

■ 预防为主 ■

预防急性胰腺炎
注意啥

夏天是急腹症的高发期,而其中最为凶险的要数急性胰腺炎。

引发急性胰腺炎的诱因很多,但是最重要的就是饮食,特别是暴饮暴食、过度饮酒。有相关病史的患者,如胆囊炎、胆结石等患者,应该减少喝酒,避免暴饮暴食,也要避免辛辣和热气较大的食物。

急性胰腺炎虽然没有明确的高发年龄,但是中老年人占相当大的比重。一方面,老人身体虚弱,抵抗力较低,容易成为各种疾病的高发人群;另一方面,老年人大多有其他疾病,如高血脂、高血压、糖尿病等,而这些疾病往往会成为急性胰腺炎的诱因。

预防急性胰腺炎,首先要注意的就是饮食,不能酗酒,不能吃得太过,不能吃得太油腻,特别是晚上饮食更要注意。

其次是自身疾病的治疗,规律体检,让很多疾病在初期就及时治愈。医院收治的急性胰腺炎患者中,很多都有其他疾病,伴有多种并发症,不仅难以治愈,而且风险也较大。

再次就是“三高疾病”的预防。高血压、高血脂、高血糖患者要爱惜自己的身体,适度减肥,控制饮食,多参加一些体育锻炼。

需要提醒大家的是,该病急性发作时,应该马上看急诊。

郑州大学附属郑州中心医院消化内科主任 杜晓林

无痛性心梗更危险

急性心肌梗死是一种常见疾病,患者大部分具有典型而明显的症状,表现为心前区、胸骨后疼痛,同时伴有胸闷等症状。病人出现症状能引起重视,并及时检查和治疗,但是临床上危险性更高的急性心梗,缺乏典型的心绞痛症状,或仅表现为轻微的胸闷,被称为无痛性心梗。

那么,急性心梗患者为什么会出现无胸痛的情况呢?

年龄因素。心肌梗死有无胸痛和年龄有关,老年人痛阈增高及耐受力增强,会导致体内β内啡肽含量增加,当受到刺激时,可以起到镇痛作用。而发生心肌梗死后,心排量降低,使脑组织缺氧,导致疼痛敏感度降低。

冠脉变窄及多支冠脉

总在同一部位长溃疡
小心口腔癌

如果发现总是在同一个地方长溃疡,首先要看看溃疡周围有没有牙齿的残根、残冠、假牙或牙套。比如牙齿坏掉一小块,总是刺激和损伤附近的口腔黏膜,就会形成溃疡,这种叫创伤性溃疡。把牙齿修复或把残根、残冠拔除,溃疡就会慢慢愈合。

但如果排除了上述因素,还是在同一个地方长溃疡,甚至出现菜花或草莓样的肿物,摸着还有点硬,就应该警惕可能是口腔癌,需要到医院进行诊治。 李浩/文



病变,并伴有心肌变性。这种情况也能减弱疼痛症状。研究表明,发生心肌梗死前有心绞痛病史的患者,侧支循环比无心绞痛病史患者的侧支循环要好,且心绞痛发病率越高,侧支循环就越好,后者促进心肌血管新生和侧支循环建立。

脑循环障碍。无痛性心肌梗死患者,尤其是阵发性晕厥、严重心律失常、传导阻滞发病的患者,均有严重的脑供血不足、缺血缺氧,以致意识障碍、感觉迟钝,而对疼痛反应降低。

糖尿病。糖尿病患者发生心肌梗死时40%无胸痛,糖尿病会伴有痛觉传导的异常,进而导致糖尿病患者的疼痛耐受性增高,其原因主要是心脏自主神经病变导致心肌感觉传入纤维受损。

心脏并发症。心肌梗死后,尤其是并发休克及严重心力衰竭、心律失常、脑卒中时,其疼痛被并发症的严重症状掩盖,造成无痛的假象。

除此之外,局部范围内或持续时间长的心肌缺血所引起的心肌梗死,以及手术后发生的急性心肌梗死,一般也不会引起剧烈疼痛。无痛性心梗隐藏得很深,但是遇到以下情况时,就需要做心电图检查和心肌酶动态监测,这样可以尽早发现无痛性心梗。

- 1.近期内,屡次发生胸背部闷胀、沉重或气短者。
- 2.出现阵发性呼吸困难、气短、不能平卧、咳嗽、咳白黏痰或粉红色泡沫痰者。
- 3.突然出现心慌、恶心、面色苍白、出冷汗、四肢发



凉者。

4.糖尿病患者出现昏迷,老年人突发神志不清或意识丧失。

5.不明原因的血压下降,突发意识障碍、晕厥、抽搐等脑循环障碍者。

6.40岁以上突发心力衰竭,或在慢性心力衰竭的基础上突然加重而不能以其他原因解释的患者。以胸部以外的异位疼痛为主要表现,而无明显原因者。

以上人群都需要及时检查,以免造成严重的后果。

雪峰/文

有些药物可引起咳嗽 服用需谨慎

引发咳嗽的因素有很多,包括疾病因素、过敏或其他物理刺激,比如,吸入性刺激、感染、食物刺激、气候因素、精神因素等。这些原因导致的咳嗽通常比较容易发现,但有一种引发咳嗽的因素很容易被忽视,那就是药物导致的药源性咳嗽。

药源性咳嗽是由药物造成肺损伤所伴发的咳嗽,主要是药物在肺组织的高浓度摄取以及活性代谢产物在肺部聚集导致的肺局部毒性反应。如果药物在肺部聚集时,发生急、慢性过敏反应,刺激肺部,也会引起咳嗽。当药物引起炎性介质在肺部蓄积,导致炎性介质进一步增多,则会刺激肺部气管,引

起咳嗽。

以下这些药物可能引起咳嗽,服用时需注意。

ACEI类降压药,如卡托普利。降压药引起的咳嗽多出现在开始用药的第一周内,因体质差异,每个人的反应不一样。服药后若出现轻微咳嗽可不换药,建议多喝水,保持嗓子湿润。

抗心律失常药物。抗心律失常药物胺碘酮可直接损伤肺细胞并引起纤维化和炎性细胞浸润,早期的表现为剧烈干咳,随着病情发展可出现发热、乏力、体重下降、胸痛、呼吸困难、呼吸衰竭甚至死亡。

抗结核药物。如对氨基水杨酸PAS,可出现超敏样

反应,表现为发热、头痛、干咳、哮喘音、血管神经性水肿、嗜酸性粒细胞升高,出现皮疹、肺泡浸润、淋巴结肿大、胸腔积液等。

抗过敏药物。如色甘酸钠可致一过性超敏反应,表现为咳嗽、哮喘音、支气管痉挛、肺水肿等,严重者可致死。

抗肿瘤药物。如博来霉素可引起干咳、呼吸困难、发热,环磷酰胺可致环磷酰胺性肺炎,甲氨蝶呤则会导致咳嗽、呼吸困难、低热等。

利尿药物。如氢氯噻嗪可致间质性肺炎急性发作、非心源性肺水肿,表现为用药后数小时出现哮喘、咳嗽、哮喘音和低热。

陈成群/文

图说
我们的
价值观



富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治
爱国 敬业 诚信 友善