

健康大讲堂

慢阻肺——呼吸系统的“隐形杀手”

慢性阻塞性肺病(简称慢阻肺)是全球缺乏治疗的疾病之一,对人类造成的危害日趋严重。很多人都认为咳嗽不是大病,却不了解肺部病变已经拉开序幕。据相关数据统计,我国有4000万以上的慢阻肺患者,农村大于城市,男多于女,每年该病导致的死亡人数100万以上,发病率和死亡率之高已成我国第四大杀手。预计2020年将上升至第三位仅次于肺癌、心血管疾病的死亡率,对人的健康形成较大的影响,对社会经济的发展成为严重的社会问题。慢阻肺涵盖了慢性支气管炎、肺气肿、哮喘。

慢阻肺病情发展“走台阶”

准确诊断慢阻肺须做肺功能检查

由于肺的代偿非常强,慢阻肺的特点最早期无症状,这就给诊断、防治带来困难,有症状时已经有气道的改变,气道狭窄,呼吸气流受限且进行性加重。若气道狭窄二分之一,则呼吸阻力加重16倍,所以患者常感到呼吸费力。由于慢阻肺的病情发展有“走台阶”的倾向,即每一次急性加重

重,对肺功能都是一次巨大打击;在经过治疗病情稳定后,患者的呼吸功能也无法恢复到急性加重期之前的水平,相当于下了一个台阶;而到下一次急性发病,患者的呼吸功能会再次受到沉重打击。患者轻症时咳嗽、气喘进行性加重,重症者可失去劳动能力甚至生命危险。

吸烟成慢阻肺重要危险因素

在慢阻肺的危险因素中,吸烟居第一位。研究认为,香烟中的焦油、尼古丁、氢氰酸为罪魁祸首。吸烟越早、吸烟量越大、烟龄越长,其患慢阻肺的几率越高,大约八成慢阻肺患者是烟民。老烟民可能都出现过“吸烟咳嗽”的现象,这其实就是慢阻肺来临的第一个信号。当出现第一声“吸烟

咳嗽”时如能及早预防和治疗,是完全能够有效控制,延缓病情进展,提高患者生活质量的。另外,常吸二手烟对肺的损伤同样不容忽视,研究已经证明,长期吸二手烟的人患慢阻肺的比例也很高。长期吸二手烟,吸入到肺部的有害气体和颗粒物增加,导致呼吸道症状及慢阻肺的发生。

关于慢阻肺的诊断,最科学的办法,就是做肺功能检查,即做肺功能的测定。市民一旦有呼吸困难、慢性咳嗽、咳痰,或有接触危险因素者,尤其是吸烟者,均应及早接受肺功能测定。肺功能检查过程并不复杂,是通过专门的医疗设备,来检测人体呼吸时,呼吸道产生的气流速度和气流量,从而了解呼吸功能是否正常的检查技术。肺功能检查不会有任何痛苦,病人只需夹住鼻子、用嘴来

呼吸,按照医生的口令,作呼气和吸气的动作,怎么正常呼吸,怎么深呼吸,怎么吐气。

对慢阻肺稳定期患者的建议:保持室内空气新鲜,每天两次开窗通风。室外温度降低时,外出要戴口罩,因为冷空气可致气道痉挛。慢阻肺患者要保证足够的蛋白质、热量、维生素,还可多食一些滋润润肺的食物、水果。还应做运动时间虽短但运动强度低的有氧运动,如步行、慢跑、太极拳等。 王玫

推荐专家



杜长军 呼吸内科主任
主任医师

从事过急救医学工作,现对呼吸内科常见病、多发病以及疑难病症诊治有较多研究。

专家门诊时间:周一全天、周四上午
咨询电话:18051922006

下周预告

冠心病的优化治疗

主讲:心内三科 黄宜杰
主任医师

时间:4月8日下午3点—4点

地点:医技病房楼二楼
健康大讲堂

冠状动脉粥样硬化性心脏病是冠状动脉血管发生动脉粥样硬化病变而引起血管腔狭窄或阻塞,造成心肌缺血、缺氧或坏死而导致的心脏病,常常被称为“冠心病”。冠心病发病有哪些症状?如何预防冠心病?如何正确有效的治疗冠心病?徐州市中心医院心内三科主任黄宜杰做客健康大讲堂为您讲解冠心病的优化治疗。

获取2014年“健康大讲堂”具体的课程安排,请登录徐州市中心医院官方网站,最新公告栏目。

具体网址:<http://www.xzchcn/html/2014/201402143190.shtml>

江苏省基层适宜卫生技术推广学习班暨淮海经济区影像技术高峰论坛在我院召开

3月29日,江苏省基层适宜卫生技术推广学习班暨淮海经济区影像技术高峰论坛在我院召开。我院党委书记蒋明伟,长沙贝诺诺医院创始人叶义言教授,中华医学会影像技术分会委员刘广月教授,我院放射科主任燕敦华、副主任李德春及来自徐州市及周边地区200余人参加此次学习。

培训期间,授课教师从脊柱全长和下肢全长拼接技术、肠梗阻的放射诊断治疗新技术、肠内营养通道的建立、双能减影的临床应用等方面进行了讲授,通过临床个案讨论、教学互动和影像学图片相结合的方式,将学术问题以生动、形象的方式呈现给学员们。

徐州市中心医院放射科是徐州市医学重点科室,江苏省全科医生规范化培养示范基地、江苏省住院医师规范化培训基地、江苏省医师定期考核机构和淮海经济区基层医疗骨干培训基地,东南大学医学院、



南京中医药大学、徐州医学院临床医院教学点,徐州市放射专业质控委员会主任委员单位。学科医疗设备先进、齐全,包括DR机5台(床边DR机1台)、CR机1台、数字化乳腺钼靶机2台,数字化胃肠造影剂2台。已建立的PACS系统,实现了影像资料的无胶片化及报告和胶片自助打印系统。

目前,该学科在以肠梗阻的非手术治疗、全消化道支架

与胆道支架置入、肠内营养通道的建立和输液港置入为特色专业,兼颌骨关节疾病影像诊断、胸腹部疾病影像诊断、乳腺的微小病变或钙化的术前定位、乳腺的介入治疗、淋巴管疾病的影像诊断与治疗、功能性影像及影像信息化等亚专业全面发展为基础,医教研水平不断提升。

文/徐毓蔓、图/王斯琦

关爱“星星的孩子”

我院举行世界自闭症日义诊

为迎接第7个“世界自闭症日”,倡导“科学干预、合理治疗、平等发展”的世界自闭症日主题,徐州市中心医院儿科、心理门诊于3月30日(周日)上午在门诊病房楼一楼举办了世界自闭症日义诊活动。义诊中

大多是家长带着孩子前来咨询,专家们围绕自闭症的最新研究动态、诊疗方法、行为干预方法等进行讲解,旨在帮助家长更加科学有效地教育和管理自闭症儿童,使其最大程度地融入社会。

认知自闭症:可持续终身的广泛发育障碍疾病

自闭症又称孤独症,近年来发病率逐年上升,人们称这些患有孤独症的孩子为“星星的孩子”。孤独症并非不治之症,及早发现并干预是关键,发现的年龄越小,干预的效果越好。

好。孤独症的症状具有一定的隐蔽性。由于家长对孤独症的概念不清楚,患儿的行为与正常婴儿没有太大区别,容易错过最佳发现及治疗时间。

专家提醒:自闭症患儿的三大症状特征须警惕

市中心医院儿科高翔宇主任医师提醒,目前孤独症没有特效的治疗药物,康复以行为疗法为主,因而家长的配合是孤独症康复的重要组成部分。对于孤独症患儿,家长发现以

下症状后,应该引起重视,及早到正规医院就诊:1、社交障碍、社交交往缺陷;2、患者沉默不语或较少使用语言;3、兴趣范围狭窄以及刻板、僵硬的行为方式。 徐毓蔓

下周预告

“世界帕金森病日”义诊

义诊专家:神经内一科张青山主任医师 神经内二科李传玲主任医师
时间:4月6日上午8:30 地点:门诊病房楼一楼大厅

详情请登录:
<http://www.xzch.cn/html/2014/201402133186.shtml>

下周预告

《小儿便秘的诊治》学习班

我院将于4月12日上午9点开设《小儿便秘的诊治》学习班,由我院小儿外科、儿科、中医科专家讲课,欢迎大家参与。

联系人:杨吉义 小儿外科主任 主任医师 联系电话:15351687129