

不要误把食管癌当咽炎

▲ 河南科技大学第三附属医院心胸外科 宋召喜

作为最常见的消化道肿瘤疾病，食管癌严重的损坏患者的身体健康，威胁患者的生命安全。据统计，每年死于食管癌的患者多达 30 万人，但是在发病初期阶段，食管癌与咽炎等疾病的症状较为相似，容易出现误诊问题，这会严重地影响食管癌的治疗。

食管癌又被人们称为食道癌，其多发生于 40 岁以上群体。结合临床实践可知，食管癌的发生大致可分为三个阶段，即上皮不典型增生、原位癌、浸润癌三个阶段。

同时从病理表现来看，其又可分为鳞状细胞癌和腺癌两种类型。在我国，食管癌的发病率较高，患者在患病后多有进行性吞咽困难的症状，随着病情的发展，患者的吞咽功能会持续受到影响，由此引起体重下降、声音嘶哑、胃灼热等症状。早期发现食管癌对于疾病的治疗具有积极作用。

食管癌与咽炎的区别

食管癌与咽炎早期的症状较为相似，这

使得临床中容易出现误诊现象，进而错过最佳的治疗时间。细心观察分析可知，食管癌和咽炎存在一定的区别：

（1）食管癌和咽炎早期都存在咽部不适的症状，但是这种不适的表现有所差异，就食管癌患者而言，在还没有出现吞咽困难问题时，患者咽部不适的症状不仅包含咽部干燥、闷胀感，而且有紧缩感、胸骨后压迫、噎气等表现。而咽炎患者的咽部不适表现主要集中在咽部干燥、瘙痒、灼热等层面。需要注意的是，咽炎患者会因咽部不适症状引起频繁咳嗽问题。

（2）与咽炎相同的是，食管癌患者在发病后，咽部还会有异物感，这种异物感多表现在吞咽过程中，即当食管癌患者吞咽时，多有梗噎感，有的患者还会感到胸骨后疼痛、有烧灼感；在咽炎患者群体中，咽部异物感在安静时表现较为明显，但是在进食过程中，患者没有梗噎、阻塞感，进食后，这种异物感会减轻或消失。

（3）食管癌和咽炎二者在治疗方式上存在较大差异，以食管癌为例，多细胞免疫治疗是其最主要、最有效的治疗方式，这与咽炎的治疗方式有较大差异。新时期，为避免出现错把食管癌当成咽炎的问题，当患者发现自身有咽部不适症状，且咽喉异物感表现明显时，应及时的到医院进行检查，避免影响疾病治疗。

食管癌患者注意事项

治疗注意事项 确诊患有食管癌后，患者应积极地开展治疗工作。除基本手术治疗外，食管癌还应重视放射治疗手段的应用，以此来提升手术治疗效果，达到提升给患者生存质量的目的。一方面，若患者食管癌肿瘤较大，且有较多的淋巴结转移问题时，应积极开展食管癌的术前放疗，尤其是当肿瘤已经危及周围的组织时，更应通过术前放疗来减小肿瘤的体积，缩小手术的范围，这样

哪些类型的子宫肌瘤需手术?

▲ 睢商丘市睢阳区妇幼保健院 王玉芳

作为女性生殖系统中最常见的良性肿瘤，子宫肌瘤的产生与子宫平滑肌细胞增生有密切关系。临床统计显示，在 30~50 岁女性中，发生子宫肌瘤的概率较高；其中在育龄女性群体中，有子宫肌瘤疾病的女性约为 20%。当子宫肌瘤症状明显或发生恶化时，容易对患者的身心健康和生活质量造成影响。

大部分人都会谈“瘤”色变，当发现自己患有子宫肌瘤后会十分恐慌：子宫肌瘤疾病是不是很严重？会不会恶变成癌症？需要通过手术进行治疗吗？

子宫肌瘤的基本情况

女性子宫体由外向内分为浆膜层、肌层、黏膜层，当子宫平滑肌细胞出现增生问题时就会出现子宫肌瘤疾病。一般子宫肌瘤生长的位置具有差异性，基于这种差异，可将子宫肌瘤分为三种类型，即浆膜下肌瘤、肌壁间肌瘤和黏膜下肌瘤。

研究显示，子宫肌瘤生长部位不同时，其症状表现也有一定的差异。其中，较为主要的症状表现不仅包含月经量增多、白带增多，而且涉及腹部肿块、阴道溢液等，此外有的子宫肌瘤患者还有贫血等症状。

需要手术治疗的子宫肌瘤类型

由于子宫肌瘤多无或很少有症状，故而患者很少会注意到该疾病，大多数患者发生子宫肌瘤均是在无意间身体检查中发现的，这使得子宫肌瘤没有得到更早的治疗，甚至没有进行治疗，容易对患者造成较大伤害。

临床研究表明，大部分肌瘤不必开刀，只需定期追踪检查，但是在一些特殊情况下，子宫肌瘤就必须通过手术开刀的方式进行治疗，尤其是在子宫肌瘤患者中，有 1% 的患者会出现子宫肌瘤恶化现象，需严格通过手术治疗的方式进行处理。

除恶化子宫肌瘤外，还需要通过手术进行治疗的子宫肌瘤疾病类型有：

（1）患有子宫肌瘤后，患者有大量出血现象，而且受经期过长、经量过大等因素影响，患者已经出现明显贫血症状；此时若药物治疗未见明显效果，可通过手术方式进行治疗。

能为手术争取机会，确保治疗活动准确开展。另一方面，若患者有肿瘤侵犯气管、椎体表现，若采用手术治疗，则容易对患者造成较大创伤，故而对于此类不可手术的局部晚期患者，应采用食管癌根治性放疗方式进行治疗。此外，患者彻底处于晚期时，应通过放疗的方式缓解症状，减轻患者疼痛。

保持营养 食道癌患者多有营养不良的问题，这与多种症状表现机理有关，同时当患者营养不良时，会增加手术治疗的难度和放疗的不良反应。对此应尽可能地使用肠内营养支持的方式来缓解这一问题，为手术治疗活动开展创造机会，达到改善治疗效果的目的。

总而言之，食管癌与咽炎在症状表现上有较多的相似之处，临床中应做好两者的有效区分，并实施有效的治疗，这样能有效提升食管癌治疗效果，缓解患者疼痛，延长患者的生存周期。

（2）患者子宫肌瘤较大，有骨盆中其他器官受压迫表现或伴发贫血症状时，需及时采用手术进行治疗，要注意的是，子宫肌瘤瘤体较大时，其发生恶化的概率明显高于小肌瘤。

（3）有部分子宫肌瘤患者的瘤体生长速度太快，甚至到绝经期后，肌瘤仍然在长大，此时应考虑到子宫肌瘤恶变的风险，应及时的通过手术治疗将肌瘤切除。

（4）孕龄女性备孕检测中，若其他检查一切正常而妇女不孕，此时若受检查妇女患有子宫肌瘤，则应通过手术切除子宫肌瘤的瘤体，这是因为子宫肌瘤很有可能会造成习惯性流产。同时，在怀孕前，若子宫肌瘤已经超过了 4 公分，则同样需要通过手术切除子宫肌瘤的瘤体，避免对女性怀孕、生育造成影响。

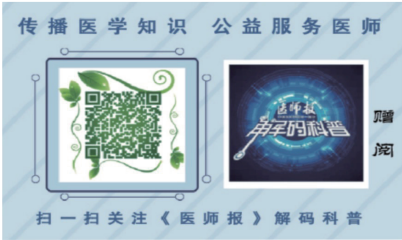
子宫肌瘤手术治疗注意事项

通过手术治疗子宫肌瘤，很多患者都想知道切除子宫肌瘤是否要切除子宫，其实这一问题要系统考虑女性肌瘤的位置、大小，同时还需要兼顾女性年龄、生育情况，然后结合子宫肌瘤的严重程度再决定。

另外，卵巢是维持女性特征的主要器官，在行子宫肌瘤手术时，应尽可能地避免对女性的卵巢造成影响，一般尽可能不切除卵巢。

值得注意的是，通过手术方式治疗子宫肌瘤时，除了确保子宫肌瘤手术操作规范性外，还应做好患者术后的有效护理，促使患者早日康复。

总而言之，子宫肌瘤对女性的身心健康具有较大影响。在生活中，女性应定期到医院检查，发现患有子宫肌瘤后，应进行持续的追踪监测和治疗，针对上述特殊类型的子宫肌瘤，还应通过手术治疗方式进行处理，以此来保证女性身心健康，提升女性的生活质量。



心脏支架手术患者科学运动方案

▲ 郑州大学附属郑州中心医院内科护理 李杨

心脏支架手术不仅能改善冠心病引起的心肌供血不足问题，还能在心脏动脉阻塞问题处理中发挥着重要作用。“心脏支架手术患者能否运动”一直是人们关注的热点问题，大量临床试验研究表明，适量的运动有助于改善心脏支架手术患者的病情状况，提升患者生活质量。降低患者在发病率和在住院率，改善患者生活质量，帮助患者尽快回归社会和家庭。

护理全面评估 科学开展患者评估工作，能为个体化运动处方的制定提供有效参考。对完成心脏支架手术的患者运用“心理、营养、睡眠、药物、运动”五大处方全面进行评估。定期检查患者血压、血糖、血脂、血黏度等基础指标。并检查患者是否存在原发病，积极开展原发病的治疗，尽可能减少原发病对患者心脏和心血管的影响。开展心脏支架手术效果评估，准确评价患者冠状动脉疏通情况、心脏供血功能情况，为后期运动计划的设计提供准确参数制度，确保运动康复计划的科学性、合理性。

制定康复计划 为确保心脏支架手术患者术后运动的科学性、合理性，应执行系统完善的护理康复计划。首先医师、治疗师、护士应结合前期患者病情评估状况来设计运动方案和康复计划，要求所制定的康复计划具有明确的运动护理目标、方法、运动量和运动护理评价方法。其次完成运动护理康复计划设计后，治疗师、护士应在以人文本原则的指导下开展护理工作，规范落实前期制定的运动护理康复计划。最后，在执行术后运动护理方案后，还应结合患者运动的实际情况，做好运动方案的评估，并及时调整运动方案，凸显运动方案个性化特征，确保运动护理的有效性。

此外，要结合患者的实际情况制定饮食、营养、睡眠、心理、戒烟等层面的控制计划。如在饮食计划中，应明确限制患者热量摄入，减轻患者心脏负担，同时当患者病情逐渐好转时，应增加半流质食物，适当进食瘦肉、鱼类、水果等，养成健康的饮食习惯。注重患者心理健康，适当对患者进行

心理指导，减轻疾病给患者带来的焦虑、恐惧等不良情绪，对有睡眠障碍的患者要加以引导，适当增加药物、中医理疗等方面的治疗。重视术后健康宣教，烟草依赖的评估，教育患者术后应戒烟限酒。

完成护理后，还应按照先评估一再康复一再评估一再康复的诊疗流程进行患者护理效果评价，以巩固患者护理效果。

调整运动量 适量的运动有助于提升、巩固心脏支架手术患者治疗效果，改善患者的生活质量。但是要注意的是，应避免出现过犹不及的情况。一般完成心脏支架手术 6 个月后，患者可进行轻微的身体运动，在运动时，应尽可能的选择运动强度不大的运动，可采取步行、慢跑、爬楼梯，还可通过骑健身车、做各类保健操、打太极拳、舞太极剑的方式开展运动，以此来确保运动当量控制的合理性，达到改善血液循环，增强肌肉和骨骼力量的目的。

另外患者运动应以自我感觉稍累为间隔点，分热身期、运动期和恢复期开展运动，每次运动后要休息 15~30min，在运动过程中，应有家人或医护人员陪同，若患者有胸痛、气短、哮喘等表现，还应立即停止运动，避免发生危险。

主动运动 为进一步提升患者运动护理效果，先应积极开展患者及家属的宣传教育工作，帮助患者从观念上改变，从被动运动转为主动运动。在患者术后运动护理中，应尽早摆脱运动辅助器械，通过逐步锻炼强化，能有效地增强患者的肌肉和骨骼力量，达到改善心脏管功能的目的。

另外在患者主动运动护理中，应做好患者术后并发症的护理，同时积极控制患者血压、血脂、体重，减少心脏疾病危险因素，促使患者早日康复。

科学合理地开展术后运动对心脏支架手术患者而言是有益的。在经手术治疗后，医师、治疗师、护士应结合患者实际情况设计护理方案，积极引导患者主动开展运动，并合理控制运动时间、运动强度，能有效巩固患者治疗效果，提升患者的生活质量。