

科学认识小儿疱疹性咽峡炎

▲ 攀枝花市米易县湾丘彝族乡中心卫生院 刘方艳

在小儿成长中,由于他们的抵抗力较差,抗病能力较弱,很容易受到病菌的侵袭。而疱疹性咽峡炎就是小儿一种常见上呼吸道的感染疾病,往往在小儿患上疱疹性的咽峡炎后,因为病情和体质存在不同,呈现出的症状表现也存在差异,为避免此类疾病对小儿成长产生过大影响,就需要及时辨别其疾病症状,做好疾病的防治。

小儿疱疹性咽峡炎的症状

小儿疱疹性咽峡炎具有起病急骤的特点,在发病后小儿就会出现一系列的症狀,如咽痛、高热、不安焦躁、厌食、流涎、全身的不适,婴儿常会出现呕吐、惊厥等现象。在发病的两天内,患儿的口腔黏膜会出现少数灰白疱疹,且周围绕有红晕,多在扁桃体的前部存在,但也有一些位于扁桃体、软腭、悬雍垂或者舌部等部位,在接下来的两三天内会出现水泡的破溃而变作浅溃疡情况。

对于疱疹性的咽峡炎临床症状来说,存在较大的差别,较轻的可能仅存在1~2天

轻中度的发热现象;重的患儿出现起病急,并表现出骤起的高热情况,体温甚至达到39℃~40℃,在2~5天之后出现体温下降,在体温太高时患儿可能会出现高热的惊厥、烦躁哭闹情况,一些还伴随呕吐、腹泻等现象。同时,婴儿最为典型症状表现为口水显著增多,且拒绝喝水、吃东西,主要是由于咽颊疱疹的溃疡导致其出现咽部的疼痛感。

小儿易发生疱疹性咽峡炎的原因

呼吸道屏障功能存在不足 由于小儿年纪比较小,他们呼吸道屏障功能存在不足,他们没有足够鼻毛对空气内一些粗糙异物阻挡,因为很容易造成一些粗糙异物的感染发生。

呼吸道遭受刺激 小儿呼吸道的粘膜较为柔嫩,易遭受很多外界刺激,如寒冷、刺激性气体等,导致呼吸道粘膜出现充血、肿胀等现象,进而出现炎症。

呼吸道内分泌物不足 小儿呼吸道内分泌物存在免疫物质的不充足,不能对那些侵

袭的病原体有效和充分杀灭,无法实现对外界细菌、病毒等的抵抗作用。

呼吸道纤毛活动较弱。在人体呼吸道表面存在无数个纤毛的细胞,此类纤毛细胞能对吸附于呼吸道上粉尘和病菌不断进行清扫后排除至喉头实现咳出,但小儿呼吸道内纤毛活动较为微弱,其呼吸道自洁功能较差。

疱疹性咽峡炎的护理措施

对于小儿疱疹性咽峡炎来说,它是一种急性发病的疾病类型,这种疾病对孩子产生很大的痛苦,当小儿出现此类疾病时,孩子家长就要对做好细心和认真的护理。

饮食护理 在小儿患上疱疹性的咽峡炎后,口腔会出现明显疼痛感,此时小儿常会表现不想喝水和吃东西的情况,此时就要做好对患儿营养的补充。饮食要保持清淡、营养,不要油腻,不能吃一些刺激性食物,如硬、热、辣、咸、甜、酸等食物,此类食物易导致口腔的破溃部位疼痛感发生。若小儿饮食存在严重困难情况,就要采取静脉的营

胆汁反流性胃炎的注意事项

▲ 射洪市沱牌中心卫生院 何胜勇

胆汁反流性胃炎属于消化内科的常见疾病,主要是由于胆汁从十二指肠反流入胃引起患者胃黏膜出现损伤,主要症状为腹痛、腹胀、恶心以及呕吐,在完成胃幽门手术之后会增大胆汁反流性胃炎的发病几率,经过药物治疗以及生活方式治疗之后病情会得到明显缓解,但是比较容易复发。近年来,胆汁反流性胃炎发病率逐渐上升,再加上其较高的复发率,对患者的生存质量产生严重影响。胆汁反流性胃炎属于慢性胃病的一种,但是具有一定的特殊性,许多患者患病后不了解都有哪些注意事项。

胆汁反流性胃炎的治疗方法

当患有胆汁反流性胃炎之后,患者幽门括约肌功能出现异常,进而影响到闭合功能,导致十二指肠内的胆汁以及胰液等不应进入胃部的消化液反流到胃部持续刺激胃黏膜。当患有胆汁反流性胃炎之后,患者会出现胃灼热、脘腹胀痛以及恶心呕吐等症状,有部分患者出现胃部不适之后,盲目服用常规碱性药物,不仅不会起到缓解不适症状的作用,甚至有可能进一步加重不适症状。

药物治疗是胆汁反流性胃炎的主要治疗方式,有部分患者经过药物治疗后症状没有得到缓解,可以选择手术治疗的方式。用于治疗胆汁反流性胃炎的药物主要为促进胃动力、保护胃黏膜和抑制胃酸分泌的药物,在进行检查时若发现患者有幽门螺旋杆菌感染的情况,应当先根除治疗幽门螺旋杆菌。患有胆汁反流性胃炎之后,胆汁以及其他消化液会反复刺激患者胃黏膜,导致患者胃黏膜出现溃疡或者出血,如果不重视这一情况,将会加重患者患胃癌的概率,对于同时患有幽门螺旋杆菌的胆汁反流性胃炎患者患胃癌的风险会更高。

因此,对待胆汁反流性胃炎一定要引起重视,发现不适及时到正规医院遵医嘱规范服药,不仅可以有效控制病情缓解患者自身痛苦,还可以降低病情恶化的可能。

养剂进行使用。

卫生护理 为了避免继发性感染的发生,在局部可以使用镇痛剂或者抗毒类的药物;对患儿所用东西要采取废水处理,防止出现污染;注意对他们口腔卫生和清洁的保持,可通过淡盐水进行漱口,以10%的硝酸银涂在溃疡位置或者使用咽喉灵丹、冰硼散等对咽部位置吹播,实现对咽痛症状的减轻。

情绪护理 当小儿发生咽峡炎疱疹后,受到症状影响往往会发生哭闹不安等现象,家长要做好对小儿情绪的安抚,使他们保持稳定的状态。

用药护理 对患儿可以口服一些维生素C、维生素B等,而抗生素对此病毒性的咽炎是无效的,但若存在发热,要给予他们抗菌药物的治疗,便于对继发性的细菌感染实现控制。

总之,小儿患有疱疹性咽峡炎后会出现一系列的症狀,此时家长就需要做好对患者的护理工作,有助于他们症状缓解和疾病治疗。

胆汁反流性胃炎注意事项

饮食 患者要做到清淡饮食,避免食用生冷辛辣具有较强刺激性的食物。患者应当选择低脂低糖类食物,对于油炸、烧烤以及煎制类食物应当少食用或者不食用,比如在晚餐时食用小米粥类清淡易消化的食物。小米粥尤其适用于胆汁反流性胃炎患者,其具有很好的养胃效果。患者在进餐时应当做到细嚼慢咽,一定要避免暴饮暴食。患者一日三餐一定要规律,尤其要避免不吃早餐,这样不仅会伤害到胃还会刺激胆囊,午餐可以适当丰盛,适量减少晚餐,以没有明显饱腹感为宜。在吃完晚餐后,患者一定不能马上休息,否则会加重消化不良的情况。胆汁反流性胃炎患者平时可以多吃一些含有较高维生素C的食物。

生活习惯 胆汁反流性胃炎患者在晚上休息时,可以适当抬高头部位置,可以起到减轻胆汁反流的效果。患者应当对自身排便情况引起重视,每天要观察大便形态及颜色,当出现腹泻情况后,应当遵医嘱服用对症调节肠胃的药物,如果大便异常则需要及时到医院详细检查。胆汁反流性胃炎患者应当做到戒烟戒酒,避免烟酒伤害消化系统,影响到治疗效果。患者平时坚决要避免浓茶和咖啡,避免刺激胃黏膜,尤其在发生胆汁反流时服用浓茶和咖啡,更会加重病情。除此之外,患者平时要注意保暖胃部,根据天气适当增添衣物,夜晚睡觉注意盖好被褥,避免腹部着凉加重病情。

精神因素 精神因素与消化系统疾病具有明显关联性,胆汁反流性胃炎同样与患者情绪有关系。因此,在治疗胆汁反流性胃炎时应当保持良好心情,切忌焦躁,只有保持好心情才能促进疾病的治疗和恢复。为了提高治疗效果,患者平时可以适当进行体育锻炼,不过要以轻柔舒缓的锻炼项目为主,以此来强化身体机能提升自身免疫力。

容易盯上“吃货”的癌症——结直肠癌

▲ 自贡市第四人民医院 谢炉峰

结直肠癌是一种十分常见的恶性消化系统肿瘤,该病的发生、发展与人们饮食结构、饮食习惯改变存在直接关系。随着人们物质水平的逐步提升,结直肠癌发病率日益升高。有调查研究指出,结直肠癌发病率始终没有下降的趋势,因结直肠癌导致死亡的患者越来越多。结直肠癌患者的发病群体无年龄特点,各个年龄段均有发生,疾病发展受多种因素影响,其中饮食规律紊乱以及食物摄取不当是促使疾病发生的主要原因。随着临床诊断技术不断提升,早期结直肠癌的诊出率日益提升,患者的治疗效果显著改善。但了解结直肠癌,防治结直肠癌依然是“吃货”们必备的功课。

什么是结直肠癌？

很多“吃货”并不了解结直肠癌是什么,只是有所耳闻,但是并不能将疾病和自身联系起来。结直肠癌又名大肠癌,是一种发生在消化系统中的疾病,疾病十分常见。该病在我国一直都有比较高的发病率、死亡率。但是,因为结直肠癌早期无症状,或是症状非常轻微,难以被临床准确检出,且患病后很容易出现癌细胞扩散、转移现象。所以,很多患者往往不能在第一时间发现疾病的存在,不能在该阶段进行根治性手术,失去了疾病治愈几率。

有研究指出,若能早期检出并治疗结直肠癌,患者的术后5年生 存率可达到90%。若癌细胞转移,患者的术后5年生 存率会迅速下降,仅在10%以下。因此,临床针对结直肠癌,展开了大量研究。

随着社会经济水平的提升,人们饮食习惯以及饮食结构发生了翻天覆地的变化,随处可见小吃摊,油炸食品、麻辣食品以及高脂肪高热量食品随处可见,这些食品往往色香味俱全,对人们有着极大的吸引力,但是长期食用这一类食品,往往会使消化系统增加负担,增加消化系统疾病的

发生率。而社会压力的增大、生活节奏的加快,导致人们饮食习惯发生了变化,吃夜宵、暴饮暴食等现象层出不穷。这些现象,无疑增加了结直肠癌的发病率。

很多人不明白结直肠癌与饮食到底有什么关系,以下分析两者之间的关系,让“吃货”们能正确的认识饮食的重要性。

高蛋白质、高脂肪以及低膳食纤维食物的摄入。从实际调查可发现,日常饮食中人类必须摄入一定含量的蛋白质与脂肪,才能维持人体功能正常运转,才能保证身体健康。但是,什么东西都不能摄入过量。若短时间内,摄入大量蛋白质以及脂肪,机体无法有效吸收消化,则会诱发一些疾病。

如摄入大量脂肪,会促进人体胆汁酸合成,增加胆汁酸总含量,而胆汁酸可促进癌细胞增生,影响正常DNA,导致代谢不能正常进行,并造成相应损伤。再者,胆汁酸还可抑制淋巴细胞增殖,导致人体免疫功能持续下降,增加患者的癌症发生率。在胆汁酸含量升高的同时,若摄入大量蛋白质,肠道中部分细菌可进行降解,但降解后产物具有极高的致癌特点。

若摄入高膳食纤维,在一定程度上可控制癌症发展,吸收人体多余水分,稀释人体排泄物,降低人体中致癌物质浓度,避免肠黏膜长期被高浓度致癌物质刺激侵害。膳食纤维可促使人体肠道中的有害物质伴随着粪便一起排出人体,有效抑制癌症的发生。

维生素是人体必需的营养物质,具有极强的必要性。若患者有维生素缺乏现象,则有一定概率会诱发疾病发生。摄入充足维生素,可有效抑制细胞癌变。维生素A和相关衍生物可调控人体组织分化,促使人体组织、细胞维持正常形态、正常功能。有研究明确指出,患有结直肠癌群体与正常人对 比,其血清维生素A含量明显更低。除了维生素A,维生素D以及叶酸均具备一定的癌症抑制作用,若缺乏相应维生素,也会升高患者的患癌风险。