

科学认识肺炎

▲ 西昌市人民医院 王浩凌

肺炎是一种下呼吸道感染、肺部感染性疾病，随着新型冠状病毒肺炎疫情的持续蔓延，人们对肺炎的关注度越来越高。那么肺炎患者有哪些早期症状？如果患了肺炎需要如何判别和诊断？

肺炎的早期症状

刺激性干咳，随着病情发展，患者会咳出带血丝痰或者是白色黏液痰，大多患者会表现剧烈的侧胸痛，疼痛感经常体现为针刺样，随着深呼吸或者是咳嗽，胸痛会有所加剧，有时疼痛会延伸到腹部或者是肩部。肺炎患者会因毒血症、胸痛和肺实变通气不足造成呼吸快而浅、呼吸困难等症状。少数患者会出现恶心、呕吐、腹泻或者腹胀等相关胃肠道症状。

肺炎的晚期症状

咳出铁锈色痰或者是黏液血性痰，有些患者会咳出脓性痰。当病情发展至消散

期之后，患者痰量会显著增多，痰性状稀薄，颜色偏黄。此时患者的气体交换会受到影响，进而导致动脉血氧饱和度呈现出下降趋势，继而发生紫绀，患者还会出现昏迷、嗜睡、烦躁、神志模糊等症状。肺炎患者还会出现肺部啰音、喘息、鼻翼扇动、呼吸困难、新生儿气促、小支气管黏膜水肿、痰鸣音、咳嗽、湿啰音、咳痰、咳嗽、发烧等相关症状。

大多数肺炎患者起病较急，很多患者会有病毒感染、劳累、受凉淋雨等诱因。约 30% 的肺炎患者在患病之前曾经出现过上呼吸道感染。

综合分析，肺炎患者的症状主要分为以下几种：

高热寒战 典型肺炎患者会突然发生寒战，之后会出现高热情况，体温最高能够达到 39℃ ~40℃，并同时会伴有食量减少、全身肌肉酸痛、头痛症状。患者在进行抗生素治疗之后，其高热症状会明显缓解，一些

年老体弱患者可能不会出现发烧症状，或者出现低烧表现。

咳嗽、咳痰 肺炎患者患病之后先会有刺激性干咳，之后会咳出带血丝痰或者是白色粘液痰，病程发展 1~2d 之后，可能会咳出铁锈色痰或者是粘液血性痰，还有一些患者会咳出脓性痰。患者进入消散期之后，其痰量会增多，痰性状稀薄且颜色黄。

胸痛 肺炎患者部分会有针刺样剧烈侧胸痛症状，随着深呼吸或者是咳嗽，胸痛会有所加剧，有时可延伸至腹部或者是肩部。

呼吸困难 肺炎患者会因毒血症、胸痛还有肺实变通气不足造成呼吸快而浅、呼吸困难症状，患者病情较为严重的时候，还会对气体交换产生影响，造成动脉血氧饱和度出现下降，进而发生紫绀。

其他症状 少数肺炎患者会出现腹泻、腹胀、呕吐、恶心等胃肠道症状，较为严重的肺炎感染者还可能出现嗜睡、烦躁、

昏迷、神志模糊等症状。

在对肺炎患者进行诊断过程中，需要将其和下呼吸道感染、上呼吸道感染进行区别诊断，因为呼吸道感染也会出现发热、咳痰、咳嗽等症状，但是上下呼吸道感染均不会出现肺实质浸润，通过胸部 x 线检查能够对相关疾进行区分鉴别。同时，肺炎诊断要和其他类似肺炎进行区别诊断，比如肺结核、肺癌、急性肺脓肿、肺血栓栓塞、非感染性肺部浸润等疾病。肺炎包括多种类型，有细菌性肺炎、病毒性肺炎、真菌性肺炎、支原体肺炎、非典型病原体造成的肺炎、理化因素造成的肺炎、其他病原体造成的肺炎等。

肺炎患者经明确诊断之后，可以服用阿奇霉素、阿莫西林、肺宁颗粒等药物，进行治疗和调理，同时可联合雾化止咳化痰定喘。肺炎患者治疗期间要饮食清淡，多喝温水，注意休息，避免着凉，为病情恢复创造有利条件。

乳腺癌的常见治疗方法

▲ 简阳市中医医院 凌远明

乳腺癌已成为我国女性发病率最高的疾病，国内乳腺癌发病率呈现出进一步的上升势态。乳腺癌致死率正在逐年下降，究其原因如下：第一，人们有意识地主动进行乳腺癌疾病的检测，能够及时发现并尽早采取相应治疗；第二，随着乳腺癌诊疗水平的提高，新型检测手段和治疗药物逐渐研发，乳腺癌患者治愈率明显提高，未痊愈者总体生存期限也得到了延长。

乳腺并不是维持人体生命活动的必须器官，原位发病的乳腺癌被及时发现，并采取有效的治疗，并不会威胁患者的生命安全，有很大的机会痊愈。对于现在的医疗水平来说，乳腺癌可以得到有效的控制和治疗。不过必须要及早治疗，一旦癌细胞发生转移，继续破坏身体其他器官部位，就有危及生命的可能。

现阶段的乳腺癌治疗手段较多，根据具体的临床表现和癌症发展情况，可以针对性的进行方案选择，以便达到最好的治疗效果。

外科治疗 乳腺癌的外科治疗手段主要包括保乳手术、全乳切除术、前哨淋巴结活检术以及乳腺癌乳房重建手术。乳腺癌患者如果自身身体条件允许，无论早期、中期、中晚期的患者，都应首选外科治疗方式进行病灶部位的切除治疗。乳腺癌的外科手术主要包括两个部分，腋窝淋巴结和乳腺。乳腺手术根据患者需求又可以分为保乳手术和全乳房切除手术；腋窝淋巴结手术则包括前哨淋巴结活检和腋窝淋巴结的清扫。保乳手术有较高的要求，并不适用于所有乳腺癌患者，所以患者需要听从医生意见，配合进行治疗。

化学治疗 化学治疗便是应用一些化学性药物进行癌细胞分裂的抑制，破坏癌细胞增殖的一种治疗方法，常常被简称为化疗。化疗在进行手术前后以及以后的康复过程中都会用到，是较为常用的辅助疗

法，可以有效消灭手术后没有完全切除的微小病灶，减小癌症复发的可能性，降低患者的死亡率。

放射治疗 放射治疗简称放疗，是利用放射性射线强力破坏乳腺癌细胞的生长和繁殖，从而有效控制和杀灭乳腺癌细胞。

内分泌治疗 内分泌治疗是以药物或者刺激内分泌腺的方法来进行机体内分泌功能的调节，减少分泌内分泌激素，从而达到对乳腺癌治疗的目的。

靶向治疗 所谓的靶向治疗，是指针对明确了的致癌位点在细胞的分子水平上进行治疗的一种方式。其中的致癌位点可以是乳腺癌细胞的一个基因片段，也可以是乳腺癌细胞内部的蛋白分子。

靶向治疗通过致癌位点的特异性分析识别，设计制造相应的药物进行治疗。药物来到病灶附近会有选择性的与致癌位点进行结合，并发生药物作用，将乳腺癌细胞特异性的杀灭。这种方法好像“生物导弹”一样，能够实现对乳腺癌细胞的精准打击，而不会杀伤周围正常的细胞。

免疫治疗 免疫治疗是指乳腺癌细胞导致患者身体免疫状态不正常，医生通过强力激活人体免疫系统的功能，依靠自身免疫机能来杀灭乳腺癌细胞，从而达到治疗的目的。免疫治疗与前面几种治疗方法都不相同，其针对的治疗目标并不是乳腺癌细胞，而是患者的免疫系统。

外科治疗、放疗和靶向治疗都属于局部治疗；化疗、内分泌治疗、免疫治疗则都属于全身治疗。一般在进行乳腺癌疾病治疗的过程中，医生都会采用全身治疗和局部治疗相结合的形式，减轻患者痛苦，精准杀死癌细胞，降低复发可能性。早中期乳腺癌患者治愈率较大，对于晚期的乳腺癌患者，现有的医疗水平也能延长其寿命，提高其生活质量。

老年高血压的科学治疗

▲ 三台县精神病院 何丽

高血压是一种常见慢性疾病，该病及并发症会对身体健康产生严重危害，因此要高度重视。对于老年高血压而言，要及时进行治疗，消除危险因素影响，才能保证身体健康。

老年性高血压的常见病因

老年性高血压主要由以下病因导致：第一，盐摄入量过高。老年人由于年龄增高，味觉功能会有所减退，比较喜欢吃盐含量较高的食物，容易导致高血压的发生。第二，肥胖。老年人日常饮食不控制，再加上缺乏锻炼，非常容易发胖，是引发高血压的原因之一。第三，吸烟喝酒。部分老年人有吸烟喝酒的习惯，不良生活方式对身体健康危害性比较大。第四，长期精神紧张。在日常生活中控制不好情绪，精神状态比较紧张，导致血压升高。第五，除了这些原因外，还和其他方面有一定关系，例如糖尿病、家族遗传等。

老年性高血压的临床症状

老年高血压波动比较大，表现出活动时增高、休息时降低；冬季偏高、夏季偏低的特点。当血压突然增高时，患者会感觉到头晕、头疼、视线模糊等，一般需要服用降压药来缓解症状。另外还会出现胸闷、呼吸困难等症状，所以老年人要特别注意，随身带着降压药，实现病情的稳定控制。

老年性高血压的治疗方法

治疗原则 明确老年高血压治疗目的，实现对血压稳定控制，预防心力衰竭和脑血管意外的发生，提高生存质量。服用药物要坚持科学合理原则，药量要从小到大，保证血压稳步降低。

按时服药 高血压属于慢性疾病，需要长期的治疗，所以每天要坚持按时服药，才能实现病情稳定控制。但是很多老年人比较健忘，经常会忘了吃药，通常情况下，都是

等到血压高了才吃药，导致病情越来越严重。这方面家人要肩负起职责，及时提醒老人服药，以免出现忘记吃药的情况。

控制血压 高血压治疗主要目的是将血压控制在正常范围之内，避免出现过高的情况，否则会有生命危险。每天要给老人检测血压，对病情有准确了解，从而实现有效控制。如果血压起伏比较大，除了服用药物外，还需及时到医院进行检查，必要时接受治疗。

肾功能受损的高血压患者，服用降压药要特别注意，除了疗效外，还要保证用药的安全性，否则会导致肾功能下降，对肾脏产生损害。市场上降压药物类型比较多，部分患者急于治疗，所以会选择疗效好的药物，忽视了用药安全的重要性。虽然短时间内血压会明显下降，但是对身体产生严重损伤，所以要慎重考虑。老年高血压患者每天要定期测量血压，如果过高要及时护理，避免造成更加严重的影响。

老年性高血压的护理方式

健康生活 患者要养成健康生活方式，除了注意休息外，还要适当锻炼，对身体健康非常有利。适宜老年人的运动有散步、太极拳、广场舞等，控制好运动时间和运动量，不能出现剧烈运动的情况，否则会导致病情加重。运动过程中可以让身心得到放松，从小运动量开始，然后慢慢增加运动量，做好健康运动。

合理膳食 饮食是高血压护理的重要方面，因此要特别注意。老年高血压患者饮食要坚持低盐、低脂、低糖的原则，可以多吃一些富含维生素、纤维的食物，例如新鲜蔬菜水果等，对身体健康非常有利。鱼肉蛋白质含量比较高，可以适当多吃。烟熏食物、肥肉及含糖量较高的食物不宜多吃，可能会使得病情加重。患者根据自身情况制定健康饮食计划，养成自律生活方式，可以保持血压的稳定，保持健康身体状态。