

科学认识风湿性心脏病

▲ 自贡市第四人民医院 黄云

一说起风湿二字，大家首先想到的肯定是风湿性关节炎，这是一种能够“预测”天气的疾病，只要一到寒冷、潮湿的季节，患者的关节就会疼痛不已。但是大家听说过风湿性心脏病吗？风湿性心脏病可不会预测天气，只会造成一系列的心脏功能代偿反应。风湿性心脏病究竟是什么？

风心病容易导致心脏肥大

风湿性心脏病简称风心病，是一种自身免疫性疾病。有一种叫做A组乙型溶血性链球菌的病菌，它可以通过咽喉部感染进入人体，引起迟发性的、非化脓性的炎症反应。如果A组链球菌长期、反复地感染人体，免疫系统损害的“我方人员”就会越来越多，从而影响器官功能，这就是风湿热，也正是引起风湿性心脏病的主要病因。

A组链球菌感染所引起的急性或慢性的全身结缔组织炎症，可以广泛累及人体各个关节、心脏、皮肤或皮下组织，引起关节炎、

心脏炎、舞蹈病、皮下结节、边缘性红斑等疾病。对于心脏而言，风湿热主要损害的部位是心脏瓣膜，炎症反复发作或重度发作会使心脏瓣膜充血、肿胀、钙化甚至变形，这一系列变化的后果被称为心脏瓣膜狭窄。

我们都知道，人体的血液系统是一个循环系统，强而有力的心脏可以将血液泵至全身上下，完成物质交换后的血液会沿着四肢等部位的静脉血管汇集至肺静脉，最终回到左心房。而心脏瓣膜的作用，就是心房、心室之间的“门”，要想血液形成循环系统，这扇门的作用不言而喻，它需要在该关上的时候关严实，需要在血液经过的时候及时打开。可是被侵蚀损害的瓣膜，无法关闭严实，也就不能保证血液的单向流动；如果瓣膜因炎症而充血肿胀，也就不能充分开放，从而阻挡了血液的正常流动。

心脏为了能够完成“任务”，只有更加费劲地舒张和收缩，才能保证维持正常的血液循环系统。这样算来，心脏的“工作量”

比之前多，工作强度也变大，长此以往，心脏容易疲劳，久而久之就会造成心脏病。

临床数据表明，最容易受风湿热侵害的是心脏的二尖瓣，其次是二尖瓣和主动脉瓣的合并病变。二尖瓣是左心房和左心室之间的动脉瓣，其作用是阻止左心室的血液回流至左心房；当二尖瓣狭窄到一定程度时，左心房的压力就会增加，从而连带肺静脉和肺毛细血管压力增大，形成肺淤血。肺淤血后患者容易出现呼吸困难、咳嗽、咳血等症状，严重者还会引起肺水肿和心脏衰竭等。

风心病的治疗很多需要手术

对于风心病的治疗，早期一般会建议采取药物治疗或介入治疗，如果两种治疗手都没有明显效果的话，就可以选择直接有效的手术治疗。手术治疗有“成形”和“置换”两种方式，前者是在保留患者自身瓣膜的前提下，对受损部位进行修复，以恢复自身瓣膜的原有功能。后者是直接切除患者体内的

病变瓣膜，植入人工瓣膜代替原有瓣膜的功能。

人工瓣膜分为特殊金属制成的机械瓣和用其他动物材料经过加工制成生物瓣，二者各有好坏。前者因为是特殊金属制成的，因此非常结实耐用，寿命长，一次手术基本可以终生使用；但由于其对于人体来说始终是异物，因此在机械瓣附近容易形成血栓，安装机械瓣的患者需要终生服用抗凝药物。生物瓣最常用的材料是牛的心包瓣和猪的主动脉瓣，二者在生物结构上与人体类似，因此排异反应没有机械瓣那么严重，这是生物瓣最大的优点；但是生物瓣有一定的使用年限，这意味着生物瓣一旦发生损坏，患者将会面临二次手术。



对乙酰氨基酚的合理应用

▲ 苍溪县人民医院 谭中富

乙酰氨基酚是一种解热、镇痛的药品，常常被人们用来退烧，或者当作止痛药来使用。乙酰氨基酚不仅可以缓解头痛、关节痛，还可以缓解女性痛经和普通感冒，也常常被应用在手术后止痛药品中，目前人们对乙酰氨基酚的使用比较普遍，但是在使用时，应该了解乙酰氨基酚的相关知识，不能因为不合理的用药，导致药物中毒，影响身体健康。

不合理应用会危害消化系统

乙酰氨基酚虽然解热、镇痛效果比较好，但是如果长期使用的话，也会对人体造成伤害。如果超出使用剂量，会造成病人肝肾受到损害，病人每次应用10~100g后，会出现恶心、呕吐的情况，并且会让人意识模糊、肾功能出现异常，不仅如此，当病人因为用药剂量过大，体内谷丙转氨酶变高，在三天后会出现黄疸、低血糖等症状。部分患者还会出现脑水肿情况。

乙酰氨基酚的不合理应用，还会对我们的消化系统造成危害，会引起恶心、腹痛等身体不适的情况，严重的时候还会引起急性肝衰竭，据调查，很多急性肝衰竭的患者都是乙酰氨基酚过量引起的。除此之外，很多妊娠期的女性和婴儿，也会因为乙酰氨基酚剂量不合理，导致哮喘发病率变高。

根据调查，当人体血药浓度达到每毫升200微米时，在12h内，大部分人都会出现肝损害情况，还有少部分较为严重的人，会引发急性肾衰竭，死亡率达到6%，因此对于乙酰氨基酚的合理应用，不管是对于病人还是医生，都非常重要，而病人在使用时，必须在医生建议下谨慎使用。

在医生指导下合理应用

在生活中使用乙酰氨基酚时，应该在使用前，应该仔细阅读药品的说明书，按照规定的计量和使用方法服用，同时阅读药

品的注意事项和一些不良反应、禁忌说明等。乙酰氨基酚在生活中主要是用于退烧、治疗感冒、止痛等，因此病人不能空腹服用，或在饮酒后服用。其次，在治疗感冒时，应该及时了解感冒药的成分，避免和乙酰氨基酚一起服用，出现药物反应。

对于老年患者，在服用乙酰氨基酚时，服用剂量应该比年轻人减少35%，减少该药品对老人十二指肠出血和胃部的伤害。而哺乳期妇女和儿童在发烧时，应该严格控制用药剂量，同时控制用药时间，每次用药应该间隔6h。

乙酰氨基酚属于非处方药，因此在购买、使用时，应该在医生允许后使用，尤其是家长在给小孩用药时，应该用药说明，根据儿童年龄和体重来判断，孩子是否可以用此药品。乙酰氨基酚是口服制剂，而很多患者对它的合理使用不太重视，因此在服用时也没有在意剂量，容易出现药物中毒的情况。

由于乙酰氨基酚使用不当会导致肾脏功能受损，因此一些肾功能不全的患者，应该尽量减少使用。医生在给患者使用该药物时，应该避免将其和其他同类药物一起使用，联合用药不合理的话，更容易造成患者药物中毒或出现不良反应。

含有乙酰氨基酚的常用药物比较多，主要是针对消化系统、肝肾功能、过敏反应的危害。医疗人员和患者都应该高度重视，做好安全用药的宣传，从实际生活中，减少药物损害事件发生。

乙酰氨基酚对人体的危害主要是因为用药不当引起，我们并不能因此就否定乙酰氨基酚的应用效果，只要合理应用，乙酰氨基酚就不会对我们身体造成危害，在生活中，我们不仅应该注意乙酰氨基酚的用法用量，其他常见的非处方药品，我们也应该谨慎使用，尽量在专业医生的建议下服用，才能健康生活。

肠梗阻护理的五种方式

▲ 成都市龙泉驿区洛带镇公立卫生院 李燕

肠梗阻作为一种常见疾病，会对患者的身心健康造成极大影响，所以需要及时就医治疗，并配合科学的护理手段，降低患者的不适，提升患者的生活质量。在肠梗阻的护理期间，常见的有五种方法。

有效护理更利于肠梗阻恢复

作为一种常见的消化道疾病，是肠道内的物质在通过肠道时，受到了阻碍，无法有效排出，然后产生腹痛及呕吐等症状的疾病就是肠梗阻。肠梗阻一般可以分为急性与慢性肠梗阻两种。肠梗阻的主要治疗方法就是手术治疗，但是除了治疗，需要搭配合理的护理，这样才能加速疾病的痊愈，防止并发症的发生。

肠梗阻护理谨记五种方式

肠梗阻患者的护理总结起来有5种手段，下面就对这五种手段进行介绍，为肠梗阻患者的有效护理提供指导：

科学合理饮食 患者需要保持良好的饮食习惯，这样才能得到良好的护理效果。日常生活中要保持饮食的干净卫生，不要吃一些不干净的食物，每餐后都不要剧烈活动，避免急性胃肠炎的发生。同时，当患者的急性胃肠炎比较严重时，麻痹性肠梗阻也有可能出现。

当患者已经出现肠梗阻后，为减轻腹痛，要禁食水。在日常饮食上，需要以易消化的流食为主，且保持清淡，以米汤等为主；都吃海带与胡萝卜等易消化、促排便的食物增加优质蛋白的摄入，比入瘦肉与豆制品等。

当出现肠梗阻后，为减轻腹部疼痛，患者要保持良好的体位，可以是半卧位。对病情的变化进行密切的观察与记录，病情在医务人员的指导下展开治疗与护理。当患者是黏连性肠梗阻时，最好不要吃太硬的食物，以流食为主。

维持体液平衡 合理输液，对出入量

进行合理记录，在输液前，需要针对患者的实际情况，及各项指标，制定合理的输液计划。对输液期间及输液后，患者的各项指标变化、病情变化等进行密切观察与详细的记录。同时，在营养支持上，要禁食，并予以肠胃外营养。

缓解疼痛 肠梗阻患者的疼痛会对其造成很大折磨，所以需要禁食，对胃肠进行减压，将肠腔内的积气与积液及时清除；对腹部进行按摩，按摩的部位为腹部，方向为顺时针；如果患者的疼痛感较强，可以在医生的指导下使用解痉剂。同时也要做好患者体温的观察，并做好并发症的控制。

并发症的预防和护理 (1) 吸入性肺炎。预防期间，需要让患者在呕吐时，帮助其将头偏向另一侧，做好呕吐量及颜色的记录；做好病情监测，监测患者是否有咳嗽、咳痰等症状；如果患者已经出现了吸入性肺炎，除了治疗之外，还需做好护理工作，帮助患者翻身，然后对其进行叩背，并指导患者进行有效呼吸等；

(2) 腹腔感染及肠痿。为防止发生感染，需要保证腹腔引流的通畅，操作期间需要严格无菌技术操作；针对患者的实际情况，予以补充营养；做好对患者的观察，当患者在术后出现不适后，需要做好护理；

(3) 肠粘连。在术后，患者也要进行适当活动，护理期间可以帮助患者活动肢体，然后鼓励患者下床活动，增加肠胃的蠕动能力，防止粘连的出现；对患者的病情进行观察，当再次出现腹痛、腹胀等症状时，需要及时处理，并告知医生。

健康教育 告知患者术前术后的注意事项，提升患者的自我护理能力与意识；指导患者进行早期活动，避免肠粘连发生；让患者保持良好的饮食习惯，且不要暴饮暴食；当在有不舒适出现时，要及时就医检查，避免延误疾病的治疗。