你

对

放

疗

日

能

误

责任编辑:高丽 冷烧旅 23 副刊专刊部电话:23602884 2025年8月20日 星期三

吃着降压药,痛风怎么犯了

了! 疼得我茶饭不思、彻夜难 眠……"在诊室里,58岁的刘 先生痛苦地倾诉。他伸出双 手,只见手指上满是破溃的伤 口,"脓"血不断渗出。钻心的 疼痛,让他备受煎熬。经过医 生对病情层层抽丝剥苗,最终 发现造成痛风的元凶竟和刘 先生每天服用的降压药脱不

小小药片 引发大危机

10年前,刘先生被确诊为 高血压,此后便一直规律服用 降压药。近半年,他的手指毫 无预兆地开始肿胀,最后皮肤 破溃。检查显示,刘先生的尿 酸水平远超正常范围,并且双 手关节处布满痛风石,这些痛 风石正是导致手指破溃和剧痛 的"罪魁祸首"

浙江省人民医院风湿免疫 科主任中医师李涯松介绍,人 体尿酸主要通过肾脏代谢,而 利尿剂类降压药会干扰肾脏对

入人体后,会抑制肾小管对尿 酸的重吸收和分泌,使尿酸排 泄量减少。随着时间推移,血 液中尿酸浓度逐渐升高,形成 高尿酸血症。当血尿酸浓度超 过饱和度,尿酸就会结晶析出, 沉积在关节、肌腱、滑膜等组织 中,引发炎症反应,导致关节红 肿、疼痛,这就是痛风的典型症 状。长期的高尿酸血症还会 促使尿酸结晶聚集、增大,形 成痛风石,严重破坏关节和周

在医生指导下,刘先生停 用含有利尿剂的降压药,换用 其他类型降压药;使用降尿酸 药物和抗炎止痛药物,降低血 尿酸水平,缓解关节疼痛和炎 症。一段时间后,刘先生手指 上的症状减轻。

血压尿酸双高 用药这么选

北京安贞医院药事部副主 任药师周洋介绍,高尿酸血症 与痛风患者中 47.2%至 77.7% 血压和高尿酸血症的患者,其 实是有很多降压的优选方案 的。如苯磺酸氨氯地平片,就 是高血压合并高尿酸血症的优 选药物之一。另外,氯沙坦可 能直接有效地促尿酸排泄,从 而抑制尿酸盐的重吸收, 降低 血浆尿酸盐浓度,也是高血压 合并高尿酸血症患者的优选

氨氯地平和氯沙坦虽然适 用于高血压合并高尿酸血症患 者,但也应该在医生和药师的 指导下,严格掌握适应证用 药。总之,家人或者病友推荐 的药物不能随便吃,任何药物 治疗方案的调整,都要在医生 或药师的指导下进行。

控制食物 高嘌呤摄入

除了遗传、药物作用等因 素外,痛风往往被认为是"吃出 来"的病。长期摄入高嘌呤食 物、肥胖、过量饮酒等都是痛风 的诱因。此外,现代年轻人熬 夜、缺乏运动、高压力生活等不 良习惯,也是诱发痛风的重要 因素。因此,改变生活习惯、控 制饮食对预防痛风至关重要。

针对备受争议的豆制品摄 人问题,南京市中西医结合医 院内分泌科副主任中医师张永 文从临床经验上给出了建议. 建议痛风患者采用"阶梯式饮 食管理",即急性期完全避免豆 制品,缓解期可尝试每周摄入 2至3次豆腐(每次≤100g).同 时密切监测尿酸波动。

建议有高尿酸血症家族史 或相关症状的人群,定期进行 血尿酸检测。痛风患者应在医 生指导下制定个体化治疗方 案,将生活方式干预与规范用 药相结合,同时定期复查尿酸、 肝肾功能等指标,才能有效阻 止疾病进展,避免关节破坏和 肾损伤等不可逆后果。"此外, 患者也不能自行停药,降尿酸 治疗需长期维持血尿酸稳定, 以防止结晶反复析出。服药剂 量的改变或停药等都需严格遵 循医嘱"。(摘自《北京青年报》)

患者范先生因为 鼻咽癌需要放疗而担 心:"我听说放疗会让 我变成辐射源,我不 太敢做。"其实有这样 顾虑的不只他,由于 放射线看不见、摸不 着,许多患者对放疗 产生恐惧心理。

海南医科大学 第一附属医院肿瘤 放射治疗专家周平 介绍,肿瘤放射治疗 简称放疗,在肿瘤治 疗领域与手术、化疗 并称为抗癌"三剑 客"。部分患者的疑 问和忧虑,其实很多 都是偏见,消除误区 才能更好抗癌。

一些患者把放疗 和核辐射混淆了。现 代放疗主要采用外照 射技术,高能 X 射线 或电子束只在治疗机 器开启的瞬间存在,

就像手电筒照墙,关闭电源后光 线就消失了。治疗结束后,体内 -般不会残留放射性物质,只有 极少数特殊的内照射治疗(如放 射性粒子植入),需要短期避免近 距离接触特殊人群。

不少患者认为,癌症晚期才 用得上放疗。这是个重大误解。 在鼻咽癌、喉癌等恶性肿瘤早期, 单用放疗也能达到根治效果。在 中期,放疗和手术相互配合,术前 可缩小肿瘤、提高手术成功率;术 后则能清除残留癌细胞。即便在 晚期,放疗也可以缓解80%的癌 痛等症状。放疗讲究"私人订 制",根据肿瘤类型、位置、大 小、分期等选择最适合的技术 和剂量。(摘自《快乐老人报》)

识别肚子 发出的声音

饿的时候,很多人的肚子 都会发出咕噜声, 这种声音在 医学上被称为肠鸣音。

每个人都会出现肠鸣音 的现象,每分钟内肠鸣音出现 4至5次为正常,声音较和缓, 很少会被人听见。肠鸣音反映 了肠道功能的正常与否, 若肠 鸣音每分钟超过10次或音调 高亢,则是身体在向你发出求 救信号.

单纯性咕噜声——消化不 良。乳糖不耐受的人空腹喝牛 奶,就会发出比较大的咕噜声, 严重者还会发生腹泻、呕吐。 还有一些人摄入易产气的食 物,例如土豆、红薯、黑豆等会 造成肠鸣音。紧张、焦虑等情 绪刺激,也会出现肠鸣音亢进 的情况。

肠鸣音次数增多, 响声较大,感受到蠕 动—— 急性胃肠炎, 急性胃肠炎会伴随腹 胀、腹痛、便秘、大便不 成形等症状。

肠鸣音减弱甚至越来 -腹膜炎。腹膜炎发 作时,会伴有腹痛、腹肌紧张 等。老年衰弱的病人,身体还 会逐渐发热,腹膜受刺激还会

肠鸣音每分钟达到15次 以上,响声频率增强——肠梗 阳。这种肠梗阳发作时声音非 常清晰,甚至有时会有金属的 声音。此外,当出现肠麻痹时, 肠道蠕动消失,肠内容物停滞 不前,肠鸣音也会消失。

肠鸣音亢进伴有腹痛、腹 泻甚至便血——急性炎症、消 化道出血。肠内气体除了从外 界来,也会因肠内菌群失调产 生。长期的肠鸣音亢进,伴其 他消化道症状如腹痛、排便异 常等,可能是肠癌前兆。

(摘自央视新闻)

78岁的张女十前段时 间有些咳嗽,随后出现活 警惕肺炎 动后气促、精神萎靡的症 状,食欲也明显下降。有 "静音作案" 一天,张女士在家中突然 晕倒,家人紧急将她送往

医院。医生检查发现张女 士的血氧饱和度极低,双肺弥 漫性病变,最终确诊为沉默性

宁夏医科大学总医院呼吸 与危重症医学科主任医师杨霞 介绍,沉默性肺炎的早期症状 往往不明显。

患者早期可能仅表现为轻 微的咳嗽、乏力、食欲减退、精 神状态变差等。有些患者甚至 完全没有呼吸道症状,而是以 消化系统症状为主,如恶心、呕 吐、腹泻等。

沉默性肺炎发展到一定程 度时,患者会出现明显的呼吸 困难、血氧饱和度下降等表 现。严重时,患者可能出现意 识障碍、昏迷,甚至多器官功能 衰竭,危及生命。

对于老年人,尤其是有基

下,膀胱是不会自己撑破的。

膀胱有自己的安全阀,压力大

了就会漏尿(充盈性尿失禁)。

但醉酒后,膀胱过度充盈,下腹

部要是受到一点轻微外力,就

容易破裂。李女士很可能在摔

础疾病、免疫力低下的老年 人,出现不明原因的乏力、食 欲减退、精神状态变差等症状 时,应高度警惕沉默性肺炎的

一旦确诊为沉默性肺炎, 应尽早开展以下几个方面的

氧疗:对于血氧饱和度较 低的患者,应及时给予氧疗,必 要时进行机械通气。

抗感染治疗:根据病原体 类型选择合适的抗生素或抗病

免疫调节治疗:对于部分 患者,可以使用糖皮质激素等 药物调节免疫反应。

支持治疗:包括保持患者 呼吸道通畅、纠正水电解质紊 刮、营养支持等。

物。这种裂伤通常发生在膀胱

最薄弱的顶部,尿液流进腹腔,

就会引发化学性腹膜炎,很快

还会继发细菌感染性腹膜炎甚

至休克。不过,只要能够及时

诊断,外科手术处理并不难,术

后恢复也大多顺利。

检查时意外发现有 单 单纯性肝囊肿,对此 十分担心。 纯 对此,江西省人

囊

肿

要

要

民医院副主任医师 华山介绍,单纯性肝 囊肿是一种肝内囊 性病变,属于先天性 发育异常,不具有遗 传性。大部分单纯 性肝囊肿生长缓慢, 患者长期或终身无 症状。少部分患者有 临床症状,随囊肿位 置、大小、数目、有无 压迫邻近器官和有无 并发症而异。

有些患者在做

比如当囊肿增大 并压迫胃、十二指肠 和结肠时,患者可出 现进食后饱胀、食欲 减退、恶心和呕吐等 症状;当囊肿体积较

大或接近皮肤时,可于体外触摸到 腹部包块,多无触痛;较大的囊肿 会牵拉肝包膜,引发上腹膨胀不 适、隐痛或轻度钝痛。如果肝囊肿 小且无症状,一般无需特殊处理, 半年到一年复查一次即可。

倒的时候,下腹部撞到了硬

"每顿饭只能吃小半碗, 胃里却像塞了块石头",52岁 的王女士抓破头皮都想不 到,折磨自己半年之久的"消 化不良",竟是胃部癌变的凶

险信号。 洛阳市第三人民医院消 化内科主任医师姚路静介 绍,半年前,王女士发现自己 吃点儿饭就憋胀难受, 半年 间体重由120斤掉到94斤,助 消化药、胃黏膜保护剂不知 道吃了多少,可她的胃就像 被无形的手越攥越紧。检查 显示,胃壁明显增厚,变得僵 硬如皮革。医生取样后,最 终找到了元凶——胃印戒细 胞癌,也就是"皮革胃"

胃印戒细胞癌不像常规 肿瘤那样凸起生长,而是像 墨汁渗入宣纸般在胃壁内弥 漫。随着癌细胞不断繁殖, 胃壁逐渐硬化、失去弹性,最 终变成装不了食物的"皮袋 子"。更可怕的是早期胃镜 检查可能正常,常规活检也 可能查不出问题,症状与胃 炎高度重合,多数患者易被

误诊。一些患者出现贫血、 呕吐才确诊,这时胃功能已

部分消化道肿瘤早期无明 显症状,等到出现报警信号时, 往往已到中晚期。建议40岁 以上人群若出现逐步加重的餐 后饱胀感、饮食正常却持续消 瘦、常规治疗无效的"老胃病"。 大便突然变黑或带血,一定要

(摘自《快乐老人报》)

健康

醉酒憋尿险丢命

长时间憋尿而引发膀胱破裂。 行为,实则暗藏健康隐患。近 日,杭州的李女士就因醉酒后

浙江省中西医结合医院泌 尿外科主任秦勇讲,正常情况

半年暴瘦 胃壁变"皮革"