

脊柱骨折需要关注的问题你了解吗?

▲ 郑州市第二人民医院 白忠旭

谈到骨折大家不陌生，但听到脊柱骨折肯定会觉得非常严重，这是因为脊柱具有保护脊髓与内脏、支持躯干以及进行运动的重要功能。

交通事故或是坠落损伤都可能造成脊柱骨折，发病率在全部骨折中占到5%～6%。其中，因胸腰部是脊柱活动动力集中处使得胸腰段脊柱骨折不仅高发而且难治，同时可能伴随脊髓损伤甚至引发瘫痪。

随着社会老龄化的加深，脊柱骨折也逐渐呈现出老龄化趋势，医疗技术的发展也推动了骨折治疗水平的提高。

若发生脊柱骨折该关注哪些问题呢？下文就来为大家介绍一下脊柱骨折需要关注的知识点。

脊柱骨折是否要进行手术治疗？

对于脊柱骨折是否需要手术治疗这个问题需要关注两点：一是是否需要手术治疗，二是若需要手术治疗如何选择手术方案。

对于是否需要进行手术治疗，应根据脊柱损伤患者脊柱稳定性与损伤程度来确定，

如果其脊柱骨折为不稳定的压缩骨折、骨折脱位、爆裂骨折以及合并脊髓损伤则大多需要采取手术治疗，不仅能促使患者椎管容积短时间恢复，防止长时间压迫脊髓，还能够促进患者脊柱的稳定，防止发生瘫痪。

无严重并发症患者建议进行早期手术减压固定，通常是指48小时以内；而存在严重并发症、进行性神经功能恶化的脊柱损伤患者则建议在伤后14天内完成手术。

手术方式则依据脊柱骨折患者骨折类型以及节段来综合考量确定，并对手术目的进行明确（恢复伤椎高度、纠正脱位、重建稳定性、接触脊髓压迫或是恢复椎管容积等），对于手术方式不同学者有不同意见，有学者认为前路手术能够促进患者脊柱稳定，但进行横突间、椎板间或是经椎弓根椎体内植骨也能获得良好效果。

总之，只要科学合理地选择适宜的手术方式，无论是前路还是后路手术方式均能获得较好的效果。

为了确保手术方式的合理性，实现手术目的应在多方面综合考量患者骨折情况。

重视保守治疗

保守治疗大多在脊柱骨折之后采用，贯穿整个治疗过程，仅仅卧床休息是远远不够的，对于保守治疗的患者还需要尽早做复位，骨折初期便需要引导患者进行必要的床上练习。

同时，患者搬运时应将其躯干固定起来，以免遭受二次伤害。

患者在医院接受治疗期间，应给予脊柱牵引，以免发生脊柱凸出。

内固定的合理使用

对于手术效果而言，选择哪种固定方式差别都不大，正确植入螺钉才是固定的关键。

目前，三柱固定椎弓根钉已经取代了传统固定方式，但存在丢失、松动等问题，对此还需要加强植入物承受力与稳定性。

其中，脊柱前中柱稳定性是影响植入物

承受力与稳定性的主要因素。

鉴于此，应依据患者骨质、骨折部位、年龄等因素合理选择内固定方式。

植骨融合的合理选择

传统的植骨融合方式虽能实现融合，但椎板棘突间的植骨会造成假关节，并且手术造成创伤较大，有可能需要再次手术。

临床试验证明，若患者脊柱稳定，采用经椎弓根椎体内植骨能够促进患者椎体骨强度增加，同时避免脊柱凹陷。若有特殊要求，则该方式需与传统植骨融合方式结合使用。

上文为大家介绍了脊柱骨折需要关注的四个问题。手术是治疗脊柱骨折的重要手段，保守治疗也不容忽视，应合理选择内固定方式，并根据患者情况进行植骨融合。

专家温馨提示：发现脊柱骨折应立即就医，尽早治疗，由专业人士根据具体病情具体分析，采用相应治疗方式，在这个过程中患者应积极配合医生以免延误病情。

月经来得早走得晚警惕卵巢癌

▲ 睢县妇幼保健院 李建莲

卵巢癌是女性生殖器官中常见的肿瘤疾病，卵巢癌在早期的时候没有任何症状，但是随着肿瘤增大或发生合并症，则会出现乏力、消瘦、腹水等症状，因此女性一定要在平时提高警惕，早期了解卵巢癌症状可以及时发现疾病，积极预防卵巢癌。

卵巢癌早期症状

卵巢癌早期的症状表现为月经量少、绝经，因为卵巢癌比较常见的早期症状就是月经量少或绝经。而大多数的卵巢癌患者月经量一般不会受到影响，但是随着肿瘤的增大卵巢功能就会慢慢削弱，从而就会影响到卵巢的组织结构，这样就会影响月经量出现越来越少的情况，还有可能会导致绝经。

其次是卵巢癌会出现性激素紊乱，因为导致卵巢癌的发生因素有很多，有许多组织器官也都会受到影响，而卵巢癌分泌出大量的雌激素时就可能会引起月经不调、闭经后阴道出血、或是性早熟等。

另外卵巢癌还会使患者腰酸背痛，也是比较常见的症状，因为随着肿瘤的增大，就会造成卵巢周围组织结构发生粘连的情况，从而引起腰酸背痛。再就是下肢、外阴水肿，随着肿瘤增大，会压迫患者的盆腔静脉，导致血液不畅通，从而阻碍淋巴的回流，最终就会出现下肢、外阴水肿的情况。

哪些人容易得卵巢癌？

卵巢癌发生的原因往往和遗传家族史有关，比如如果家中有得过卵巢癌或是乳腺癌的人，就有可能会出现子女患肿瘤的可能，因此如果家中有疾病因素，那么子女需要做相关的检查，尽早发现及时治疗。其次是有不孕不育等病史的人，卵巢功能受到影响进而容易患卵巢癌，因此也要进一步确诊引起疾病的原因，还有些女性的生活习惯不健康，经常熬夜或生活没有规律又或者生活环境受到污染，就可能会导致女性患卵巢癌。除此之外，患有胃肠道

疾病的患者也容易出现卵巢癌，因为肠道不适也是早期卵巢的明显症状，患者会出现胃胀、腹胀、食欲下降等症状。

卵巢癌治疗方法

一般卵巢癌可以通过手术治疗、放射治疗、化学治疗这几种方法。

首先，手术治疗说治疗卵巢癌的主要方法，也是比较有效的方法，除了有不宜手术治疗或有手术禁忌症的患者，通常都可以选择手术治疗。其次是放射治疗，在手术没有全部切除的情况下，通过体外X射线照射进行治疗，但是这种方法不适合腹水量多的患者，而且放射治疗治疗卵巢癌的效果也并不是很好，因此用的比较少。而化学治疗是作为卵巢癌的辅助治疗，但也有一定的副作用，一般情况下结合中药治疗，就可以减少化疗的副作用。

如何预防卵巢癌？

要想有效预防卵巢癌，在饮食上要少吃一些油腻的食物，因为那样会导致一些肿瘤疾病的发生，其主要原因是由于油炸食物中的胆固醇氧化物是肿瘤疾病的发病原因之一，因此，在生活中要以清淡饮食为主，这样不仅对肠胃好，同时能有效预防疾病的发生。其次是要控制好脂肪，生活中尽量少吃含有高脂肪含量的食物，过量的摄入脂肪类食物，则会加重疾病的发生，同时保持营养均衡也是非常重要的，比如可以多吃一些新鲜的蔬果和纤维类食物，还可以减少心脏病的发生。平时也要多运动，通过适当的锻炼能使身体更加健康，也能缓解生活中的压力。最后就是保持碱性体质，因为有健康的碱性体质能有效预防各种癌症，对此需要有规律的作息时间，以及均衡的饮食计划，就能远离卵巢癌。

在生活中要注意预防卵巢癌，同时也要注意合理进行遇到弄和保养，如果一旦出现症状要尽早去医院检查，避免病情加重影响治疗。

心律失常患者护理方法缓解病症

▲ 商丘市第一人民医院 洪梓岭

在生活中经常会有人出现心律失常的情况，导致出现心律失常的原因有很多，我们应该做好对其自身的预防和护理工作。

治疗心律失常一定是早发现早治疗的好，避免错过治疗的最佳时间，若要是出现任何的紧急情况，也可进行及时的处理和抢救。护理对于心律失常的患者也是非常重要的，如果护理的措施正确，可以减少心律失常的发生。

心律失常的护理方法有哪些？今天就让我们一起来了解一下。

什么是心律失常？

心律失常是指心脏电传导系统异常所引起的心跳不规则、过快或过慢等症状的总称，多数人会因为激动起源异常，激动传导的异常，从而导致出现心律失常。

通过口服抗心律失常药物或接受手术治疗，辅以生活方式改善，定期随诊复查，大多可有效控制病情。

护理方法

环境干扰 患者最好不要去一些比较热闹，噪音大的地方，这样可以避免异常情况的发生。因为特别吵闹，喧哗的场所会影响患者的心情，出现的不良刺激的反应，会导致病情加重。患者应该在清静的环境里休息，生活中尽量避免搬运过重的物品和繁重的体力劳动。可以适当进行一些活动量小的运动，例如慢走，八段锦等。

养成良好的饮食习惯 患者在日常的生活当中应保持一个良好的饮食习惯，这对病情的康复是非常重要的。

为了使心律功能得到恢复，需要患者在饮食上补充必要的营养元素，例如维生素和微量元素对心脏的恢复有很大作用。

患者在饮食方面必须食用易消化，多维生素、多蛋白、少盐清淡的食物，这样更多的营养元素可以被充分的消化吸收，可更好的作用于人的体内。

患者应该少食多餐，避免出现过饥过饱的情况，如果饮食过饱，就会使心脏的负担加重，对疾病造成威胁。

注意休息 若出现了心律失常，则说明患者的心功能已经受到了严重的损伤，会影响血量输送的效果。如果体内多个系统和器官都得不到血的供应，就会使器官和系统的正常功能受到损伤。因此患者在治疗的过程中，必须避免出现过度劳累的情况，应多注意自身的休息，确保身体的各个器官都能够有充足的血量供应。

室内的温度、环境、光线都要适宜。穿着的衣服也不要太紧身，这样会造成呼吸困难。如果患者在休息时出现喘息，这时应用被褥将其背部垫高，保证患者的呼吸通畅。

心理护理 若患者被诊断为心律失常时，由于患者对其疾病的了解不够，患者常会出现焦虑，恐惧的情绪，这样导致自身的压力越来越大，这时就需要患者与医务人员进行合理的沟通，让患者多了解疾病的常识，增强自身战胜疾病的信心。

患者应以平和的心态去对待该疾病，避免出现大喜大悲，愤怒的情绪，并且以一个积极的心理去应对心律失常的疾病。

不能自行停药 对于心律失常的治疗，强调用药的个体化。有些患者就会接收病友的建议，对自己的用药进行减量，这种做法是错误的。患者必须根据医嘱来进行服药，并且要观察用药之后自身的反应，绝对不能自己增加药量或停药，要做到合理正确的使用药物。若患者有窦性心动过缓，窦性停搏，窦性阻滞等疾病，应避免使用减慢心率的药物，防止发生晕厥或猝死的现象。

及时检查 当有出现心悸，胸闷，头晕的症状，则需要去医院做及时的检查。以确定是否患有心律失常，要做到早发现早治疗的效果。这需要定期的复查心电图，电解质，甲功，肝功等，及时的检查出使用抗心律失常药物，对自身的器官有没有损伤，观察之后对其用的药量进行调整。