食管癌患者营养不良怎么办

□孙华敏

食管癌是一种常见的恶性肿瘤。近年来,其发病率和死亡率在全球范围内均有所升高。临床上,很多食管癌患者发现时已经处于晚期,此时治疗难度较大。

放疗是治疗食管癌的重要方法之一,但食管癌患者在放疗过程中,常常出现食欲减退、消化不良等症状,进而导致营养不良,严重影响患者的身体状况和生活质量。本文介绍食管癌患者放疗后营养不良的处理方法。

营养不良是指机体由于长时间缺乏必需营养素而出现的一系列生理和代谢异常,包括贫血、体重下降、肌肉消耗、免疫力下降等。

放射线是一种电离辐射,对人体细胞组织均有一定的损伤作用,其中对机体内细胞组织影响最大的是骨髓造血系统。

患者在放疗时会产生一定的不良反应,如消化功能紊乱、抵抗力低下等症状,导致患者出现食欲不振、厌食、恶心呕吐等,进一步影响消化吸收功能,导致患者出现营养不良。

食管黏膜具有再生能力,一般在放疗后10天左右即可恢复正常。为了缓解不良症状,食管癌患者应注意调整饮食。以下是一些食管癌患者的饮食注意事项。

改变进食方式

食管癌患者在进食时,应该细嚼慢咽,帮助胃肠道更好地消化吸收,减少食物对食管、胃的刺激。

患者在吞咽固体食物时,可以先喝少量的水,这样可以使食管和胃形成一个相对封闭的环境,避免食物与唾液中的酶接触,从而减少食管炎和肠胃炎等症状的发生。而在吞咽流质食物时,也应该注意不要过快过急,否则可能会引起食管痉挛等不适症状。

饮食禁忌

甜食、高脂食品会影响食管黏膜的正常分泌功能,进而引起腹胀,食管癌患者不宜多吃甜食和高脂食品。食管癌患者应多吃少油、少脂的清淡食物,如米粥、汤、面条等。

辣椒、胡椒、花椒、大蒜等这些食物会刺激食管黏膜,影响其功能的正常发挥,加重病情。食管癌患者避免吃过热、过硬和刺激性强的食物。此外,醋、酸菜等一些酸性强的食物,也要少吃或不吃,它们也会刺激食管黏膜,引起病情变化。

营养均衡

食管癌患者需要增加优质蛋白的摄入,如鸡蛋、牛奶等。此外,还要多吃富含维生素A、C的蔬菜和水果,比如西红柿、胡萝卜、菠菜等,以促进机体对维生素的吸收。此外,还要多吃富含膳食纤维的食物。以上所述这些食物可以有效帮助食管癌患者补充营养,增强免疫力,促进身体健康。

避免不良生活习惯

吸烟、喝酒等不良生活习惯会对食管黏膜造成强烈的刺激和腐蚀。不仅如此,吸烟和喝酒也会影响人体的免疫系统,容易诱发感染性炎症,从而引起更多的不适症状。

静脉营养支持

静脉营养支持是指通过向患者注射含有蛋白质、氨基酸、碳水化合物、脂肪等营养成分的液体,来满足患者身体所需的营养。对于某些食管癌患者来说,由于病情严重或其他客观因素,口服营养支持无法满足其需要,此时静脉营养支持就显得尤为重要。

静脉营养支持可以快速地提供大量的营养成分,并且不会受到患者吞咽困难、恶心呕吐等不适反应的影响。

但需要注意的是,静脉营养支持并不是长期使用的最佳选择,因为它可能会增加感染和其他并发症的风险。

因此,在应用静脉营养支持时,应该根据患者的具体情况情况进行监测和调整。在食管癌患者接受静脉营养支持的过程中,需要严格控制静脉输液的流速和容量,避免引起血容量过负荷和心血管并发症;确保输液管路的安全,避免感染;定期进行营养评估,及时调整

静脉营养支持的配方,以满足患者的营养需要。

鼻饲、胃造瘘手术

食管癌患者治疗后,可根据患者的具体情况选择合适的鼻饲方法,如渐进式鼻饲、间歇式鼻饲等,以减少不适感和消化不良等问题。鼻饲时需要使用适当的营养配方,配方的成分应包含足够的蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素和矿物质等营养物质,以满足患者的营养需求。

胃造瘘手术是一种将胃和食管或肠道相连的手术,可以解决食管癌切除后的口服营养摄入问题,改善患者的营养状况。

作为食管癌的最常见并发症,营养不良困扰患者许久,改变饮食结构多吃一些清淡营养、富含膳食纤维、蛋白质、维生素和矿物质等营养物质,以及微量元素成分,是有效改善营养不良症状的可行办法。

(作者供职于安徽中医药大学附属太和中医院)

脑梗的中医治疗和护理

□王晓琛

脑梗是危害老年人健康和生命的常见疾病之一,是由各种原因导致的局部脑组织区域血液供应障碍导致脑组织缺血、缺氧性病变坏死,进而产生临床上对应的神经功能缺失表现。

脑梗由于病程长、病情复杂、病因多、康复慢等原因导致患者死亡率、致残率高。从中医角度,脑梗属于“中风”范畴,本文为您介绍中医如何治疗脑梗以及脑梗患者的护理。

中医治疗脑梗的方法主要包括针灸、按摩、口服中成药和中药汤药、静脉注射中成药等,根据患者的病情以及中医辨证,进行相应的中医治疗。

针灸 根据患者不同症状选择相应的针灸治疗。例如针对肢体运动异常的患者,要着重刺激委中穴、尺泽穴等;针对认知障碍的患者,则可以刺激百会、水沟穴;针对半身不遂的患者,可以选择膻穴、手足阳明经,达到调气和血、疏通经络等效果。

按摩 要根据患者脑梗所影响的部位选择相应的按摩方式及手法。例如针对脑梗导致肢体偏瘫的患者,首先要保持其肢体功能位,膝关节要处于伸直位,踝关节要处于功能位、踝关节要处于站立位。此外,每天可以按摩患者的头部,其中包括太阳穴、百会穴和枕后的风池穴等。

中药配方 中药配方通常根据患者的具体情况进行调整搭配。例如针对气虚血瘀的患者可以选择由黄芪、桃仁、川芎、当归等药物组的补阳还五汤加减;针对气滞经络的患者,则可以选择陈皮、茯苓、人参、白术等药物组的八味顺气散加减。

需要注意的是,患者及家属要及时向医生说明自身的身体状况,医生根据患者的实际情况,对药物进行适当调整。另外,中医治疗脑梗的方法还有活血化瘀,可以有效抵抗血栓形成及动脉硬化,增加血流从而促进水肿的吸收等。

脑梗后的护理对于患者的康复也很关键。主要有以下几个方面:

心理护理 患者由于生活不能自理等因素,会产生恐惧、悲观、烦躁等心理,所以家属要及时安慰、鼓励患者进行治疗,保持一个乐观积极向上的生活态度。在康复治疗过程中,鼓励患者做一些力所能及的事情,并给予鼓励,为患者树立信心。

饮食护理 吸烟、饮酒等因素会导致患者病情加重,患者需要戒烟、戒酒。另外,家属不要在患者面前吸烟,以免患者吸入二手烟。日常生活中,患者要合理饮食、清淡饮食,多食用一些易消化的食物,适当的食用水果和蔬菜以保障营养均衡,不要食用辛辣、刺激性食物。

用药护理 患者要按照医嘱服药,不可私自用药,随意增减药量。此外,患者要注意观察服用药物后的相关不良反应,如果出现异常要及时告知医生。

(作者供职于北大医疗鲁中医院)

服用阿司匹林小常识

□马焕焕

阿司匹林是一种常见的非甾体抗炎药,属于解热镇痛药物,主要成分是乙酰水杨酸。阿司匹林作为非甾体抗炎药,具有解热、镇痛、抗炎的作用。

阿司匹林在临床上可用于治疗非特异性炎症性疾病,如风湿性关节炎、骨关节炎等;用于预防短暂性脑缺血发作、人工心脏瓣膜病、心肌梗死和静脉血栓;预防其他手术后血栓的形成;其他非感染性疾病,如风湿性关节炎等。

如果患者出现偏头痛、牙痛、神经痛、急性感染性发热、中暑等也可服用阿司匹林进行治疗。

服用阿司匹林比较常见的不良反应有:

过敏反应 阿司匹林的过敏反应包括皮疹、哮喘、荨麻疹等,其中以荨麻疹最为常见。

阿司匹林引起的哮喘多见于大剂量应用时,通常在患者服药后数分钟到1小时内出现,一般持续1天~2

天。长期应用小剂量阿司匹林(10毫克每升)的患者,有5%发生哮喘。如果患者发生了过敏反应,应及时停药,并给予抗过敏药物治疗。

胃肠道反应 服用阿司匹林后出现胃肠道症状,患者主要表现为恶心、呕吐、上腹部疼痛等,部分患者可出现消化道出血。

阿司匹林对胃黏膜的直接损伤,会导致胃黏膜充血水肿,黏膜糜烂、溃疡,严重者可引起胃穿孔。

长期服用阿司匹林的患者可能会出现腹泻、恶心、呕吐等症状,严重者可能会出现肠穿孔等并发症。

肾损伤 长期服用阿司匹林会引起肾功能损伤,严重者可能会发生肾功能衰竭。所以,对于肾病患者,不建议长期服用阿司匹林。

其他不良反应 阿司匹林与抗生素同时用,会影响抗生素的治疗效果,甚至造成药物蓄积中毒;阿司匹林与某些抗精神病药物或抗抑郁药物同用时,可能会导致其治疗效果下

降或失效;阿司匹林与华法林同用时,可能会发生瑞氏综合征;孕妇在怀孕3个月内服用阿司匹林,可导致胎儿发育异常,长期服用,可致分娩延期。

哪些人不适合服用阿司匹林? 年龄大于60岁;有胃溃疡或十二指肠溃疡病史;正在使用其他非甾体抗炎药;正在使用华法林等抗凝血药物;患有严重肝肾功能障碍,或长期服用激素和免疫抑制剂的患者。

如果服用阿司匹林肠溶片,最好空腹服用,因为这样可以加快阿司匹林的排空,尽快从胃部进入肠道,进行吸收。如果使用的溶解片,有可能对胃黏膜有刺激,可以改为饭后服用。手术前应停用阿司匹林,避免凝血功能障碍,造成出血。

任何一种药物长期服用都会产生一定的不良反应,并不是所有人群都适合服用阿司匹林,患者应遵医嘱,科学、合理用药。

(作者供职于庆云县人民医院)

脊柱软组织损伤如何治疗

□潘承波

脊柱软组织损伤是一种常见疾病。急性脊柱软组织损伤的出现很多时候跟意外创伤有关,比如事故损伤或者运动损伤等。脊柱软组织损伤还有可能是长期负重过大或者长期剧烈运动造成的。寒冷刺激以及免疫系统疾病也是导致脊柱软组织损伤的原因之一。脊柱软组织损伤有什么症状?需要做手术治疗吗?

患者如果出现脊柱软组织损伤,会有局部疼痛、肿胀、腰背部肌肉痉挛、颈部活动障碍等症的出现。另外,患者还有可能出现由于肠蠕动减慢,导致的腹胀、腹痛等症状。如果患者合并神经根损伤或者是脊髓损伤,则可能引起括约肌功能障碍,出现尿失禁、尿潴留、便秘等症状。

治疗腰腿疼痛的方法有很多,临床上要视具体情况选用相应的方法。急性发作时的处理:卧床休息,内服中西药,也可以外用缓解疼痛的药物。疼痛的地方可以用冷敷,也可以用局部封闭;采用正骨法对椎间盘、椎间、骶部等关节进行整复,以消除嵌顿的椎间小关节,达到内、外平衡的目的;以舒筋、化瘀、通络为主

要治疗方法,以减轻患者的疼痛。

慢性腰、腿痛患者的处理:通过口服药物,外用针灸、按摩等;强身健体,强筋、强骨法等物理疗法;祛风、除湿、祛寒的方法,口服相关治疗药物,配合针灸及各种温热疗法;通过各种牵引、手法复位,以矫正腰椎的脱位,打开腰椎间隙,增大腰椎孔径,以减轻或消除对神经根的压力;对椎管内、外有炎症粘连的病灶,可以进行理疗、针刀治疗辅助防护,佩带不同的腰带或使用宽大的腰带;腰椎间盘切除术及髓核溶解术,用于严重的腰椎间盘突出症,长期保守治疗,疗

效不佳的患者。生活中,人们如何预防腰腿疼呢? 长期伏案工作的人,应注意连续工作时间,适当站起来活动。腰部受伤的患者,寒冷的气氛里,往往会出現腰疼的症状,这是因为低温天气导致患者的血液循环发生变化所致。因此,尽量不要站在比较冷的地方,也不要进行剧烈的运动,以免对腰部造成二次伤害。此外,腰肌劳损重在预防,避免做易引起腰部损伤的动作,一旦腰部扭伤,务必及时休息,避免活动。

(作者供职于淄博市中医医院)

随着人们生活水平的不断发展,人们生活节奏越来越快,日常生活和工作压力不断加大,增加了脑出血等脑血管疾病发生的风险,人们对健康造成了一定的危害。

大脑是人体重要的器官,当脑部健康出现问题时,通常会影响到人体的其他多个部位。其中,脑出血不仅会对大脑功能造成严重的损害,还会引发一系列后遗症和并发症。

对于脑出血的治疗,中医疗法有自己独特之处。了解有关中医治疗脑出血的方法可以增加患者的选择,加大治愈的概率。通过本文介绍,希望对大家有所帮助。

中药疗法 在中医看来,脑出血是由于体内的气滞血瘀所导致的疾病。中医在治疗脑出血时,主要是从改善人体气行不畅、血液循环异常等方面入手,一般可以选用牛黄、苏合香丸、华佗丸等活血化瘀、消炎退热的药物进行治疗。中药治疗脑出血,能够有效地预防患者出现脑水肿的症状,帮助恢复脑部血液的正常运行。

针灸疗法 中医针灸疗法是临床上常见的一种中医治疗手段。针灸治疗手法具有见效快、方便快捷的特点。

治疗过程中,中医医师通过针刺的方法对脑出血患者的脑部穴位进行刺激,可以有效改善患者脑部的神经功能,加速其血液循环。针灸疗法对于患者后期的恢复,以及脑出血引发的后遗症等都有一定的改善作用。

对于脑出血患者来说,一般常用于针灸的穴位有人中、百会、涌泉等。需要注意的是,针灸治疗需要具备医师资格证的专业医师施针,切勿自行操作,以免出现意外情况产生严重后果。

推拿按摩 由于脑出血压迫脑组织、损伤脑神经,导致肢体瘫痪不能自行活动,可通过按摩的方式进行肌肉放松,预防患者的关节和肌肉出现萎缩。

脑出血患者的推拿按摩主要是针对瘫痪的肢体部位。按摩时,着重揉捏上肢和下肢部位,保持力度适中。对于患者肢体上的穴位,也可以进行按摩来帮助肌肉弹性的恢复及放松。

中西医结合 在中医针灸、推拿按摩、中药疗法的基础上,脑出血患者还可以采用中西医结合的方式进行治疗。中医疗法结合西药对患者进行治疗,可以起到事半功倍的效果,有利于患者病情的恢复,减少脑出血后遗症发生的概率。

综上所述,脑部疾病对于身体的危害非常大,脑出血不仅会对脑部造成伤害,还会引发多种并发症和后遗症,严重情况下甚至会危及人们的生命健康。对于脑出血的治疗,中医疗法能在一定程度上有效控制病情的发展,改善患者的血液循环状况,不良反应小等特点。

(作者供职于聊城市茌平区中医医院)

肺大疱要手术吗

□张国栋

肺大疱是因为各种原因导致肺泡腔内压力升高,肺泡壁破裂,形成了肺组织含气的囊腔。

肺大疱主要分为两种,一种是先天性,一种是后天原因导致。先天性的肺大疱在儿童中较为多见,一般是因为先天性较大的支气管发育异常所致。后天的肺大疱则在老年患者中较为多见,有肺气肿或者慢性支气管炎的患者容易出现肺大疱。

肺大疱的治疗需要找到具体的原因,根据实际情况,采用合适的方式。

肺大疱有什么症状? 要手术吗? 下面就来了解一下。

肺大疱的症状与肺大疱的大小、具体的数量有一定的关系。

如果肺大疱比较小,且数量也不多,患者一般不会有明显的症状,只有在进行胸片检查,或者X线检查的时候才会被发现。

如果肺大疱比较大,且属于多发性的肺大疱,患者容易出现气短、胸闷等症。此种情况下,一些肺大疱患者会有胸痛,甚至咯血等症状。

如果出现了肺大疱破裂的情况,患者可能会出现自发性气胸出现,表现为突然气急、呼吸困难、咳嗽等。

患者的症状是否严重,跟气胸量的多少有关系。发病时间越长,或者患者伴随有其他的肺部疾病,症状可能更为严重。如果患者还存在继发感染的情况,还会有咳嗽、咳

脑出血的中医治疗方法

□姜庆荣

肺大疱是否需要手术治疗,根据患者的症状、肺大疱的大小、数量,以及是否合并其他的肺部疾病决定。

如果肺大疱比较小,且数量不多,一般不需要特殊治疗。患者多休息,定期到医院复查即可。

如果肺大疱比较大,且比较多,患者出现了呼吸困难的情况,或者合并其他的肺部疾病,则需要马上进行手术治疗。

反复出现自发性气胸的肺大疱患者,也需要手术治疗,比如肺楔形切除术。

如果肺大疱继发于慢性阻塞性肺疾病,需要积极治疗原发性疾病,且注意控制患者咳嗽症状,避免肺大疱破裂,加重病情。

如果肺大疱比较小,且靠近肺门,可以采用缝扎或者是结扎的方式进行治疗。如果患者合并有复发性气胸的情况,需要同时进行胸膜固定术。

肺大疱患者要积极配合医生进行相关的治疗,同时注意调整生活方式,早睡早起,不要熬夜。注意戒烟戒酒,不吃辛辣、油炸食物,多吃新鲜蔬菜和水果。注意保持良好的心态,不要有太大的心理压力。患者身体恢复后,可以适当进行有氧运动,比如散步、打太极拳等,但不易进行剧烈活动。

肺大疱患者身体一旦出现问题,需要马上就医检查处理,以免延误病情。

(作者供职于山东省聊城市莘县人民医院)