

慢阻肺的常见诱因和症状

▲新津区中医院 李泽逸

慢阻肺的主要诱因

慢性阻塞性肺疾病（以下简称慢阻肺），是一种具有气流受限特征的肺部疾病，这种气流受限不完全可逆，且呈进行性发展，它的发生与肺部对有害气体或有害颗粒的异常炎症反应有关。随着病情反复发作、急性加重，导致肺功能逐渐下降，出现日常活动甚至休息时也感到气短。一般由两种疾病引起，一是慢性支气管炎，患有慢性支气管炎的患者本身气管部分就有炎症，因此患者的气道被粘液影响，会直接导致气道狭窄或者气道堵塞，最终引起患者的呼吸困难。二是肺气肿，肺气肿患者的肺部肺泡已经失去了基本弹性，不具备变化能力，因此进入到肺部的空气受此影响会失去流动性，进而让患者感觉到呼吸困难。

慢阻肺对于肺部的损伤是不可逆转的，且会随着病情的加重和病程的延长而逐步严重，因此，慢阻肺患者要及时的采取措施进行治疗，在改善疾病的同时还能够预防各类并发症的产生。

吸烟是慢阻肺出现的主要诱因。烟草烟雾会对人的呼吸道产生刺激，长时间吸烟更会破坏人肺部的弹性纤维，这也是为什么慢阻肺患者多数为中老年人，因为吸烟导致的肺部损伤需要数年才会有所显现。吸烟是内部刺激，而室外环境污染则是外部刺激，生活在污染的环境中也会增加慢阻肺的患病率，甚至可能导致慢阻肺患者病情的恶化。

呼吸时带入到呼吸道的粉尘和其他污染物会对人的肺部和呼吸道产生很大影响，因此在环境不好的情况下，若是处于室外，则尽量佩戴口罩或掩住口鼻，若是处于室内，则尽量不要外出。且室内也要保持基本的干净和清爽。

长时间接触二手烟的儿童，要比不接触二手烟的儿童患肺气肿的概率更高，且长时间吸入二手烟更容易诱发人的呼吸系统疾病。

长期暴露于化学烟雾和粉尘中的工作，更容易对职工的身体造成不可逆转的影响。

慢阻肺的常见症状

慢阻肺的一般症状包括长期的咳嗽、痰多以及气促，随着慢阻肺疾病情况的发展，这类症状会随之加重，很多慢阻肺患者最为明显的症状就是咳嗽和气促，日常生活中一些简单的动作和行为，都可能会让慢阻肺患者感到气促和气虚。这会导致患者吃饭和日常运动走路都变得困难，生活仿佛处于静止状态，一旦稍加用力便会加深呼吸的困难。因此，慢阻肺患者往往会在短时间内减轻体重，多数会出现营养不良的情况，身体变得尤为的虚弱，严重者甚至会丧失基本的日常行为能力。

慢阻肺的加重是很多慢阻肺患者在患病过程中都会经历的一个阶段，这一阶段的患者疾病情况会尤为严重，在短时间内会迅速恶化。因此，慢阻肺加重对患者的身体十分的不利且具有一定的危险性，这一时期的显性症状有：痰液明显的增多，且经常咳嗽，

痰的颜色和粘稠度都较往常有所加深，患者的气促较平常明显的加重，呼吸困难的频率加大，且胸闷状况较为明显。

慢阻肺加重一般是因为感染或者空气污染造成的，尤其是近些年来空气污染尤为严重，慢阻肺患病人数也在大幅度的增加。面对这类情况，首先要及时的去医院寻求医生的帮助，作胸CT及肺功能检查，尤其肺功能检查，全力配合医生制定合适的慢阻肺急性加重治疗方案，做好万全的准备措施，在合理的范围内尽量控制住病情的变化。慢阻肺属于中医肺胀范畴，病因外邪及本虚，病机标实本虚，治疗以扶正祛邪为主。

预防慢阻肺发生和恶化的最简单办法就是戒烟，戒烟能够直接切断烟草对气管的影响，哪怕是吸烟多年的人再戒烟对身体的好处都十分的广泛。一旦没有了烟草的影响，人的肺部就会减缓损伤，长时间不吸烟之后，其肺功能的丧失程度就会无限降低。同时注意慢阻肺与哮喘重叠，避免受凉及控制哮喘。

妊高症的治疗方法

▲自贡市第四人民医院 张月龄

妊高症也被称为妊娠高血压综合征，常发生于妊娠6个月左右，在孕晚期的第七至第八个月之后更为常见，该疾病会对孕妇和胎儿造成严重危害，具有较高的致死率。这个疾病只有通过早预防和早治疗，才能在最大程度上降低母子死亡率。

妊高症的危害

妊高症发病越早越严重，在发病早期血压会略有升高，临床症状表现为水肿和蛋白尿。水肿通常始于脚踝，并逐渐延伸至小腿和大腿，严重时甚至会扩散到外阴和腹部，用手指按压式会出现明显的凹陷，即使休息也无法消失。一旦得不到及时治疗，病情会不断加重，从而引发头痛、头晕、恶心和呕吐等症状，这些也是抽搐的征兆，临床上叫做先兆子痫。一旦无法及时治疗，很快会发生全身抽搐和昏迷的情况，这也是妊高症疾病最危险的时期，有极大的可能会引发一系列并发症，包括脑出血、急性心力衰竭、胎盘早期剥离和急性肾功能衰竭，严重时还会引起母子死亡。

妊高症的治疗方法

解痉治疗 解痉治疗主要是为了扩张痉挛的小动脉、调节重要脏器和胎盘血供。硫酸镁的具体用法如下：第一次使用硫酸镁时，应将25%硫酸镁16~20ml添加到5%葡萄糖液100ml中，30分钟内滴完，然后将25%硫酸镁40~60ml添加到5%葡萄糖液1000ml中，以每分钟30到40滴的速度进行静脉滴注。在滴注完后的6小时以上，可以使用25%硫酸镁20ml进行深部肌注。根据患者的体重、呼吸频率和膝反射等反应，合理调节使用剂量。

降压治疗 药物选择。第一，肼苯达嗪。该药物能够有效扩张周围小动脉血管，降低外周阻力，进而达到降压目的，而且还可以增加心搏出量、肾血浆流量和子宫胎盘血流量。虽然该药物的降低效果迅速，但是患者很容易引发心慌和气短等副作用。具体用法为将25~50ml的肼苯达嗪添加到葡萄糖

250ml进行静脉滴注，最好使舒张压维持在90~100mmHg。第二，钙离子通道阻滞剂。该药物能够抑制细胞外钙内流，减轻妊高症患者细胞内钙代谢失调的症状。具体用法为心痛定10~20mg，每隔6到8小时服用一次，急症服用10mg，然后再服用20mg，指导血压降到160/100mmHg以下。第三，酚妥拉明。将10~20mg的酚妥拉明添加到5%葡萄糖液250ml中进行静脉滴注，然后结合患者的血压对滴速进行调整。第四，甲基多巴。该药物是一种中枢性降压药，能够刺激血管运动中枢的α受体，以便对外周交感神经进行抑制，从而降低血压。具体用法为口服250~500mg的甲基多巴，一天服用3次；也可以将250~500mg的甲基多巴添加到10%葡萄糖液500ml内进行静脉滴注，一天1次。第五，硝普钠。该药物是一种有效的血管扩张剂，能够扩张血管，从而降低血压。虽然该药物见效快，然而因为该药物的代谢产物氰化物存在一定的毒性，会伤害到胎儿，因此最好用于分娩期、产后血压过高时、或者其他药物无效时。具体用法为将50mg的硝普钠添加到5%葡萄糖液500ml进行滴注；或者将25mg的硝普钠添加到50ml的生理盐水中，然后通过微量输液泵进行推注，应在6个小时内推完，同时应结合患者的血压控制滴速。

扩容疗法（1）药物选择。第一，速尿。该药物的使用剂量一般为20到40mg，将其添加到25%葡萄糖液20ml进行滴注，该药物具有排钠和排钾的功效，很容易造成电解质紊乱、引发低氯症和低钾血症。第二，甘露醇。使用20%甘露醇250ml进行快滴，通常在15到20分钟内滴完，以便降低利尿作用。该药物不能用于妊高征心力衰竭患者和肺水肿患者；（2）镇静。使用安定药物10mg。在特殊情况下可以考虑使用冬眠药物，将冬眠I号合剂添加到10%葡萄糖液500ml内进行静脉滴注。如果病情危急，应将其1/3的量添加到25%葡萄糖液20ml进行慢滴，剩下2/3的量应添加到10%葡萄糖液250ml中进行静脉滴注。

如何识别老年患者早期心衰症状

▲广元市第三人民医院 文富彬

心衰是指由于心脏扩张功能、收缩功能出现障碍，无法将静脉血液排除，导致血液在静脉出现集聚，动脉供血不足，进而出现心力衰竭。心力衰竭并非独立疾病，此病出现与患者之前存在的心肌炎、心肌梗塞等均有关系。当患者出现心肌炎等会导致患者心肌出现损伤，最终导致心力衰竭的出现，因此心力衰竭也是心脏病最终阶段。此病出现后对患者生活影响大，早发现、早治疗才能帮助患者减轻疾病的影响。

心衰病发与患者之前就有心律失常、高血压等心脏疾病有很大关系。由于老年人身体的各项机能及身体抵抗能力差了，身体各项功能也在变弱，患上心律失常、高血压等心脏疾病的概率大大增加，很大程度上增加了老年人出现心衰的概率。因此，老年人及早进行预防，对于保障老年人健康生活具有重要意义。

乏力、失眠 乏力、失眠属于早期心衰的主要症状之一，患有冠心病、高血压、肺心病的患者，在心衰早期常常会出现失眠情况，且总是出现在睡眠、嗜睡的过程中经常醒来的情况。早期心衰还有一个典型的症状，当患者运动的时候常常会感觉四肢无力、疲乏。有的患者还有可能出现嗜睡等情况，部分早期心衰患者可能出现睡眠中经常醒来的情况，反反复复地导致患者出现精神憔悴等。因此，老人若有心脏病等病史，并出现了乏力、失眠等情况，要做好预防。

夜尿增多、水肿 心衰早期还会出现夜尿多、水肿等情况，这是因为心衰出现后心脏负荷减轻，导致心排血量、肾灌注血量增加，夜尿也会随之增多。而导致这种症状出现的情况是因为，夜晚大多躺在床上休息，此时心功能会比白天的时候好一些，然后心脏的排血量就会增加，一部分皮下水肿液被吸收，使得流向肾脏的血流增加，进而导致夜晚排尿次数增加。另外水肿也是心衰早期症状的一个表现，如

果人体的右心室逐渐衰竭，身体的静脉血无法顺畅回到心脏存在体循环淤血。某些患者还会出现腹胀便秘等症状。

咳嗽、咳痰 心衰还有可能导致患者出现咳嗽与咳痰的情况，这是由于心衰出现后，支气管、气管等部位出现了水肿淤血，呼吸道的分泌物增加了，使得呼吸道的反射反应增加，咳嗽与咳痰的症状明显增加。这种情况在晚上卧床休息时或者工作劳累的时候表现得更为明显。严重时患者还有可能出现咯血的症状，一定要重点关注。

纳差、腹胀 纳差、腹胀也属于心衰早期症状之一，而这些症状常常容易与一些胃肠道疾病混淆，易使得患者出现错误判断等情况。早期心衰之所以会出现纳差与腹胀是因为当心衰出现后，心脏功能出现异常，心室血液正常循环受阻，使得胃肠道出现淤血等情况，进而出现腹胀、纳差等情况。且由于胃肠道出现淤血，还会导致出现腹泻、恶心等情况。很多病人出现腹泻等症状后，以为是胃肠道疾病复发导致，去医院治疗了两三天后，才考虑可能是由于心衰导致，影响了心衰的治疗。

多汗、低热 早期心衰的患者还会出现多汗、低热等症状。早期心衰患者出现多汗是因为，当心衰发生时，体内交感神经比较兴奋，儿茶酚胺分泌量增加，动脉血压出现升高情况，后导致患者出现全身冒冷汗等情况。

情绪异常 很多心衰早期患者会出现烦躁不安，头晕等情况，这是由于当心衰出现后，会直接影响血液的正常循环，进而使得患者出现脑供血不足，由于脑供血不足进而导致头晕等症状出现。且由于脑部供血不足症状的加重，影响了正常脑部代谢，对脑部神经正常功能产生影响，易导致患者出现烦躁不安等情况。所以家长若老人平时情绪较为平稳，突然无故出现烦躁不安等情况需要警惕。