



脑出血的最佳治疗时间

▲ 仁寿县人民医院 胡俊林

脑出血是一种原发性的非外伤性脑实质内出血，也被称作自发性脑出血。在我国，脑出血占急性脑血管病的两到三成，是急性脑血管病中病死率最高的疾病类型之一，严重威胁人们的生命健康。脑出血根据发病原因可以分为原发性脑出血和继发性脑出血，原发性脑出血百分之八十以上都是高血压性脑出血，继发性脑出血则多半因为血管畸形、凝血功能障碍、溶栓治疗等血管疾病的治疗引发的。根据脑部出血位置可以分成脑叶出血、脑室出血、基底节出血、丘脑出血、脑干出血、小脑出血。脑出血患者往往因为一时情绪过于激动，或者弯腰低头猛的一起身等原因突然发病，需要及时将患者送医治疗。

脑出血严重威胁人们的身体健康，那么治疗脑出血的最佳手段是什么呢？随着我国医疗的迅速发展，治疗脑出血的手段也越来越多，针对患者不同的情况，采用适合患者的治疗方式，才是对患者来说最

佳的治疗方法。

脑出血的治疗在原则上要求患者卧床休息，调整血压防止脑内继续出血，脱水降低颅压，减轻脑水肿，加强对患者的护理，促进患者神经功能的恢复，减少并发症的症状，防止并发症进一步为患者带来伤害，危害患者的生命健康，降低病死率。脑出血的治疗以内科治疗为主，在病情危急的情况下或者满足进行外科手术治疗的条件时可以选择外科手术治疗。

急性期治疗的关键是控制脑内出血，降低颅内压力。急性期是什么呢？简单地说就是症状的临床表现较为严重，情况较为危急的时期。如果患者在发病之前服用了治疗血栓的药物或者抗血小板的药物，如华法林，则需要给患者输血或者服用药物，用来抵消前者这类药物的作用。或者服用降压药物，降低患者的血压，使患者血压在26.7/14.7kpa(200/110mmhg)以下。

一般治疗是在患者病发后病情没有完

全稳定的几天里，对患者进行的一系列监测和治疗。对患者进行生命体征的实时监测，在患者呼吸困难、血液含氧量较低的情况下为患者吸氧，氧饱和度要保持在大于百分之九十四的状态。实时监测患者的心脏，持续长时间的心电监护有利于在早期发现心律失常、心房纤颤等心脏病变，及时对出现的问题进行处理，在处理过程中要选用不会加重心脏负担的药物。

脑出血患者可能在发病早期有发热症状，另外脑出血引发的感染也会使患者发热。对患者的体温进行监测，如有发热现象要根据发热原因进行处理。除此之外，患者血压的管理是十分重要的。由于高血压是引发原发性脑出血的主要原因，所以根据患者的各种情况管理患者的血压，在降压过程中要严密观察患者血压的变化情况，根据患者的情况调整降压速度。

手术治疗的主要目的是清除颅内的血肿，在病情早期就减少颅内血肿对周围脑

组织的损伤。人体的脑部结构十分复杂，脑部的神经控制着人体的各种功能，减少脑组织的损伤可以尽可能的降低脑出血患者残疾的风险。同时根据脑出血的病因进行手术治疗，例如脑动脉畸形的手术治疗。开颅血肿清除术，根据手术之前患者的意识状态和体征来基本判断是否进行手术以及如何进行手术，是治疗脑出血较为常见的手术。微创手术在脑出血的手术治疗中能极大程度上减少手术创伤，又因为微创手术采取的是局部麻醉，所以降低了麻醉带来的风险。近些年来，微创手术技术的提高以及相关医疗设施的升级，让脑出血患者得到了更好的治疗。

发生脑出血后要到正规的医院进行治疗，在住院治疗的过程中积极配合，按照医嘱服用药物，不要私自更换药物，定期回到医院进行复查。在日常生活中注意良好饮食习惯的养成，注意低脂、低糖、低盐，适当补充蛋白质，严格按照健康的作息时间生活。

“艾滋病”的自我管理措施

▲ 四川省中江县疾病预防控制中心 吴涛

艾滋病的传播途径主要包括性传播、血液传播、母婴传播。感染者虽然外表看起来和正常人没有区别，但是其血液、精液、炎症溃疡等渗出液中含有艾滋病毒。众所周知，艾滋病毒具有极强的传染性，甚至哺乳期女性乳汁内也存在病毒。患者唾液、尿液、汗液、泪水中也含有病毒，但是含量相对较少，传染性较小。因此，在日常生活中需要我们做好防护，养成爱清洁、讲卫生的良好习惯。而对于艾滋病患者则需要做好个人防护，避免病毒传播。

艾滋病的发生对患者自身、他人、家庭以及社会都将造成危害。首先，对于个人而言，大部分人对于艾滋病的认识停留在高传染性、高死亡率方面，多数人得知感染艾滋病之后精神崩溃，放弃治疗，最终承受身体和精神上的双重折磨，同时受到社会的歧视和他人的忌憚。对于健康人而言，艾滋病患者通过性传播、母婴传播、血液传播等途径将病毒进行传播，将对他们的生命健康造成威胁；对于家庭而言，家属和患者同样承受着精神负担，同时面对高额的治疗费用，也增加了家庭经济负担；对于社会而言，艾滋病的出现将导致群众出现恐慌心理，之前便存在艾滋病患者报复社会的新闻报道，人心惶惶，对社会的安定发展造成不良影响。因此，患者需要加强自我管理，减少病情对自身以及他人所产生的危害。

如果出现以下相关症状需要及时前往医疗机构进行诊断，早发现早诊断早治疗。首先，如果出现持续性的发烧、盗汗、虚弱症状，伴随出现淋巴肿大，尤其是腹股沟、腋窝、颈部淋巴肿大症状最为明显，淋巴结质地坚实、无疼痛、可活动、直径大于1cm，体重迅速下降。呼吸道相关症状表现为长期咳嗽、呼吸困难、胸痛等症状。消化道相关症状表现为恶心、呕吐、厌食、食欲下降、便血等症状。神经系统相关症状表现为智力减退、反应迟钝、头痛、头晕、抽搐、

痴呆等症状。以上相关症状的出现在采取常规方式治疗无效的患者需要及时进一步的诊断，如果诊断为艾滋病感染需要及时接受相关治疗。另外，对于出现的皮肤病、口腔疾病也要加以注意。

现阶段，对于艾滋病的治疗仍然没有行之有效的手段，但可以采取相应的措施对艾滋病的进一步恶化加以控制，因此，患者需要自我管理。

坚定信念 很多患者得知自身得了艾滋病之后，陷入绝望，出现自暴自弃的情绪，甚至萌发报复社会扭曲心理，对他人健康以及社会安定造成威胁。因此，需要加强心理疏导，促使患者树立正确的观念，正确面对艾滋病，树立战胜病魔的信心。

及时治疗 当感染艾滋病毒后，病毒便开始复制，最终损伤全身器官，而及时接受抗病毒治疗能够有效降低病毒对身体器官所产生的损害，能够促使受到损害的免疫功能有所恢复，并在一定程度上降低传播概率。另外，患者需要积极配合治疗，按时、按量服用药物，不可私自停药，避免病情的进一步恶化。

加强认识 我国针对艾滋病患者的行为进行了明确规定，在知道自身感染艾滋病病毒的前提下仍然同他人进行无保护性行为视为故意传播，为违法行为，对于故意传播行为，需要承担民事责任，构成犯罪的，追究其法律责任。因此，患者需要加强认识，约束自身行为。避免血液传播，不与他人共用剃须刀、牙刷、注射器。对于育龄妇女，需要针对情况咨询避孕和母婴阻断问题。

艾滋病虽然无法治愈，但是积极接受抗病毒治疗能够对病情的进一步恶化加以有效控制。患者需要加强自我管理，积极配合治疗，有效控制病情，减少自身痛苦，降低对家属、他人以及社会所产生的威胁，同时社会群众也需要给予艾滋病患者足够的关怀，鼓励他们树立战胜病魔的信心。

科学认识房间隔缺损

▲ 富顺县人民医院 蒋勇

房间隔缺损属于先天性心脏病之一，是因为心脏胚胎出现发育异常导致的，对身体健康会产生不利影响。关于房间隔缺损，想必很多人都不是很了解，接下来让我们一起学习下，认识房间隔缺损。

在妊娠的2-8周是心脏胚胎发育重要阶段，在这个时期如果受到遗传因素或者病毒感染的影响，就会导致心脏发育异常，最终出现房间隔缺损。房间隔缺损在先天性心脏病中占据10%左右，是一种比较常见的先天性心脏病，女性发病率要高于男性。疾病类型包括原发孔型缺损、继发孔型缺损等。

从目前研究情况来看，房间隔缺损病因还不是很明确，但和遗传因素、环境因素有着一定关系。诱发因素包括宫内感染，另外女性在怀孕期间饮酒、吸烟、吸毒等都可能导致疾病发生。

房间隔缺损的症状

大多数患儿在出生后没有明显症状，但随着时间推移就会表现出来。症状出现的时间和程度和缺损大小有着直接关系，当房间隔缺损比较小时，基本没有任何症状。当房间隔缺损较大时，会引发呼吸道感染，对于病情严重患儿会发生心力衰竭。受到病情影响，患者循环血流量不足，看上去比较消瘦、面色苍白等。成年之后症状主要表现为浑身乏力、心力衰竭、呼吸困难等，严重影响到正常生活。

房间隔缺损的治疗方法

手术治疗 很多房间隔缺损患儿在儿童时期会自行关闭，对于缺损比较小的患儿则不需要治疗，不会影响到身体健康。但对于成年之后依然有房间隔缺损的患者要及时接受治疗，实现病情稳定控制。患者之间的病情、体质等有着明显差异，所以在用药时要坚持具体问题具体分析原则，患者要听从医生叮嘱按时按量服药，坚持下来病情会慢慢有所好转。房间隔缺损修补术。适用于没有

症状但右心房、右心室扩大的患者，加强和患者交流，了解病情、以往病史等，制定出科学治疗方案，为手术治疗开展提供正确指导，避免不利因素影响。手术治疗结束后要注意休息，并加强病情监测，直到完全康复。

介入治疗 房间隔缺损封堵术。这种治疗技术经过长期发展已经趋于成熟，成功率高达100%。适用证：年龄≥3岁、房间隔直径大于所选用封堵伞左房侧的直径等。禁忌证：近期内患有感染性疾病、胃溃疡没有彻底治愈等，这些要特别注意，否则会增加手术治疗的风险性。术前准备：对患者进行全面评估，同时要体检、对于年龄超过50岁的患者，要进行冠状动脉造影检查，主要目的是排除冠状动脉病变。术后注意事项：对于老年患者而言，术后要观察心律变化，如果发现心律失常要服用药物、术后用肝素和抗血小板药物抗凝，避免血栓栓塞并发病出现。术后并发症：术后并发症比较多，例如血栓栓塞、头痛、心律失常等。

护理方法 没有症状的房间隔缺损患者在运动方面没有特定要求，伴有心律失常、心力衰竭等并发症的患者在运动时要注意，控制好运动时间和运动量。患者要做好自身保暖措施，避免受凉，要预防感染性心内膜炎。患者要听从医生叮嘱定期到医院进行复查，合并其他心脏病患者要长期随访。房间隔缺损患者处于低气压或者高气压环境中会出现并发症，所以要远离这些危险地方。

房间隔缺损没有具体的预防方法，但是在孕前和孕期要特别注意，可以大大降低疾病发生率，保证新生儿的健康。在怀孕期间要注重自身健康，不能吸烟、饮酒等，养成良好生活习惯，保持健康身体状态。如果有家族遗传性心脏病，在怀孕之前要向医生咨询，采取有效措施来规避，可以降低房间隔缺损发生率。

准备怀孕和已经怀孕的女性要将健康放在第一位，明确可能引发房间隔缺损的因素，要远离危险因素影响。