

有一种腹痛最好不要忍

生活中,突发腹痛的情况并不少见,不少人总想着忍忍就好了,但有一种情况引起的腹痛不可忽视,那就是肠梗阻。肠梗阻不但可能引起肠管本身解剖和功能上的改变,还可导致全身性的生理紊乱,严重时甚至危及生命。

别把肚子痛不当回事

什么是肠梗阻?通俗来说,就是肠管堵住了。堵住肠管的原因虽然各式各样,但典型的肠梗阻诊断并不复杂,一般结合腹痛(常为阵发性的剧烈绞痛)、呕吐、腹胀,肛门停止排便排气等症状,以及腹部站立位X线平片发现阶梯状气液平,多可以明确诊断。肠子里的东西排不出去,肠子的平滑肌拼命收缩,想把其内的东西往下挤、往下排,所以病人的腹部就会有痉挛样的绞痛。数据显示,急性

腹痛的病人中约有15%—20%是由于肠梗阻引起的。但仅是确诊肠梗阻还不够,还要明确病因,更为重要的是肠梗阻有没有发展到绞窄性肠梗阻的程度,肠子有没有坏死,是不是需要立即手术。

肠梗阻病情变化快,如诊治延误或不当,可导致严重后果。前不久,医院普外科就成功救治了一位肠扭转的病人,当时患者的肠子已经瘀血严重、颜色发紫了,但解除梗阻,把肠子复位后,色泽就在慢慢变浅,最终保住了肠管。

60%因术后肠粘连引起

肠梗阻是临床最常见的急腹症之一,60%小肠梗阻因术后肠粘连引起,包括阑尾切除术、结直肠外科手术、妇科手术、疝气修补术等。手术的时候,肠子表面会分泌一些液体来保护肠

管,这个液体在后期吸收时会形成一个膜或束带,把肠子和肠子或者肠子和腹壁粘在一起。肠子与肠子之间成角了,特别是肠管内的东西又多又干时,不容易排出,就容易引发肠梗阻。

在粘连性肠梗阻病人中,有部分患者病情不重,保守治疗症状也多可缓解,但有50%复发的可能,持续时间也能长达数十年之久,饮食稍有不慎,即可引起发作。以前,很多医院会行开腹手术来消除原粘连,但再粘连发生率较高。随着腹腔镜手术的逐渐普及,患者不用有这方面的担忧,这种手术方式对肠管刺激小,恢复快,术后再发粘连性肠梗阻的概率也明显下降。

预防要在“吃”上下功夫

除了肿瘤、腹部手术等相关因素外,中老年人还要警惕粪石性肠梗阻。

这类患者不在少数,老年人肠道消化液分泌减少,肠蠕动无力,常有习惯性便秘,食物残渣容易聚集成粪块,引起肠梗阻。而一旦被确诊,若延误了治疗,难以避免肠坏死、肠穿孔、腹膜炎等情况的发生。因此,老年人要留意自己的排便规律,连续三天没有排便排气,还伴有腹胀腹痛,最好及时去医院就诊,排除病因。这类肠梗阻早期发现,多可以通过药物、胃肠减压、灌肠等方式帮助排便排气。

对于通过手术治疗的肠梗阻患者,术后要尽早活动,促进胃肠蠕动;康复出院后的日常饮食也要注意,避免进食干硬的食物;做到少量多餐,不要暴饮暴食;适量饮水,避免肠内容物干硬;避免剧烈运动以及强烈快速的体位改变,防止肠扭转。(南京医科大学附属逸夫医院普外科主任医师 朱峰)

温馨提醒

报纸好看,也不要一口气全读完。读了半小时,请休息5分钟。

意外骨折 揪出血液病

55岁的姜女士多年来骨头隐隐作痛,每次走路超过10分钟,疼痛就会加剧。她以为患上了风湿性关节炎,尝试针灸理疗,但疼痛未能得到缓解。一次意外滑倒骨折,检查发现她患的是多发性骨髓瘤。

多发性骨髓瘤是血液系统恶性肿瘤,平均发病年龄为65岁,典型症状包括高钙血症、肾功能损害、贫血、骨病等。多发性骨髓瘤最常见的是侵犯骨质,长期受到侵蚀的骨头轻微用力就会折断,甚至打个喷嚏就肋骨骨折。(武汉市普仁医院血液内科主任 常伟)

“百日咳致13人死亡”上热搜

近日,话题“百日咳今年已致13人死亡”登上微博热搜,引发关注。百日咳是否“卷土重来”?

百日咳是由百日咳鲍特菌引起的急性呼吸道传染病,主要通过呼吸道飞沫传播。该病病程较长,典型病例可表现为持续2—3个月的咳嗽。各年龄人群均可见百日咳发病,其中无免疫史的婴幼儿发病风险更高。

首都医科大学附属北京儿童医院呼吸中心办公室主任徐保平介绍,百日咳一般分为卡他期、痉咳期和恢复期等3个阶段。卡他期主要表现为流涕、打喷嚏、咽痛等上呼吸道感染症状,多无发热

或初期一过性发热;痉咳期通常从第2周开始,症状为痉挛性咳嗽,即一连串、严重剧烈的咳嗽,在痉挛性咳嗽后伴有深长吸气,高调鸡鸣样声音,昼轻夜重,睡眠期间痉挛性咳嗽更为突出,影响睡眠;恢复期一般持续1至2周,咳嗽频率和严重程度逐渐降低。

百日咳治疗方式包括一般治疗、抗感染治疗和对症治疗。其中,一般治疗包括提供良好舒适的环境等;对症治疗则包括祛痰、平喘等,若出现并发症要及时送医就诊。接种含百日咳成分疫苗是预防百日咳最经济最有效的手段。(整理/本报记者曹虹)

红霉素软膏并非万能药

说起红霉素软膏,不少人觉得它是“万能药”。孙女流鼻血了,鼻血止住后,周女士往孩子的鼻孔里涂了些红霉素软膏,觉得可以消炎,没想到,孩子一直说鼻子难受。她赶紧带孩子到医院就诊。

从药品说明书来看,红霉素软膏的适应证是脓疱疮等化脓性皮肤病、小面积烧伤、溃疡面的感染和寻常痤疮,并应避免接触眼睛及其他黏膜(如口、鼻等)。也就是说,该药不能用于鼻腔。如果身上有轻微挫伤、划伤,可以先清洗患处,再涂抹适量红霉素软

膏;如果有小面积烧伤、烫伤,可以先用自来水冲洗伤口,再在患处涂适量红霉素软膏;如果被蚊虫叮咬,或患了口角炎等,也可以在患处涂抹该药。

有些情况不适合涂抹红霉素软膏,如出现鼻出血,尿路感染,真菌感染,眼睛、口鼻黏膜等敏感部位感染,大面积烧烫伤和外伤等。同时,过敏体质者也要慎用。如果该药使用3日后,皮肤原有症状未缓解甚至加重,应立刻停药,及时就诊。(洛阳市东方人民医院皮肤科主任 李薇薇)

快乐老人报

www.laoren.com 快乐伴一生



看年轻的老年报 可以补年轻

快乐老人报心中有老人,笔下无老气

报龄年轻:2009年9月28日创刊,今年只有7岁

报人年轻:编辑记者全是30岁上下,有朝气有活力有想法

善于从老年人角度思考,勇于为老年人利益说话

报相年轻:追求时尚,介绍新事物新知识新技能

让您能更好地适应社会变化,快乐健康地享受金色年华

越活越年轻。

快乐老人报全年定价138元

邮发代号:41-178 全年100期 每周一、周四出版



订 阅 方 式
中国邮政订热线:11185
中国邮政订阅网(bk.11185.cn)
微信订阅:扫描左边二维码
报社咨询热线:0731-88906498