

老人哮喘的防治措施

▲ 泸州市叙永县中医医院 邓江琴

支气管哮喘（以下简称“哮喘”）是临床中十分常见的慢性病症。据调查显示，哮喘的发病率是慢性呼吸系统疾病中，增长速度较快的一种。由于老年人的各项身体机能逐渐减弱，加之我国老龄化现象逐渐加重，老年人哮喘的发病率逐渐表现为上升趋势。

哮喘的临床表现

哮喘患者在生活中常会感觉到憋气、胸闷、呼吸困难等。生活中许多因素都会使哮喘病症发作，如灰尘、烟雾、花粉，甚至是冷空气、霉菌等都会使哮喘发作。随着人们生活水平的提升，生活方式得到显著提高，汽车尾气逐渐成为了一座城市中引发哮喘病、哮喘死亡的主要因素。这大多是与患者的迷走神经兴奋，导致的支气管痉挛有着很大的联系。一般来说，老年哮喘患者的在活动后气促现象较为明显，而且生活中存在胸闷、气短、咳嗽、咯痰等症状。但是，老年患者中典型的哮喘发作较少，常会伴有心血

管与其他肺部疾病，也就加大了治疗难度。

调查显示，大部分患有哮喘的老年人都有较长时间的吸烟史，甚至部分老年患者在确诊后仍然继续吸烟。长期抽烟会导致患者存在支气管炎、肺气肿等病症，加大肺部损伤。部分老年患者长期吸烟后会出现哮喘慢阻肺综合征。部分老年患者同时患有脑血栓、高血压、冠心病的疾病，阿司匹林等药物的长期使用也会在一定程度上引发哮喘。有老年人体质较差，极易出现呼吸道感染等情况，部分病毒或治疗肺炎的药物会伤害气道上皮细胞，使其出现高反应从而引发哮喘。

老年哮喘的防治措施

日常生活中的很多因素都有可能引发哮喘病症发作，我们要做好以下防治措施。

远离人群密集地 哮喘患者对空气质量要求很高。因此，在条件允许的情况下，尽量选择空气质量较好的地区居住。尤其是老年患者，应改掉“凑热闹”这个坏毛病，尽

量少去人群密集、空气不流通的地方。

勤通风 对于患有老年哮喘患者的家庭，应合理改善家中环境。最重要的一点，就是每天都要打开窗户进行通风，保证室内空气新鲜，但也可以使用吸尘器、除螨仪等进行室内空气的优化。日常生活中，尽量不要使用蚊香、空气清新剂、地毯等刺激性气味较大的物品。如果房子是新装修的话，老年哮喘患者需在房子中气味散尽后才可以进入居住，以此来减少哮喘病症的发作概率。

少养宠物 虽然毛绒绒的小动物会使人心情愉悦，但也正是这些柔软的毛发会增加哮喘患者的发病概率。因此，老年哮喘患者应尽量不养猫、狗等宠物。

避免受凉感冒 根据近年来的调查发现，高达80%左右的老年哮喘患者，其病症是因感冒而引发的，所以在生活中要避免感冒。

保持良好情绪 患有老年哮喘的患者应保持积极乐观心态，使自身情绪稳定，家人

也不可对其进行吼骂，或是让患者处于一种紧张的状态。

合理健康饮食 老年哮喘患者患病后需要养成科学健康的饮食习惯，应以清淡、易消化的饮食为主，应减少使用大甜、大咸、太油腻的食物。时间上也应该有所注意，特别是晚饭，不可以吃太多，也不可吃太晚，最好是睡前3小时已经吃完晚饭。鸡蛋、牛奶等容易导致过敏的食物，老年哮喘患者应减少食用。当患者哮喘病发作时，常常会食欲下降。此时，应遵循少吃多餐的原则，吃一些青菜、面条、粥等。日常的家庭饮食中，也应避免加入葱、姜、蒜、洋葱等刺激性较强的食物。酒水、可乐、雪碧等饮料也要尽量少喝。虽然饮食方面需要注意，但是也要保证营养充足，吃得安全，吃得健康。

睡前可以适当饮水，从而降低睡觉时哮喘病症的发作几率。水量需要控制在300ml左右，以白开水为最佳。

中医药治疗冠心病的优势

▲ 金堂县赵镇胡氏康复诊所 胡静

冠心病在中医古籍中早有论述，《内经》对其症状描述为“真心痛”“厥心痛”。汉代《金匮要略》对其定名为“胸痹”，病机为阳微阴弦。后世认为其具有两个义理，一为心胸阳虚，阴寒痰饮乘于阳位；另一指的是脉象，寸口脉沉，关上紧数。中医认为，冠心病属于中医的胸痹、厥病或真心痛，该病主要因正气亏虚，年老体衰，加上七情内伤、饮食不节、寒凉刺激、劳逸失度等因素的影响，导致脏腑功能损伤，阴阳气血失调，痰浊内生，气滞血瘀，胸阳不振，使心脉痹阻而致。其中，寒凝心脉收缩，痰瘀致脏腑经络气血功能失调，人体阴阳平衡破坏是发病的主要内因。

冠心病的六种类型

痰浊闭阻证 主要症状为：胸闷重而心痛微，痰多气短，肢体沉重，形体肥胖，伴有倦怠乏力，纳呆便溏，咯吐痰涎。

心血瘀阻证 主要症状为：心胸疼痛，如刺如绞，痛有定处，入夜为甚，甚则心痛彻背，背痛彻心，或病引肩背，伴有胸闷，日久不愈，可因暴怒、劳累加重。

气滞心胸证 主要症状为：心胸满闷，隐痛阵发，痛有定处，时欲太息，遇情志不遂时容易诱发或加重，或兼有胀闷，得暖气或矢气则舒。

寒凝心脉证 主要症状为：心痛如绞，心痛彻背，喘不得卧，多因气候骤冷或感风寒而发病或加重，伴形寒，甚则手足不温，冷汗自出，胸闷气短，心悸，面色苍白。

气阴两虚证 主要症状为：心胸隐痛，时作时休，心悸气短，动则益甚，伴倦怠乏力，声息低微，面色苍白，易汗出。

心肾阴虚证 主要症状为：心痛闷闷，心悸盗汗，虚烦不寐，腰酸膝软，头晕耳鸣，口干便秘。

冠心病的辨证论治原则

在冠心病的发病机制中，疲劳、情志不畅等常为诱发因素，其病在心，但也与肝、胆、胃、肾等脏腑气血紊乱相关。所以冠心病有着虚实夹杂，痰瘀互凝，共同为害，热从毒化，

变从毒起，瘀从毒结的特点。

冠心病还有着不同的病症类型，病人的年龄，生活环境以及其他相关疾病等因素也各不相同。因此，中医治疗冠心病，必须辨证论治，因病治疗。随着人们的生活水平提高，饮食结构发生了很大的变化，膏粱厚味，油腻的东西比较多，生活压力也比较大，现在的冠心病发病情况也与过去有所不同，过去以隐痛为主的症状转变为现在的闷闷为主；以前冠心病多以瘀血为主，现在以痰浊为主兼有瘀血，只有准确把握每一位患者的情况，才能达到好的治疗效果。

中医药治疗的优势

冠心病的中医治疗法则中，其治疗重点为芳香通络、活血化瘀、温补肾气、虫类驱风、舒肝解郁、清热解毒等，临床上兼具数法的药物非麝香通心滴丸莫属。它是根据急救良药至宝丹的基础上研制的。其中人工麝香可芳香辟秽，人参茎叶皂皂苷可补益心气、调理气血，丹参、生山楂、鸡内金可活血化瘀通络斑块，冰片可开窍醒神、清热止痛，蟾酥可解毒止痛、强心利尿，人工牛黄、熊胆粉可清热解毒、祛痰化浊，动物虫类有祛风止痛作用。

冠心病是与热毒、血瘀、气虚、痰阻相关的疾病，与血管内皮细胞损伤、动脉粥样硬化息息相关。临床研究显示，麝香通心滴丸能提高内源性一氧化氮合酶基因的表达，使血浆中一氧化氮含量提高、保护血管内皮细胞、扩张血管、抑制血小板聚集，可以整体干预冠状动脉粥样硬化进程。冠心病不仅包括动脉粥样硬化性狭窄，同时还有冠状动脉微血管障碍、冠状动脉痉挛导致的微血管性心绞痛等。临床研究显示，麝香通心滴丸不仅可降低斑块破裂率和斑块易损指数，同时也可以改善冠状动脉微血管功能障碍。

冠心病的治疗是一个长期过程。麝香通心滴丸药性温凉有度，长期服用不伤阴血且不破气，可强心扩血管、缓急止痛、服用方便，力专药精，在基层冠心病防治中发挥着重要的作用。

科学认识磁共振的工作原理

▲ 泸州市中医医院 王昭

目前，核磁共振（MRI）是我国临床诊断中经常用到的一种检查方法，不仅可以明显提高疾病的诊断准确率，同时也能够及时发现部分疾病的早期病变。即便如此，大部分人对核磁共振检查仍旧感到十分的陌生。为此，本文章就带领大家一起了解核磁共振的工作原理。

核磁共振扫描仪主要是利用较强的磁场与无线电流，通过二者与组织中的质子相互作用来产生一个独特的信号，并对其进行处理，形成清晰的人体图像。而质子在实际研究中，就可被当做一个条形磁铁，其体积十分的微小。

同时，这种条形磁铁也被分为南极与北极。其自身在绕轴旋转时，整个状态与行星的运行状态十分相似。在一般情况下，质子的排列方式是随机的，但在磁场加强的情况下，质子的磁场方向就会与该磁场的方向保持一致。

采用正确频率的无线电波对质子进行脉冲，可以让它们产生共振作用，进而就会扰乱磁性的正常排列。与此同时，借助射频信号，被激发的质子能够自由吸收或者是充分释放自己的能力。而此过程中的发射物，大多都会被扫描仪上的接收线圈全部接收。在这一过程中，促使质子产生共振的无线频率，主要是受磁场的强度所决定的。而对于核磁共振扫描仪中的梯度线圈，可以改变人体的整个磁场强度。由此可以证明，人体不同的部位，在核磁共振的作用下，其所表现出来的频率存在较大的不同。为此，根据顺序使用不同的频率，可以对身体的各个部位分别进行成像，最终形成一副完整、清晰的图像。

当无线电源闭合时，质子就不会受到磁场的干扰。在这一过程中，发射出的无线电波会被接收线圈所接收。由于不同部位的组织，其放射速度有所不同。因此，放射时间能够准确揭示出被成像所属的组织类型。

核磁共振扫描仪的驱动主要依靠强大的磁场。在一般情况下，磁场为1.5特斯拉，

等到4~5月的时候头部不稳定，表现为摇摆不定，拇指有内收现象，手不会主动张开，正常情况下这时候会看到任何事物都想要伸手抓，若是没有这方面的迹象，应当怀疑有小儿脑瘫的可能。

小儿脑瘫的治疗方法

小儿脑瘫目前没有特别有效的疗法，现阶段的治疗目标主要是促进小儿各项功能的逐渐恢复，并且能够正常的发育，纠正异于常人姿势的同时降低伤残程度，需坚持长期坚持，并坚持家庭训练、综合治疗与及早干预。

现阶段的治疗方法主要包括手术治疗、康复治疗与药物治疗三种。就手术治疗来说，并非对所有的患者来说都有很好的疗效，主要包括骨关节手术、跟腱延长术与选择性周围神经部分切断术等，在进行手术治疗时最好配合康复治疗同步进行；在康复治疗方面，不同小儿的身体素质、运动功能以及神经发育功能等有着一定的差异性，所需要的康复

手段也有着一定的差异性，但是主要包括以下几点：其一，家庭康复，顾名思义，在家庭成员的帮助下，针对小儿的病症，帮助小儿进行语言、行走、站立、跪立、爬行、坐位、翻身等功能的恢复。其二，心理治疗，与小儿进行交流，观察其兴趣、心理以及情绪，然后进行针对性的启发与诱导，逐渐调整与改善小儿的病态心理，通过一些智力小游戏逐渐开发小儿的心智；其三，特殊教育，在康复机构、福利院与特殊医院中，对病情较为严重的脑瘫小儿进行针对性的特殊教育，将阜阳、教育、康复、医疗融为一体；在药物治疗方面，现阶段并没有治疗脑瘫的特效药，只能靠部分药物进行一定程度的缓解，其中六味地黄丸、安定、巴氯芬、脑活素等对于某些小儿脑瘫症状有着一定的疗效，具体怎样对症服药依然要遵照医生的嘱托。

小儿脑瘫的日常护理

在饮食方面，应当根据状况补足营养，

保证患者正常的发育所需，尽量保证食物丰富的同时能够多样化，满足小儿身体各方面所需，以容易消化吸收的食物为主，比如蔬菜、新鲜水果以及瘦肉、肝、乳类等。在运动方面，家长不能擅自带领小儿进行各项运动，应当及时询问医生的建议，并且能够严格遵守医生开具的运动恢复方案来进行，避免运动不足或者运动过量的情况发生，因小儿缺乏一定的安全自我保护意识，且身体素质较弱，家长应当在其运动过程中做好相关的安全辅助工作。此外还要培养小儿的适应能力，因为脑瘫症状可能会伴随小儿的一生，在日常的生活过程中，家长应当潜移默化的教授给小儿各项生活技能，特别是与人流交流能与学习技能，以此来保障小儿能够逐渐适应社会中的各项事务，并具备一定的独自生活能力。平时应加强监测，每天记录小儿的病情变化，定期到医院进行复诊，与医生进行详细的交流，不断的调整与完善护理方式，促进小儿的康复效果。

肺癌的微创手术疗法

▲ 宜宾市第一人民医院 凌生林

肺癌是医学界中造成患者死亡率持续升高的“头号杀手”。随着微创手术在临床上的广泛推广与应用，为肺癌患者带来了一线生机，原来在肺癌的治疗中，也可以通过微创手术控制病情，治疗肺癌。

微创手术治疗肺癌的优势

肺癌属于肺部组织中原发的恶性肿瘤，会直接威胁人们的健康、生命安全，使患者和家属都苦恼不已。但是随着我国医疗水平的提升，肺癌也可以通过微创手术进行治疗，具体治疗方法包括氩气刀治疗、冷冻治疗、气管支架植入治疗等。

不仅如此，肺癌微创手术在实施中会借助胸腔镜完成手术，患者不会像传统手术那样留下较大损伤。因此，大家身体出现不适后，建议及时到医院做临床检查，便于肺癌的早发现早治疗，这样也能发挥微创手术的治疗价值，提升肺癌的治愈率。

肺癌往往与患者的生活习惯有关系，肺癌细胞生长较为缓慢，但在传统手术治疗时，需要将粘连着癌细胞的组织切除，给患者造成较大损伤，且整体手术难度较大。而微创手术在操作时，会通过3厘米左右的小切口治疗肺癌，手术后创伤小，甚至不会损伤患者的肌肉组织。除此之外，肺癌微创手术的主要优势还体现在以下内容中：第一，通过减少手术损伤，提升患者生活质量。第二，治疗周围型肺癌时，胸腔镜肺癌切除术这一微创手术，可避免使用肋骨撑开器，所以在控制肋骨血管、神经损伤后减轻患者的疼痛感。第三，肺癌微创手术的切口一般在侧胸部，手术后疤痕小、不会影响皮肤美观，且患者的整体恢复速度快，可以很快的出院。

不同肺癌的微创手术方式

在临床治疗上，肺癌微创手术的方法就是在侧胸部开三个3厘米左右的切口，随后应用专用器械、胸腔镜进行手术，将病变位置的肿瘤切除，然后系统性的清扫纵膈内的淋巴腺体。当然，对于周围性肺癌、中

央型肺癌、肺癌并发高危疾病的患者，其微创手术的方法也会不同。

第一，周围性肺癌。这类肺癌患者在微创手术治疗时，可采用皮下介入下行肿瘤、腹腔镜肺癌根治术等微创手术，对患者肺部内的肿瘤组织进行处理。

第二，中央型肺癌。中央型肺癌的癌细胞通常会在侵犯肺组织的基础上，使支气管腔、气管受损，使气道狭窄情况严重，而患者也会因此出现呼吸困难症状。此类肺癌患者可通过气镜下微创手术进行治疗，具体治疗方法包括氩气刀治疗、冷冻治疗、气管支架植入治疗等。

第三，晚期肺癌并发高血压、冠心病的患者。对于晚期肺癌患者，其在合并各类血管疾病、常见高危疾病后通常无法耐受手术。对于这类患者可采取的微创手术主要有三种：首先，在CT引导下，医生会对患者进行经皮肺穿刺氩氦刀冷冻治疗。该医疗器械会将肺内病变组织温度降低至零下140摄氏度，随后快速复温至25摄氏度，促使病变组织内的癌细胞死亡，以此起到治疗的目标。其次，医生可利用电极针的功能，对肺内肿瘤组织展开热电疗，使其凝固坏死。最后，通过经皮肺穿刺粒子植入治疗的方式，用粒子内放射线杀死肺部肿瘤。

肺癌患者在应用微创手术治疗的过程中，还需在生活中做好以下工作。首先术后不要吸烟，预防肺炎风险，以免导致肺癌复发。其次要加强保暖，坚持规律、清淡、营养均衡的饮食原则，使切口尽快恢复。最后做好咳嗽、深呼吸等日常训练与恢复工作，定期到医院随访与复诊，监测身体恢复情况。

总之，肺癌是一种非常常见的恶性肿瘤，但大家也不用过于担心，因为在当前时期肺癌已经可以通过微创手术进行治疗，所以不幸患有肺癌后，一定要及早到医院接受治疗，这样才能使肺癌得到控制，早日恢复健康，让自己和家人都能够生活的更加安心。