治疗方式。

若鼻腔堵塞的原因是因为炎症、常见

病或身体机能紊乱等造成，则需要及时进行治疗，日常生活中注意改善饮食结构，增强体育锻炼，提高免疫力，使身体能够免疫病毒的侵袭，从而避免因为这方面原因造成鼻腔堵塞。若鼻腔堵塞是由肿瘤导致，则应迅速就医，根据肿瘤的发展情况选择治疗方案，并积极配合医生的治疗。

鼻腔堵塞的日常处理措施

日常生活中感到鼻腔堵塞，一时又找不出具体原因，可采用以下几种方式：

一是用生理盐水清洗鼻腔，杀死鼻腔内的真菌；

二是将洋葱或大葱切碎后放入口中咀嚼，直至其气味冲上鼻腔，尽管这两种食物产生的气味比较辛辣刺激，但在处理鼻腔堵塞的问题时往往能起到很大作用；

三是倒一杯热水置于鼻孔下方，热水散发的水蒸气也能很好地疏通鼻腔，解决鼻腔堵塞的问题。

通过早期诊断判断胰腺炎

▲ 盐边县人民医院 李兰富

胰腺炎是发病于胰腺部位，由胰蛋白酶自身的消化引发的一种非感染性的炎症，通常分为急性胰腺炎和慢性胰腺炎两种。国外胰腺炎的发病率要比我国高，但是近些年来，我国胰腺炎的发病率也在逐年增高，其中，胆源性的胰腺炎所占发病比例已经高达50%以上。胰腺炎严重危害到了人的身体健康，特别是急性重度胰腺炎，死亡率很高，所以一定要在日常生活中做好对胰腺炎的预防，如果出现早期的症状，及时去医院就医。

胰腺炎的诱发因素

1. 急性胰腺炎病因

①胆道相关疾病。胆管发生炎症、胆结石、水肿、寄生虫等病变使得腹部出现梗阻现象，逼迫胆汁从共同通道流向胰管，胰酶原被激活，从而引发胰腺炎；②不良饮食习惯。经常性的酗酒、暴饮暴食，会加速胰液的分泌，胰管无法加速引流，使得在胰胆管系统中胰液的压力增大，阻碍了高浓度蛋白酶正常排泄，导致了胰腺泡发生破裂，从而引发胰腺炎；③手术后的损伤。胃部或者胆道等在经历过手术之后，造成胰胆管的压力增高。④感染。比如蛔虫带入细菌进入胆管，激活胰酶引发胰腺炎。

2. 慢性胰腺炎病因

①胆道相关疾病。由各种胆部疾病导致的胰液引流不畅，引发慢性胰腺炎；②酒精中毒。酒精以及酒精的代谢产物会通过综合因素的作用，缓慢的对胰腺造成损伤；③遗传。由遗传引发的慢性胰腺炎比较少见，是一种显性遗传，患者通常伴有家族发病史，并且在幼年就已经发病；④不良生活习惯。抽烟、暴饮暴食、酗酒等都会提高患慢性胰腺炎的风险。

胰腺炎的早期症状

1. 急性胰腺炎的早期症状

①会出现腹痛的不良反应。腹痛位置多数在腹部的中上部，有时会沿着腰背部以束带状延伸，可

以通过弯腰或者坐下前倾的方式缓解疼痛。一般产生腹痛的时间多发生于暴饮暴食后或者大量饮酒后，疼痛的程度不同，症状轻的为钝痛，症状严重的一般会产生持续性的绞痛；②恶心呕吐症状。大部分急性胰腺炎患者初期都会出现呕吐现象，严重的甚至会吐出胆汁，并且在呕吐过后腹痛症状依然存在；③发热现象。会出现中度发热现象，通常持续时间为3~5天；④脱水症状。患者由于频繁性的呕吐，会造成酸碱失衡和水电解质失衡，从而引发脱水症状，频繁呕吐还会造成代谢性的碱中毒。

2. 慢性胰腺炎的早期症状

①同样会出现腹痛，不过腹痛的位置略有改变，多数产生在腹部的上部，并且疼痛会向背部、两肋肋骨处扩散，多发病于酗酒、饱食之后；②消化不良。慢性胰腺炎导致胰腺功能不健全，产生腹胀、脂肪泻、消瘦等症状，并且患者内分泌功能会出现障碍，有一半患者会因此而引发糖尿病；③腹泻。对于症状较轻的慢性胰腺炎患者来说，腹泻症状不明显，但对重症患者来说，由于患者的腺泡被破坏的较多，出现腹泻与腹胀的现象，每日的大便次数增加，一般为3~4次，有气泡和光泽、气味恶臭，基本呈现出酸性反应；④营养不良。胰腺炎早期会造成脂肪消化吸收出现障碍，使得大量的脂肪、蛋白质随粪便排出，造成患者出现营养不良、消瘦无力的症状。

胰腺作为人体重要的消化器官，其分泌出的胰液可以辅助我们消化食物，给人体带来能量，所以要保护好胰腺。很多人因为工作需要应酬，抽烟、酗酒等现象屡见不鲜，导致胰腺炎的患病率逐渐增加。如果在感觉到身体有疑似胰腺炎早期的症状时，应当及时的到医院检查，遵循医嘱及时治疗，避免胰腺炎危及生命。

麻醉后的护理措施

▲ 宜宾市第二人民医院 周家琴 李莉

一般来说，患者在进行手术时都需要进行麻醉，但是很多患者并不了解麻醉及麻醉后的护理措施，甚至很多人都认为进行麻醉会有很严重的后遗症。今天就来一起走进麻醉及其护理措施。

麻醉是由药物或其他方法产生的一种中枢神经和周围神经系统的可逆性功能抑制。主要包括局部麻醉和全身麻醉两大类。局部麻醉是指麻醉剂作用于周围神经系统，使相应区域的痛觉消失，运动出现障碍，但患者意识清醒。全身麻醉是指麻醉剂作用于中枢神经系统，使其抑制，患者的意识和痛觉消失，肌肉松弛，反射活动减弱。

麻醉期间的护理措施

麻醉前的护理

首先，患者需要禁食。因为麻醉后食物反流可能会导致患者窒息，因此患者在手术前12个小时禁止食用任何物品，4小时前禁止饮用任何液体。其次，患者需要进行局麻药过敏试验。为了避免发生意外，患者通常会使用普鲁卡做常规的皮肤过敏试验。最后，患者需要在手术前用药。一般来说，麻醉剂通常会在手术前半小时到一小时内使用。

麻醉后的一般护理

在手术后，患者需要去枕平卧6~8个小时。为了避免发生麻醉后并发症，护理人员需要密切监测患者的血压、脉搏、呼吸等生命体征，需要确保患者的呼吸道通畅。患者在苏醒的过程中可能会有幻觉和躁动不安的情况出现，因此家属和护理人员要注意保护患者。患者可能会在无意识的状态下将静脉输液管和引流导管拔出，因此在适当的时候要对患者加以约束。

麻醉后并发症的护理措施

大部分麻醉并发症都发生在呼吸系统中，常见的有上呼吸道梗阻、急性支气管痉挛、肺不张等几种类型。

上呼吸道梗阻主要发生在气管内插管失败、静脉麻醉未行气管内插管、喉痉挛等患者的身上。一旦发生上呼吸道梗阻就会出现无胸廓起伏的情况，短期内可能会造成患者的死亡。因此在发生上呼吸道梗阻时，需要立即进行人工呼吸或置入口咽或鼻咽通气道。

急性支气管痉挛常发生在有哮喘史或对某些麻醉药过敏的患者身上。当患者发生急性支气管痉挛时，需要在确保循环稳定的前提下，快速加深麻醉，松弛支气管平滑肌，同时还需要给患者注入糖皮质激素、利多卡因等试剂。

肺不张主要发生在胸腔及上腹部术后的患者身上。患者可在确保镇痛的前提下，作深呼吸和用力咳嗽。如果患者遇到了痰液阻塞的情况，可以将痰液用纤维支气管镜吸出。为了避免麻醉后出现肺不张的并发症，患者需要在手术前禁烟半个月，同时患者还要常做深呼吸和咳嗽，这能减小支气管插管的可能。

当然，除了呼吸系统可能会发生并发症之外，患者的循环系统也有可能发生并发症，主要表现在室性心律失常、心搏停止、术后恶心、呕吐等几方面。

室性心律失常多是由麻醉药对心脏起搏系统的抑制、麻醉和手术造成的全身缺氧、高或低碳酸血症、心肌缺血而诱发。当患者出现室性心律失常以及室颤时，应当立即对患者采用药物治疗并采取电击除颤等措施。如果患者在手术前就发生了室性心律失常，那么就为患者注射利多卡因。除此之外，在麻醉的过程中要保持患者的适度通气，因为过度通气或通气不足都有可能会导致室性心律失常。

麻醉中最严重的并发症是心搏停止。当医生没有及时处理呼吸、循环系统的并发症时，均会导致心搏停止。当患者心搏停止时，医生必须要立即进行心脏复苏，以免意外发生。