

冠脉支架植入术后的养护措施

▲ 成都市新都区人民医院 邓诗武

冠状动脉支架植入术是一种物理性质的机械介入治疗方法，其主要治疗原理是将金属支架放入患者的冠状动脉发生病变的地方，通过球囊的扩张释放或是进行自我膨胀的方式对血管壁起到支撑作用，这样能够保证冠状动脉腔的疏通，降低发生急性心肌梗死的风险。当患者发生急性心肌梗死，或是经皮冠状动脉腔内成形术术后残余狭窄仍大于 30%，会采用冠脉支架植入术来帮助患者进行治疗。根据相关调查发现，许多患者在进行冠脉支架植入术后依然会出现乏力或是心慌的症状，这是什么原因造成的？

术后出现乏力心慌的原因

许多患者在进行冠脉支架植入术后会感到身体状况明显好转，胸闷以及心前区疼痛的症状逐渐减少或消失，同时在进行运动时，运动耐力也有所提升。但是冠脉支架植入术对于治疗相关病症

来说并不是一劳永逸的，仍然有部分患者会出现乏力以及心慌的症状。通过临床观察发现，一般患有脂肪肝、慢性肝炎、贫血或是肾炎的患者会出现不同程度的乏力症状，而患有贫血或是心律失常等症状的患者则会容易出现心慌的症状。因此在进行冠脉支架植入术后的患者如果出现乏力和心慌现象，要先排除是否为以上病症引起，再进行相应的治疗。

若是排除以上病症的影响，患者的心慌和乏力现象仍然是由患者心脏引发的，那么就表示患者的心脏功能以及心脏的传导系统出现了问题，需要及时就医，根据医生的意见展开相应的治疗。

术后的身体养护措施

部分患者在进行冠脉支架植入术后认为身体已经痊愈，不需要进行术后的护理措施，这种想法是极其错误的。在进行冠脉支架植入术后，为了避免出现

病情复发以及乏力、心慌的现象，患者必须在医生的指导下进行恢复治疗，这是一个长期缓慢的过程，同时患者还应该养成科学合理的生活方式和习惯，维持身体健康。

首先，患者应该坚持药物治疗，并对自己的身体情况进行监督护理。患者在进行支架手术以后，往往需要服用多种药物来确保身体的恢复。但是患者若是出现皮肤或是胃肠出血以及乏力的情况，就需要及时到医院进行就诊治疗，在与医生商议后更换药物治疗方案。

其次，定期前往医院对自身情况进行复查，检查的内容包括血压、血糖以及血脂等。若是检查后发现达不到标准，不处于正常水平，那么患者就会面临较高的复发几率。若是患者本身患有高血压、糖尿病或是脑血管疾病，就需要更加重视对于身体各项情况的监督检查工作。

最后，患者必须养成健康良好的生

活习惯，改变原来的生活陋习。在饮食上以清淡饮食为主，多吃水果和蔬菜，多食用淡水鱼和牛奶来加强蛋白质的摄入。少食高热量的食物，控制每日的脂肪和盐类的摄入量。戒烟戒酒，在原来的基础上进行饭量控制；在作息方面，早睡早起，晚上不熬夜，一日三餐按时，不能因为早上睡不醒就不吃早饭；除此之外，养成健康的运动习惯，但是不能做太剧烈的运动，以散步、下棋等娱乐活动为主。

冠脉支架植入术后还需要对患者的身体进行监督和护理。若是在术后出现乏力或是心慌的症状，首先应该分析出现这些症状的原因，然后“对症下药”，及时与医生沟通治疗，保障身体的各项机能正常。虽然冠脉支架植入术后的治疗恢复过程是缓慢的，但患者应该保持乐观积极的心态，这样才能更好地恢复身体健康。

产生哮喘的常见致病因素

▲ 宜宾市叙州区人民医院 黄晓燕

哮喘是日常发病率比较高的一种疾病，我国有很多哮喘病患者，患病群体以老年人和儿童为多。哮喘是一种肺部疾病，其特征为可逆性气道阻塞、气道炎症和对多种刺激的气道反应性增高。哮喘的气道阻塞由联合因素所致，包括：气道平滑肌痉挛、气道黏膜水肿、黏液分泌增加、气道壁细胞浸润、气道上皮损伤和脱屑。哮喘是一种容易反复性发作的一种常见疾病。患者常常在晚上出现气短、胸闷和咳嗽的情况，还常常会被病情所憋醒。患者如果在日常生活中接触到一些容易过敏的物质，比如花粉或者是刺鼻性的香味时，在吸入物的影响下就可能会引发干咳，严重时还会气喘，这种气喘与我们平时清喉咙的声音有所不同。不同年龄段的患者在患病之后的症状也有所不同，所表现出来的胸闷或者气喘情况也大不相同。一旦在晚上诱发哮喘病症，一定要引起重视，并尽早就医，让医生作出诊断并提出治疗方案。那么哮喘病的致病因素有哪些呢？

哮喘的致病因素

1. 吸入物所导致发病 吸入物分为特异性吸入物和非特异性吸入物两种。特异性吸入物多是一些花粉等物质，还有一些动物毛屑。非特异性吸入物主要是指二氧化硫和硫酸这两种。另外还有职业性哮喘病的特异性吸入物如领苯二甲酸酐或者是蛋白酶、蚕丝、甲醛和甲酸等等。哮喘的发病也和很多人的职业有关系，比如常常要接触到木材、动物皮毛人群的哮喘发病几率就比一般人要高一些。除此之外，很多药物也可能是哮喘的发病原，最常见的是生物制剂，食物引起的哮喘发作的也有，比如鸡蛋、牛奶等都有可能是哮喘患者的致病食物。

2. 感染和食物所导致的发病 病毒感染也有可能是哮喘的发病原，比较常见的

是呼吸道的感染。哮喘患者也有可能存在细菌、病毒、支原体等的特异性，如果人体不小心吸入之后就可能引发疾病。患者被病毒感染之后，直接损坏呼吸道，从而致使呼吸道异常，出现不正常反应。有很多数据表明，病毒感染所产生的干扰素释放的组胺比较多。尤其是在幼儿哺乳期，呼吸道一旦被感染，那么哮喘的发病率也大大增加。牛奶和蛋制品是幼儿中比较常用的一种食物，同时也是哮喘致病率中比较常见的发病原，由于牛奶中含有各种乳白蛋白等成分，其中牛奶中的甲种乳白蛋白是所有牛奶中变化性最强的一种变化物，虽然牛奶在经过加热处理之后，这种变化物的变化程度可以适当减弱，但是对于那些高度牛奶过敏者还是可以诱发哮喘。

3. 二手烟所导致发病 在多个致病因素中，二手烟的吸入也是引发幼儿哮喘的重要因素。吸烟还可能引发别的呼吸道疾病，所以家长在吸烟时一定要远离孩子。在治疗哮喘病的过程中也尽量要找到过敏原，如果没有办法确认过敏原，患者在日常生活中也一定多留意自己所接触的物品。

哮喘患者如何进行自我保护

很多患者都担心哮喘病没办法根治，其实随着医疗条件的不断提升，患者只要听从医生的指导治疗，哮喘病也能得到很好的控制。当前，哮喘患者一般都是进行吸入性药物的治疗，吸入性药物也有很多分类，不同的哮喘患者所吸入的药物有所不同。对于用药效果来讲，医生会指导患者做好哮喘药物的评价。患者在日常生活中自身也一定要多多注意，避免过多的接触过敏原，养成出门戴口罩的习惯。只有自己有一定的保护意识，疾病的治疗才能更快。患者也需注意，要充分的结合自身身体情况进行运动，不要过度运动。

肾病综合症的治疗方法

▲ 西昌市人民医院 王保和

肾病综合征是指由多种病因引起的，以肾小球基膜通透性增加，表现为大量蛋白尿、低蛋白血症、高度水肿、高脂血症的一组临床症候群。目前发病率越来越高，特别是在儿童和青年人群中较为常见。该病尽管暂时并不致命，但长期发展下去会对患者身体健康造成巨大的伤害。这种肾病的治疗存在很大的难度，现阶段只能借助对症治疗延缓疾病的进展。

尿蛋白大量出现的原因

人体血液内的水和溶质会经肾小球后滤入到肾小囊内而形成出原尿，其过程会经毛细血管壁的内皮细胞、上皮细胞和基底膜，此三层结构也称作肾小球的滤过膜。此三层的滤过膜都存在一定孔隙，允许一定的分子量以及分子直径物质才能够通过，这就构成了滤过膜孔径的屏障。肾小球的毛细血管间球内系膜也对肾小球滤过的屏障存在调节效果。一般情况下，人体血液内绝大多数的蛋白质是不能在肾小球滤过的屏障中通过的，尤其是一些大分子以及带负电荷蛋白，且少量从滤过膜穿过的小分子性的蛋白质又会于肾小管内得到重吸收，所以尽管人体每天存在约 10~15kg 的血浆蛋白会通过肾循环，但人体尿排出蛋白的量是低于 150 mg 的。如果人体出现肾病综合征，因为各种病理的因素影响，破坏了滤过膜屏障，导致其出现孔径的变大或者负电荷的减少的情况，这就会造成大量的蛋白质发生漏出，当其远超出肾小管重吸收的能力时，就呈现出大量的蛋白尿现象。

消除大量尿蛋白的方法

临床上对肾病综合征的治疗主要有中药汤剂和西药的激素治疗，在中药治疗中，如药物并不能让病灶有效地吸收，则药效比较慢，甚至还会存在无效的情况；而西药尽管能够在短时间实现良好的治疗效果，对患

者的临床症状实现缓解，但不能实现对受损性肾脏的有效修复，往往还有着很大副作用。

治疗大量尿蛋白时的注意事项

控制食盐量：对食盐量的控制要按照患者的浮肿程度来确定，如果患者是高度浮肿，一定要忌盐。当患者浮肿减轻后要求每日的食盐量约为 3g，一直到浮肿的退尽，当血浆蛋白逐渐恢复正常时，就可以采取普通的饮食标准。

控制蛋白质的摄入量：因为患者存在排出大量蛋白质的情况，而低蛋白的血症则常导致胶体的渗透压下降，使患者浮肿难以消除，患者机体的抵抗力也会下降。若患者出现的是无肾功能的衰竭情况，要确保成人每天摄入 90~100g 的蛋白质，才能维护人体正氮的平衡性。如果患者食欲不良，可以按照他们的体重每日进行 1g/kg 蛋白质质量的给予，并且对他们脾胃功进行调理，避免胃肠道发生水肿，等到患者食欲恢复后再对蛋白质的摄入量逐渐增加，控制在每日 1.5g/kg。

限制脂肪摄入量：患者常出现高脂血症的情况，一般轻微的病变在短期内就会出现病情的好转，因此对脂肪的摄入是不受限制的；而对难治性的患者，长时间存在高脂血就可能会造成动脉硬化，所以要限制肥肉和富含脂肪类的食物食用。

控制钙、维生素和微量元素摄入量：由于患者肾小球的基膜存在通透性增加的情况，在其尿内除了丢失白蛋白，还会丢失和蛋白相结合的元素或者激素，可能会导致钙、镁或者锌等缺失，所以要控制钙、维生素和微量元素摄入量。

大量的蛋白尿是肾病综合征患者主要的临床表现之一，为了对患者病情实现有效的控制，维持他们身体的良好状态，就需要做好对患者蛋白尿的有效治疗和消除，这也是治疗该病的重要方式。