

冠心病的最佳治疗方法

▲ 乐山市精神病医院 黄春焱

据研究显示，近年来，我国冠心病的发生情况逐渐增加，发病数量占总人口的12.3%，男性的发病趋势往往要多于女性，且发病年龄趋于40岁以上的患者居多。冠心病在临床医学中的全称是冠状动脉粥样硬化性心脏病，疾病发生是因为患者冠状动脉发生粥样硬化，硬化后的动脉血管出现狭窄，闭塞，导致心肌供血不足，造成心肌缺血，进而使患病人心脏血液运行异常，这就是临床中的冠心病。

疾病发生常见于中老年人，且易患病人群为高血压患者，糖尿病患者，高血脂患者，肥胖患者以及长期吸烟患者，患者发病过程中会有明显的胸痛，胸闷，心律失常，心悸以及呼吸困难的症状，如果这时不能为患者进行及时的治疗，极易威胁患者的生命安全。

冠心病的常见治疗方法

支架治疗 支架治疗主要是利用冠状动脉发生粥样硬化导致血管异常狭窄或者鼻

塞的特点，利用专业的医学材料制作成的符合血管壁形状的特点物体，将该物体放置在血管狭窄位置，目的是撑起发生狭窄的血管壁，满足血液的正常流动。支架治疗并不能算一种去根的治疗方式，可以说是一种急救措施。如果患者支架成功后，需要更加注重治疗后的护理工作，包括合理用药，规律饮食，规律作息时间等，尽量控制的疾病的发生。

做搭桥手术 搭桥手术是临床中常见治疗冠心病疾病的治疗方式，主要是利用的患者血管好的位置，将其移植到冠状动脉发生粥样硬化部位，让发生狭窄的血管重新恢复正常状态，血液流通重新变的正常，但是这样的治疗往往需要将胸腔打开，术后创口比较大，而且治疗后续并发症发生风险较多，如果患者患有冠心病，治疗方式需要慎重选择。

药物治疗 药物治疗同样也是疾病治疗的一种常见方式，也是疾病治疗的基础，而

且冠心病的治疗药物比较多，不同的药物可以治疗不同程度的疾病，药物治疗可以同时实现疾病的预防，治疗，对患者恢复健康有积极意义。但是需要注意的是在使用药物治疗的过程中患者的需要在医生的指导下用药，只有这样才能更好的恢复健康。

冠心病的日常护理

饮食护理 饮食不健康也会造成患者冠心病发病，在日常生活中患者需要尽量的控制自身的饮食情况，养成良好的饮食习惯，利用控制饮食，进一步改善自身的血液循环，同时在一定程度上还可以控制自身的血压。防止血糖升高，减少胆固醇浓度，从而达到抑制冠心病疾病的发生，在日常饮食过程中，需要注意三高一低饮食，同时多食用新鲜的水果与蔬菜，补充身体所需的蛋白质，注意保证身体的有充足的休息时间，不要喝浓茶以及咖啡，较少饮酒吸烟的次数，饮食方面需要做到这些即可。

注重身体锻炼 身体锻炼主要是在日常生活中需要积极加强自身的锻炼，特别是老年人，随着年龄的增加，身体的抵抗受到影响，通过锻炼身体，加快血液利用，降低疾病的发生情况，同时也要保证患者在日常的生活中心保持乐观的态度，精神情况不要高度集中，要放松，遇事不能过于着急，焦虑，激动等，这样非常容易导致疾病突发。

药物指导 患者在用药过程中，需要在专业医生的用药指导下用药，不能随意较少或者增加药物使用，并且在用药过程中观察患者用药后情况，如果患者用药异常，一定要及时的停止吃药，立即送往医院进行救治。

冠心病的发生原因复杂，治疗方式也多样，性别，年龄，职业，饮食，吸烟等都在一定程度上易导致患者发病。在患病后，需要根据自身疾病情况，选择合适的治疗方式进行治疗。

肝硬化的治疗方法

▲ 乐山市市中区人民医院 张克丽

肝硬化是一种严重威胁生命的疾病，当很多人得知患有肝硬化后往往很绝望，临床上以肝功能损害和门脉高压症为主要表现，并有多系统受累，晚期常出现上消化道出血，肝性脑病，继发性感染等并发症。其实胁肝硬化真正威胁患者生命健康往往是疾病发展到后期出现的一些并发症，尤其在早期治疗不及时的情况下，一旦患者病情步入晚期，就会有一系列并发症接踵而至，严重威胁病人的生命健康及生活质量。因此需要我们合理掌握引发肝硬化的病因及病症症状，从而及时采取有效的治疗措施加以干预。

肝硬化的常见病因和症状

在我们的日常生活中，可能引发肝硬化的病因很多，一般来说可分为以下几点：病毒性肝炎肝硬化；酒精性肝硬化；营养障碍；工业毒物或药物；循环障碍；代谢障碍；胆汁淤积；血吸虫病。另外还有部分原因不明的肝硬化，可称为隐源性肝硬化。

从肝硬化的临床症状上来看，一般可分为代偿期与失代偿期，在代偿期阶段，患者无明显临床症状，极少部分人会出现乏力感及轻度的消化道症状。而在失代偿期阶段则会表现出比较明显的肝功损害以及门脉高压症候群，表现出如下症状：全身症状，包含消瘦、乏力、面色晦暗，皮肤黏膜黄染、尿少等；消化道症状，包含食欲不振、腹胀、腹泻以及胃肠功能紊乱等；出血倾向：比如出现呕血、便血、牙龈出血、皮肤紫癜等；内分泌障碍：比如出现蜘蛛痣、色素沉着以及肝掌等；此外，女性病人一般还会出现月经失调，而男性病人则多会有乳房发育、腮腺肿大等病症表现；低蛋白血症：比如出现腹腔积液或者下肢水肿等。

肝硬化的治疗方法

作为一种由于组织结构紊乱而导致的肝功能障碍，目前尚未出现彻底根治肝硬化的方法，治疗的主要目的在于早期发现并阻

止病程进展。在具体治疗中一般可采取如下措施：

病因治疗 病毒性肝炎所致需及时抗病毒治疗；酒精造成的立即戒酒；自身免疫性肝病所致的肝硬化酌情应用免疫抑制剂等干预，其他原因所致的肝硬化者，应尽力查明原因后针对病因进行治疗。

抗炎抗纤维化治疗 通过药物抑制炎症反应、解毒、免疫调节、清除活性氧和自由基、调节能量代谢、改善肝细胞膜稳定性、完整性及流动性等，达到减轻肝组织损害，促进肝细胞修复和再生，常用药物有：甘草酸制剂、多烯磷脂酰胆碱等。

并发症的防治 腹腔积液的治疗：首先要确保病人卧床休息，控制水、钠摄入，然后予以利尿剂治疗。在病人腹水有明显消退后，可适当减少利尿剂剂量。而针对腹水没有消退的病人，还可以通过反复大量放腹腔积液，结合静脉滴注白蛋白的方法进行治疗。另外，腹腔积液浓缩回输、腹腔-颈静脉引流术（PVS术）等也是可以有效降低病人腹腔积液的有效措施，在具体治疗中可结合病人的实际身体情况合理选择治疗措施；食管胃底静脉曲张治疗：为预防出血可口服降低门脉压力的药物。急性破裂出血及时医院就诊，首先药物降门脉压等治疗，若无效可考虑：三腔二囊管、急诊内镜下套扎、硬化剂或组织胶粘合剂治疗，也可行介入治疗（TIPS），甚至外科手术治疗。

营养支持 首选植物蛋白，每日能量摄入30~35kcal/kg，每日蛋白质摄入1.2~1.5g/kg，依据患者耐受情况酌情增减。可补充维生素和微量元素，避免长时间饥饿状态，建议少量多餐，每日4~6餐。

肝脏移植手术 肝硬化失代偿期如果出现肝脏功能进行性衰竭时药物治疗欠佳，可考虑血液净化（人工肝），符合指征者进行器官移植作为一种大型手术，一般来说只有在常规内外科治疗均没有效果的终末期阶段才会采用。

科学认识小儿腹泻的治疗

▲富顺县妇幼保健院 谢小燕

小儿腹泻是指小儿大便发生性状的改变和次数的增多。一旦小儿出现腹泻，家长就需要引起注意，因为腹泻会使人体造成大量的水分和营养物质流失，甚至打破人体内酸碱平衡，而小儿身体机能还不完善，各方面的调节能力还比较薄弱，一旦病情恶化，没有得到有效控制，有可能都会对患儿造成生命危险。

小儿腹泻的发病症状

在一般正常情况下，1岁左右的儿童每天排便的次数在2~4次内是属于正常的，在不同进食的影响下可能会增多或者减少。但是人们能够从儿童的排便的性状来判定是否处在腹泻。

首先，是从粪便的形状来看，发生腹泻的儿童粪便形状是比较稀的液态，固体物比较少，或者说没有固体物。其次，我们可以根据患者的身体症状来观察。有些儿童在发生腹泻的时候，同时伴有发烧脑热等症状。有的会出现尿少、皮肤干燥，或者患儿身体重量明显下降，这是因为患儿体内严重缺少导致的，这个时候如果不加以控制就可能会出现生命危险。

小儿肠道感染以秋冬季节比较多，其主要表现就是大便次数多、水多、固体少，且没有臭味，具体表现为大便呈水状或者蛋花状，甚至带血等。此外，在滥用抗生素也有可能导致儿童的肠道菌群失调，从而出现真菌感染，导致腹泻发生。

小儿腹泻的病因

导致儿童出现腹泻的原因有很多，其中最主要的原因就是病毒和细菌感染、饮食不当或者保暖不够。

饮食的影响 在喂养儿童期间，很多家长缺少相关的经验，对儿童的食物选择不当，或者突然改变食物种类，使得儿童一时间无法适应，或者儿童本身对新鲜的食物不服，从而导致儿童胃肠功能紊乱，出现腹泻症状。这也是日常生活中，导致

儿童腹泻的一种常见行为。因为儿童的身体比较敏感，对很多新鲜食物存在排异行为，如牛奶蛋白、鱼虾、大豆等。此外，要尽量避免儿童过多的饮用冷饮和冰镇的食物，控制牛奶的使用量。

病毒、细菌感染 病毒细菌感染也是导致儿童出现腹泻的一个重大原因，常见的病毒有轮状病毒、诺若病毒。其中轮状病毒一般在秋冬季节发生，所以也被称为秋季腹泻。细菌感染是因为儿童卫生照顾不好导致的。家长在照顾儿童的时候需要对其进行勤洗手，对儿童玩具要清洗消毒，避免儿童接触到不卫生的东西。

保暖不够 在照顾儿童的时候需要做好保暖工作，勿使其着凉。腹部着凉会使得儿童肠道蠕动增加，从而造成儿童腹泻。此外，还要注意天气变化，当天气突然变冷的时候要注意给儿童增加衣物。

家长如何判断小儿腹泻的病情

判断病情 在首先家长要学会判断病情的轻重。如果是病情较轻的情况下，家长可以针对儿童表现出来的症状进行控制。病情较轻表现为腹泻次数不多，腹泻量不大，未出现发热和呕吐等症状，也不存在口渴，精神不振。如果儿童是因为着凉而引发的腹泻，家长要及时给儿童添加衣物。；如果是因为儿童使用了冰镇的事物，或者过多的饮用奶制品，加以要加以杜绝。必要的情况下可以禁食5个小时。为避免其可能初夏的脱水，需要采用口服液进行补充水分，或采用肠道微生态调节剂进行控制。

及时就医 如在上述治疗中病情没有得到控制和改善，甚至出现粪便水状，同时伴有发烧、嗜睡、口渴、尿少、皮肤干燥等症状，需要及时就医。一旦出现这种情况就说明腹泻已经相当严重了，如果不加以重视就有可能造成更大的危害。在持续治疗1周后，如症状没有得到控制，需要到专业的儿童医院进行治疗。