

专家提醒

# 肠炎如何治疗和预防

肠炎是指由细菌、病毒、真菌等病原微生物引起的肠道炎症性疾病,主要涉及肠道黏膜组织的炎症、溃疡、糜烂等病变。肠炎的主要症状包括腹痛、腹泻、便血、恶心、呕吐等,其中腹痛是最常见的症状,疼痛的位置多在腹部中央或左侧。肠炎的病因多种多样,主要包括以下几种:

**细菌感染。**如志贺菌、沙门菌等,这些细菌在肠道内繁殖,引起肠道炎症反应。

**病毒感染。**如轮状病毒、腺病毒等,这些病毒侵入肠道,破坏肠道黏膜组织,导致肠道炎症。

**真菌感染。**如念珠菌等,这些真菌在肠道内繁殖,引起肠道炎症反应。

**寄生虫感染。**如阿米巴原虫等,这些寄生虫在肠道内繁殖,引起肠道炎症反应。

**溃疡性结肠炎。**溃疡性结肠炎一般由饮食不洁、肠道感染、气候变化等引起。

**其他因素。**如过敏、免疫系统疾病、药物反应等,也可能导致肠炎的发生。

肠炎的诊断主要依靠临床表现和实验室检查,如电子纤维结肠镜、大便常规、血常规等。肠炎的治疗方法主要包括以下几种:

**对症治疗。**针对腹痛、腹泻、便血、恶心、呕吐等症状进行对症治疗,如应用解痉药、止泻药、止血药物、抗感染药物、免疫抑制剂等进行治疗。

**中药治疗。**使用中药灌肠等方法,促进肠道黏膜修复和止血。

**手术治疗。**对于严重的溃疡性结肠炎,可能需要手术治疗。

**抗感染治疗。**针对细菌感染的肠炎,可应用抗生素

进行治疗。针对病毒感染的肠炎,可应用抗病毒药物进行治疗。针对真菌感染的肠炎,可应用抗真菌药物进行治疗。针对寄生虫感染的肠炎,可应用抗寄生虫药物进行治疗。

**对因治疗。**针对不同病因的肠炎可以进行对因治疗,如免疫系统疾病引起的肠炎,可应用免疫抑制剂等药物进行治疗;过敏引起的肠炎,可应用抗过敏药物进行治疗。

**其他治疗。**肠炎的其他治疗方法如补充水分、电解质等,以维持水、电解质平衡。对于长期反复发作的肠炎患者,可考虑进行肠镜检查以明确诊断并进行针对性治疗。

那么,应该如何预防肠炎呢?

**1.注意个人卫生。**勤洗手,避免摄入污染的水源或食物。



**2.规律饮食。**保持健康的饮食习惯,避免刺激性食物和药物,避免过多油腻食物,以清淡易消化的食物为主。

**3.避免过度劳累。**过度劳累可能会导致免疫系统功能下降,从而增加患肠炎的风险。

**4.定期体检。**定期体检可以帮助发现潜在的健康问题,并及时采取措施。

**5.避免滥用药物。**不要滥用药物,特别是抗生素类药物。如果需要使用抗生素,请在医生的指导下使用。

石家庄市中医肛肠二科 芦雪华

## 老年人应重视 高血压管理

高血压的管理非常重要,如果不加以控制,可能导致心脏病、中风、肾脏问题等严重并发症。关于高血压的管理,要注意以下几点:

**一、饮食要健康。**控制食盐的摄入量非常重要,因为过多的盐分会导致体内水分滞留,从而增高血压。建议日常饮食减少加盐量,避免食用过咸的食物,多食用新鲜水果、蔬菜和全谷物,保持饮食均衡。

**二、保持适量的运动。**适量的运动可以帮助降低血压,增强心脏和血管的健康。高血压患者要选择适合自己的运动方式,如散步、慢跑、骑自行车等,每周至少进行150分钟的有氧运动。

**三、合理的体重控制也是管理高血压的重要环节。**如果超重或肥胖,减重能有效降低血压。

**四、定期测量血压也是管理高血压的关键。**可以购买一个家用血压计,定期测量血压并记录下来。如果血压超过正常范围,及时咨询医生,遵循医生的建议进行治疗。

**五、减少压力也是控制高血压的重要方法。**过度的压力会导致血压升高,因此要学会放松身心,通过适当的休息和放松活动来缓解压力。

河北省安平县中医医院 于润

## 长期吃降脂药 注意三点

**1.服用降脂药期间需注意监测肝肾功能和血清肌酸激酶,**如有肌肉酸痛等不适,应及时寻求专业医生建议。

**2.服药期间注意生活方式干预。**合理膳食,避免吃高脂肪、高胆固醇食物,控制盐和糖的摄入,少吃刺激性食物。

**3.服用他汀类药物(降脂药的一类)期间要避免同食柚子。**因为柚子含有抑制肝酶的成分,合用后可增加药物血药浓度,更容易引起不良反应的发生。

上海瑞金医院 朱酉琦

### 预防为主

## 无症状高尿酸血症的危害

无症状高尿酸血症也会带来很多不利影响,要注意以下几点:

**诱发痛风。**无症状高尿酸血症是痛风发病的基础,没有高尿酸就没有痛风。尿酸越高,痛风的发病率就越高。

**危害肾脏健康。**无症状高尿酸血症患者尿酸形成结晶沉积在肾间质,导致间质性肾炎、慢性肾功能不全,严重的可导致肾衰竭。血尿酸每升高60μmol/L,慢性肾脏疾病风险增加70%,肾功能恶化风险增加14%。

**诱发高血压。**无症状高尿酸血症患者,高血压发生的独立危险因素较高。血尿酸水平每增加60μmol/L,高血压发病相对危险增加13%。

**诱发代谢性疾病。**无症状高尿酸血症患者易发生II型糖尿病。高尿酸血症患者发生糖尿病的风险较血尿酸正常者增加95%。另外,研究发现高尿酸血症与肥胖、高血脂、高胆固醇血症等脂代谢紊乱的发生率相关,可诱发或加重病情。 陈兵/文

超声科是一门利用超声波进行医学诊断的学科,超声波是一种高频声波,听不见,也不会对身体造成伤害,它通过人体组织的反射来产生图像,让医生能够看到我们体内的器官和组织,从而帮助诊断疾病,有助于临床上的疾病排查和治疗。

超声科在医学中的应用非常广泛,它在妇产科、心脏病学、消化内镜学、肾脏科、甲状腺疾病和肿瘤等领域发挥着重要作用。

**1.妇产科应用。**超声科在妇产科中扮演着重要的角色。可以通过超声检查来观察孕妇的子宫和胎儿的情况,帮助医生进行产前检查和产检。超声科可以评估胎儿的生长和发育情况,检查胎盘位置,检测胎儿畸形等。

**2.心脏病学应用。**超声科在心脏病学领域也被广泛应用。通过心脏超声检查,医生可以观察和评估心脏的结构和功能。超声可以显示心脏的各个腔室、心瓣膜的情况以及心肌收缩和舒张的功能。

## 带您了解医院超声科



**3.消化内镜学应用。**在消化内镜学领域,超声科常用于腹部超声检查。通过超声波,医生可以观察和评估胃、肠道和其他消化器官的情况。超声科可以帮助发现胃肠道疾病,如胃溃疡、结肠息肉和胆囊结石等。此外,超声科还可以指导消化内镜检查,提高检查的准确性和安全性。

**4.其他器官的应用。**超声科还常用于其他器官的检查。例如,超声科可以评估肾脏的大小、形态和功能,帮助医生判断肾脏疾病的性质和严重程度。在甲状腺疾病的诊断中,超声科可以帮助医生观察甲状腺的结节、肿块和血流情况。此外,超声科还

被广泛运用于肿瘤的诊断,通过观察肿瘤的大小、位置和血供情况,帮助医生评估肿瘤的性质和分期。

超声作为一种诊断工具,它具有多项优势,但也存在一些局限性。

首先,超声检查是无创的,不需要刺破皮肤或注射造影剂,相对安全。其次,超声检查不会产生辐射,不会对身体造成伤害。此外,超声在观察流动血液、检测囊肿和肿瘤等方面也具有一定优势。它可以评估血液的流动速度和方向,帮助诊断心血管疾病、血流障碍以及囊肿和肿瘤等情况。

然而,超声也有一些局限性。它在观察深层器官时受到限制,对肥胖患者或气体积聚部位的影像质量较差。此外,操作者的技术水平和经验对结果的准确性和可靠性也起着重要作用。超声在骨骼和肺部组织方面的应用也相对有限。

定州市人民医院综合超声科 顾华

图说 我们的价值观

# 我友善 以福人

人福我福

富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善

中国网络电视台