心肌梗死如何护理

□黄蒙蒙 金寨县人民医院心血管内科

心肌梗死是一种严重的心血管急 症,对患者的生命安全构成严重威胁, 对于心肌梗死患者而言,采取科学有效 的护理措施至关重要,这些措施不仅有 助于他们更好地康复,还能减少并发症 的发生。本文将为心肌梗死患者及其家 属普及护理知识,帮助他们了解心肌梗 死的护理要点,从而促进患者的健康 恢复。

一、心肌梗死的定义

心肌梗死是一种严重的心血管疾 病,通常由冠状动脉的阻塞导致心肌供 血不足所引发。在这种情况下,心肌组织 因为缺血而受到损伤,甚至可能坏死。

心肌梗死的主要症状包括:(1)剧 烈而持续的胸痛或不适感,可能辐射到 颈部、背部、上肢或下巴。(2)呼吸困 难、气短和出汗。(3)恶心、呕吐和腹部 不适。(4)心悸、心跳加快或不规则。 (5)疲劳、乏力和晕厥感。

二、心肌梗死日常护理的重要性

心肌梗死危害严重,可能导致心律 失常、心力衰竭甚至猝死,危及生命。治 疗后,心脏泵血功能受损,增加心力衰竭 风险。患者需要长期药物治疗,并需调整 生活方式,如戒烟、控制饮食、适度运动。 这些变化和调整对患者生活质量有一定

影响,因此,及时治疗和有效护理至关重 要,以减轻病情,提高患者生活质量。

日常护理对心肌梗死患者恢复至 关重要。它可以帮助患者恢复健康,减 少并发症,提高生活质量。通过控制高 血压、高血脂和糖尿病等危险因素,降 低复发风险。同时,护理能及时发现并 处理心律失常、心力衰竭等并发症,减 轻不良影响。此外,日常护理还能改善 患者心理健康,增加社交活动,整体提 升患者的生活质量。

三、心肌梗死的日常护理方法

(1) 遵医用药: 首先, 患者需严格 遵循医生的指导,按时按量服用药物, 切勿随意停药或更改剂量,以免影响疗 效。其次,有些药物可能会产生相互作 用,从而影响疗效或增加不良反应的风 险。因此,在使用其他药物或保健品时, 患者应提前告知医生,以避免药物间的 相互作用。此外,一些药物可能会引起 副作用,如头晕、恶心、便秘等。一旦出 现不适症状,患者应及时告知医生,以 寻求合理的处理方法和建议。

(2)饮食调理:患者应减少盐摄 入,避免水钠潴留导致的高血压和心脏 负担。同时,避免高脂肪和高胆固醇食 物,以降低血液中的胆固醇含量,预防动 脉粥样硬化。建议选择低脂食物,如去皮

禽肉、鱼类和低脂豆类、奶制品。增加蔬 菜、水果和全谷类摄入,以补充纤维,控 制血脂和血糖,减轻体重。饮食应分餐多 次,少量多餐,避免暴饮暴食。此外,烟草 和酒精对心血管系统有害,患者应戒烟 并限制酒精摄入,以减轻心脏负担和保 护血管壁。通过这些措施,可以有效改善 心血管健康,预防疾病。

(3) 适度运动: 心绞痛患者运动前 务必咨询医生或康复师。心功能等级是 医生评估运动强度的关键。美国心脏协 会将心功能分为四级:1级患者适合轻 度活动,如步行、站立和慢速骑行:2级 患者能进行轻至中度活动,但易疲劳、 呼吸急促,建议轻度有氧运动;3级患 者轻度活动后即感不适,应减少活动、 增加休息;4级患者静息状态下也感不 适,需频繁休息,严格限制体力活动,并 在医生指导下康复训练。了解心功能等 级,选择适合的运动,确保健康和安全。

(4)情绪管理:深呼吸、肌肉松弛 等方法能减轻焦虑和紧张,提高心理稳 定性。冥想专注于当下,减少压力和焦 虑。舒缓音乐也有助于放松。同时,保持 社交联系,与亲友分享感受至关重要。 他们的理解和支持能减轻负担,缓解压 力。这些技巧共同帮助管理情绪,提升 整体心理健康。

(5)保持正确作息:患者应当每天都

尽量在相同的时间上床睡觉,并设定固定 的起床时间。这样做有助于调整生物钟, 使身体适应规律的作息时间。同时,确保 卧室环境安静、凉爽且整洁,以创造一个 理想的睡眠环境。在睡前,建立一个放松 的例行公事,例如尝试深呼吸、冥想、泡个 温热浴或听一些放松音乐,这些活动有助 于缓解压力和焦虑,从而更容易入睡。

健康园地

(6)定期随访检查:心肌梗死患者 需要定期接受医生的随访检查。这些检 查通常包括心电图、血压监测以及心脏 超声波检查等,旨在评估心脏功能和病 情的变化。通过定期的检查,医生能够 及时调整治疗方案,以有效控制病情并 预防再次发作。此外,随访期间,医生还 会为患者提供心脏康复方面的专业建 议和指导,包括身体锻炼、药物管理和 心理支持等方面的内容。

心肌梗死的日常护理对于保障患 者的生命安全和促进康复至关重要。通 过本文的介绍,我们了解到心肌梗死的 护理涉及多个方面,包括遵医嘱科学用 药、合理的饮食调理、适度的运动、情绪 管理、规律作息以及定期复诊等。只有 科学、合理地进行这些护理,患者才能 尽快康复,减少并发症的发生,并提高 生活质量。同时,家属和社会的支持也 在心肌梗死患者的康复过程中发挥着 不可或缺的作用。

预防腰椎病,传授正确护理技巧!

□方玉荣 潜山市立医院门诊

腰椎病是威胁人们健康的常见疾病 之一,其成因复杂,症状多样,对人们的 日常生活及工作效率产生了严重影响。 本文将科普腰椎病的日常预防方法,并 介绍正确的护理技巧,以帮助大家更清 晰地了解和应对这一健康问题。

一、腰椎病的概述

腰椎病是骨科常见的疾病类型,它 主要包括由椎间盘退变引起的腰椎间盘 突出、腰椎管及椎间孔狭窄、腰椎椎体滑 脱、关节不稳以及腰椎周围软组织的急 性和慢性损伤等一系列病症。腰椎病的 成因复杂多样,其中劳损、外伤以及年龄 增长等因素均可能对其产生影响。这种 疾病在青壮年群体中较为普遍,并且男 性的发病率相对较高。

二、腰椎病的日常预防方法

1、养成良好的睡觉习惯:密切相 关,因此,养成良好的睡觉习惯对预防腰 椎病至关重要。首先,我们选择睡觉的 床时,应确保床垫的软硬度适中,避免床 垫过软导致长期睡眠中脊柱发生变形。 其次,睡觉时尽量选择横向侧卧的姿势, 这样可以减轻腰椎承受的压力。最后, 在睡觉时,要注意腰部的保暖,防止腰部 受凉引发疼痛。

2、坚持适度的运动锻炼:每天进行 适度的运动锻炼是预防腰椎病的重要手 段。通过适度运动锻炼,不仅能增强腰 部肌肉的力量和耐力,还能提升腰椎的 稳定性,从而减轻腰椎的负担。运动锻 炼的方式多种多样,如游泳、慢走和瑜伽 等,这些运动不仅能锻炼全身的肌肉,还 能对腰部肌肉进行有针对性的训练。

3、保持正确的坐姿及站姿:保持正 确的坐姿及站姿对预防腰椎病也至关重 要。我们在日常生活及工作中应保持胸 部挺直、腰部平直的姿势。长时间久坐或 久站后,应起身活动一下身体,以缓解腰 部压力,避免长时间保持同一姿势,因为 这样做容易导致腰椎承受过大的压力。

4、保持健康的体重:对于体重过重 的人,他们的腰椎负担相对较大,这会加 速腰椎退行性病变的进程。因此,为了预 防腰椎病,保持健康的体重至关重要,应 避免体重过重。通过合理的饮食调理以 及适度的运动锻炼,可以有效控制体重, 避免过度肥胖,从而减轻腰椎的负担。

三、正确的护理技巧

1、患者病情护理:腰椎病患者家属 在日常生活中应密切关注患者腰椎的病 情变化,如疼痛程度、活动受限情况等,

并及时将这些信息反馈给医生。此外, 家属应根据患者的实际情况,协助患者 完成日常生活中的一些活动,如穿衣、洗 漱和用餐等。在患者活动时,家属应提 供必要的支持和帮助,以避免因活动引 起的疼痛加剧伤情。同时,家属应尽量 避免让患者抬举重物,以免加重病情。

2、心理支持:腰椎病患者由于长时 间受到疾病带来的疼痛影响,可能会在 情绪和心理上产生一些不良表现,如易 怒、焦虑等。因此,患者家属应及时给予 患者情感上的支持,日常多鼓励患者,帮 助他们树立积极健康的心态,并引导他 们每天保持乐观的心态面对生活。这不 仅有助于增强患者战胜疾病的信心,还 能让他们更加积极地配合治疗和护理。

3、药物治疗干预:如果腰椎病患者 需要服用药物治疗,在用药期间,患者应 严格遵医嘱用药,不得擅自停药或改变 药物剂量。如果在用药过程中出现任何 不良反应,患者应及时向医生反馈,以便 医生根据具体情况调整用药方案。患者 家属也要密切关注患者的用药情况,只 有按照医生的要求坚持用药,才能更好 地促进腰椎的康复,远离腰椎病的困扰。

4、饮食调理:患者家属在日常应为 患者提供营养均衡的饮食,建议多吃-些富含钙质、蛋白质以及维生素的食物, 同时避免食用辛辣、油腻等刺激性食物, 因为这些食物可能会加重病情。

5、功能锻炼指导:腰椎病患者要想 尽快恢复健康,功能锻炼是不可或缺的。 护士应根据患者的具体病情和身体状 况,制定个性化的功能锻炼方案,并指导 患者正确进行锻炼。在锻炼过程中,护 士会密切关注患者功能锻炼的规范性和 安全性,及时纠正错误的锻炼方式,并根 据患者的锻炼情况和身体恢复情况,适 当调整锻炼强度。患者家属应积极配合 护士,对患者进行功能锻炼的指导,并鼓 励患者坚持锻炼,以提高锻炼效果。

6、健康教育:护士在对腰椎病患者 进行护理时,对患者及其家属开展健康 教育同样至关重要。患者和家属需要深 入了解腰椎保健的正确方法,包括日常 正确的站姿、坐姿以及适宜的运动方式 等。同时,应特别注意患者日常不可过 度劳累。通过健康教育,可以引导患者 和家属养成良好的腰椎保健习惯,从而 有效预防腰椎病的再次发作。

总之,腰椎病是一种常见的健康问 题,对于其预防与治疗,我们需要付出多 方面的努力。患者掌握正确的护理技巧, 将有助于在生活中自主做好腰椎病的预 防,从而远离这类疾病,享受健康的生活。

咳嗽剧烈不易康复 中医如何治疗儿童百日咳

□孙彦丽 芜湖市中医医院儿科

儿童百日咳,是一种由百日咳杆菌引 起的急性呼吸道传染病,也被称作百日咳 症。其主要特征为剧烈的咳嗽,严重影响 患儿的生活质量和康复进程。中医作为 我国传统医学的确实,在治疗儿童百日咳 方面积累了丰富的经验,并展现出显著的 疗效。本文将介绍中医如何治疗儿童百 日咳,帮助广大家长更好地了解和应对这 一疾病,从而提高患儿的康复效果。

一、从中医角度说明百日咳的发病 机制和病因

从中医的角度来看,百日咳作为一 种由百日咳杆菌引起的急性呼吸道传染 病,其发病机制和病因可以解释如下:

(1)发病机制:百日咳的发病机制 与中医理论中的"外感邪气入侵"紧密相 关。根据中医观点,百日咳主要由外邪 (加风邪 执邪) 入侵肺经所致 这些邪气 阻滞了肺气的正常运行,导致肺络失调, 进而影响了津液的流通。因此,肺腑失 去滋润,咳嗽变得剧烈且干咳,同时可能 伴有喉咙疼痛等症状。

(2)病因:中医认为,百日咳的病因 主要包括以下几个方面:

第一、外感风邪:百日咳多发生于春 季和夏季,这与风邪易在此时侵袭人体 相关。风邪入侵肺经,导致肺失宣降功 能,从而引发咳嗽症状。第二、不良生活 习惯:不合理的饮食习惯、过度劳累、情 绪波动等不良生活习惯会削弱人体的抵 抗力,使百日咳病邪更易侵袭。第三、脾 胃虚弱:中医视脾胃为人体的后天之本, 脾胃功能虚弱会导致津液运化失常,使 得身体更易受到外邪的侵袭。第四、情 绪因素:中医强调情志与疾病之间的紧 密联系,长期的悲伤哀思、忧虑恐惧等不 良情绪会损伤脏腑气血,降低人体的抵 抗力,从而容易诱发百日咳。

二、中医治疗儿童百日咳的方法

中医可以作为辅助治疗儿童百日咳

的有效手段,以下是常用的中医治疗方 法及其适应证和注意事项:

(1)中药内服:内服中药通过调理人 体内部环境,增强抵抗力,可以改善咳嗽频 繁、喉咙疼痛、痰液黏稠等症状。然而,在

使用内服中药时,家长需注意以下事项: 1、中药内服应由专业医师根据患儿 的病情和体质来开具合适的药方,确保

剂量和用法正确。 2、在儿童接受中药内服治疗期间, 家长需配合饮食调理,避免儿童食用辛

辣、油腻等刺激性食物,以免影响药效或

3、家长在给儿童使用中药时,应密 切观察药物可能产生的不良反应,如过 敏等,一旦发生不良反应,应立即停止使 用,并及时咨询医生的意见。

(2)中药外敷:外敷中药可以通过 贴敷或搽抹在相关穴位或部位,起到活 血化瘀、祛风止痛的功效,可改善咳嗽剧 烈、胸闷等症状。然而,在使用中药外敷 时,需要注意以下事项:

1、中药外敷应选择适合儿童使用 的剂型,避免对儿童皮肤造成过度刺激。

2、使用中药外敷时,应严格遵循医 生的建议,并按照正确的使用方法和频 次进行操作。

3、注意观察儿童的皮肤是否出现 不适或过敏反应。一旦发现不适或过敏 反应,应立即停止使用,并及时咨询医生 的意见

(3)中药熏蒸:中药熏蒸可以利用 草药的挥发性成分通过吸入作用起到法 风散寒、通络止咳的作用,可改善咳嗽频

繁、喉咙干燥等症状。注意事项包括:

1、在进行熏蒸过程中,务必确保儿 童的安全,熏蒸设备应放置在儿童无法 触及的地方,操作时要小心谨慎,避免烫 伤或发生其他意外事故。

2、控制好熏蒸时间和浓度,避免过 度刺激呼吸道。长时间或过高浓度的熏 蒸可能对儿童的呼吸道产生不良影响。 建议根据儿童年龄和体质,选择适宜的

熏蒸时间和草药浓度。 3、对于有过敏史的儿童,使用中药

熏蒸时需谨慎。某些中草药可能引发过 使用并就医。

敏反应,一旦出现过敏症状,应立即停止 本文主要介绍了中医药在治疗儿童

百日咳方面的应用。首先,我们从中医 理论的角度解释了百日咳的发病机制和 病因,为中医药治疗提供了依据。其次, 我们详细介绍了中医药常用的治疗方 法,包括中药内服、中药外敷、中药熏蒸 等,每种方法的适应证和注意事项都有 详细说明。需要强调的是,中医药治疗 儿童百日咳应在医生指导下进行,遵循 个体化的治疗方案。同时,中医药治疗 仅作为辅助治疗手段,不能替代现代医 学的诊断和治疗。通过本文的介绍,相 信读者对中医药治疗儿童百日咳有了更 深入的了解,希望能为广大家长提供指 导和帮助,促进儿童百日咳的康复和预 防工作。同时也希望社会各界加强对中 医药的认识和支持,共同推动中医药事 业的发展。

怀疑自己有痛风,该去医院做什么检查,什么人该做尿酸检查

□王霞 岳西县医院检验科

痛风是一种由于尿酸盐结晶在关 节和其他组织中沉积而引起的炎性关 节炎,严重影响患者的生活质量,本文 带您了解痛风的相关知识。

一、引发痛风的因素有哪些?

不良的饮食习惯

高嘌呤食物:经常食用牛肉、猪肉、 羊肉等富含嘌呤的食物,如虾、蟹、贝类 等海鲜,以及动物内脏,会增加体内尿 酸生成

酒精:啤酒中含有大量嘌呤,而酒 精会干扰肝脏对尿酸的代谢,从而大大 增加血尿酸水平

饮料:含糖量比较高的饮料和果 汁,会大大增加尿酸生成的可能性。

肥胖:会导致体内嘌呤代谢增加, 进而引起尿酸生成过多。

代谢综合征:高血压、高血糖、高脂

血症等都与高尿酸血症有密切关系。 遗传

家族病史:家族中有人患有痛风, 其后代患痛风的概率会比较高。

性别和年龄

男性患痛风的概率普遍高于女性, 特别是在30岁至50岁的年龄段,男性的 患病概率尤为显著。此外,随着年龄的增

药物的作用 长期使用利尿剂、免疫抑制剂、低

剂量阿司匹林等药物会干扰尿酸的正

常排泄,从而导致血尿酸水平升高。 慢性疾病

肾功能不全、糖尿病以及高血压等 疾病都会在一定程度上导致尿酸水平 升高,进而诱发痛风。

脱水会导致血液中尿酸浓度升高,

从而增加痛风的发病风险。

手术创伤

手术创伤会导致代谢发生改变,可 能增加尿酸的生成或减少其排泄,进而 诱发痛风。

体重变化 快速的体重变化会在一定程度上干

扰尿酸代谢,从而增加痛风发作的风险。 不良的生活方式

久坐不动和长期处于高压力状态 都会在一定程度上影响身体的代谢功

能,进而导致尿酸水平升高。 二、痛风的症状

关节剧烈疼痛:痛风最常见的发作

部位是大脚趾,且通常在夜间症状更为

明显,此外,踝关节、膝关节、手指关节

和手腕关节也可能出现疼痛症状。 关节红肿:受累关节会出现红肿、 发热和极度敏感的现象,触碰或移动关

节时会引发剧痛,皮肤外观可能呈现发 红或发紫,类似感染的症状。 发热:在急性痛风发作时,患者可

能会出现低热,甚至高热的症状。 活动受限:由于疼痛和肿胀的影

限制,从而影响患者的日常活动。 三、如果怀疑自己得了痛风,去医 院需要检查的项目有哪些?

血尿酸检测:能够测量血液中尿酸 的浓度,通过这一检测可以进一步判断 是否有高尿酸血症。

关节液分析:通过检测关节液中的 尿酸盐结晶,可以确诊痛风。

血常规和炎性指标:能够评估身体 的炎症状况以及总体的健康状况。

尿液分析:能够检测尿液中的尿酸 水平,可以评估尿酸的生成和排泄 情况。

影像学检查:

X 光检查:用于观察关节的结构 变化,特别是在慢性痛风病例中,能够 显示关节侵蚀和痛风石的形成。

超声检查:通过检测关节周围的尿 酸盐结晶沉积,可以实现较好的早期诊

双向 CT 检查:是一种更高级的影 像技术,可以清晰地显示尿酸盐结晶的 分布,能准确诊断痛风。 代谢综合征筛查:通过血液检测、 血压测量和体重指数(BMI)计算等手

段,可以评估患者是否存在与痛风相关 的代谢综合征,如肥胖、高血压、糖尿病 和高脂血症等。 肾功能检查:通过血液和尿液检

四、尿酸检测的适用人群

测,可以对肾脏功能进行评估。

有痛风症状的人:突发且剧烈的关 节疼痛,常见于大脚趾、脚踝、膝盖等部 位,表现为关节红肿、发热和极度敏感 对干反复发作的关节炎症状,尿酸检测 有助于确诊痛风,并指导进一步的

有高尿酸血症风险的人:早期筛查 和检测有助于及时发现高尿酸血症,从

而预防其相关并发症的发生。 肥胖和代谢综合征患者:肥胖和代 谢综合征患者更容易患上高尿酸血症, 因此定期检测尿酸水平对于管理和预 防痛风至关重要。

饮食习惯不健康的人:饮食习惯不 健康的人群容易导致尿酸水平升高,因 此通过尿酸检测可以及时发现并帮助 他们调整饮食和生活方式。

长期服用特定药物的人:长期服用 利尿剂、免疫抑制剂、低剂量阿司匹林 等药物会导致尿酸水平升高,因此定期 监测尿酸水平可以帮助预防这些药物 引起的高尿酸血症和痛风。

慢性肾病患者:慢性肾病患者容易出 现高尿酸血症,因此通过尿酸检测可以帮 助更好地管理肾病,并防止尿酸水平过高 可能引发的痛风和进一步的肾损伤。

管疾病患者:通过尿酸检测能够综合评

高血压、冠心病和心力衰竭等心血

估其健康状况,为制定更全面的治疗方 出现肾结石症状的人:尿酸结石是 常见的肾结石类型,通过尿酸检测能够

帮助医生确定结石类型并指导治疗。

出现不明原因的关节疼痛、肿胀的 人:尿酸检测有助于排除或确诊痛风作 为关节症状的原因,从而避免误诊的

健康体检或定期健康评估的人群: 部分,有助于早期发现高尿酸血症,从 而预防相关疾病的发生。

总之,痛风是一种常见且令人痛苦 的疾病,通过及时检查和治疗,能够有 效控制和预防其发作。如果怀疑自己可 能患有痛风,应尽早就医进行尿酸检测 和相关检查。

肛周脓肿需及时治疗,千万别拖延

□李黎 宿州市中医医院肛肠科

肛周脓肿是一种常见的肛肠疾病, 它会给患者带来极大的不适,导致坐立 难安,严重影响患者的正常生活。对于 肛周脓肿,多数医生会建议患者进行及 时治疗,避免其病情恶化。然而,有些患 者在患病后可能对治疗方法产生排斥 心理。那么,为什么肛周脓肿需要及时 治疗呢?接下来我们一起来了解一下。

一、什么是肛周脓肿

肛周脓肿是一种发生在肛门直肠周 围的感染性疾病,通常出现在肛门或肛管 等部位,主要由细菌感染引起。这个病症 在男性和儿童中较为常见。如果不能迅速 采取治疗措施,感染可能加重、扩散蔓延, 逐渐形成肛瘘,甚至可能引发感染性休 克,对患者的生命安全构成严重威胁。

二、形成肛周脓肿的原因

肛周脓肿常见的发病诱因主要包 括:食用辛辣刺激食物、饮酒,以及腹泻、 便秘、外伤、手术等导致的肛周组织损 伤,还有患者免疫力低下等因素。当发生 腹泻时,由于排便次数增多,可能导致肛 管和肛腺的损伤。同时,腹泻患者粪便中 的有害细菌数量会大大增加,而且腹泻 本身也可能降低患者的免疫力,因此腹 泻患者更容易出现肛周脓肿。

三、肛周脓肿的常见表现

肛周脓肿是一种急性化脓性疾病, 其主要症状表现为肛门周围皮肤的红 肿、发热、疼痛,以及感染区域内皮肤的 潮红和肛门周围的肿块。由于肛门周围

末梢神经分布密集,一旦感染导致脓液 聚积,这些神经就会受到刺激,引发剧 烈且持续性的疼痛,这种疼痛通常难以 通过药物缓解。当脓肿的位置较高时, 患者可能会感到肛门坠胀,但疼痛可能 不太明显。而如果脓肿位于肛门的前 侧,则可能会影响排尿,导致排尿困难。

四、肛周脓肿的治疗

治疗肛周脓肿主要依赖手术方法。 一是切开排脓引流术,以防止感染进一 步扩散,但需要注意的是,部分患者在 接受切开排脓后可能会形成肛瘘。二是 脓肿根治术,该手术通过充分切开创口 以排出脓液、清除局部坏死组织,并在 术后进行换药和抗感染治疗直至痊愈。 目前,肛肠科主要采取腰麻下脓肿根治 术,术后通过洗液坐浴、专科膏药、中药 口服和可见光照射等多手段治疗肛周 脓肿,结合中医护理技术,如耳穴压豆、 艾灸等,以促愈合、防便秘,效果显著。

五、为什么肛周脓肿要及时治疗?

(一)肛周脓肿的危害 肛周脓肿早期症状通常表现为肛

周持续性剧痛,如果不及时治疗,可能 会引发多种并发症,甚至威胁到患者的 生命安全。

1、易致化脓性感染:肛瘘自行康复 可能性极低,伴随高风险。肛瘘一旦发生 化脓性炎症,患者将承受剧烈疼痛。若肛 门溃烂导致脓液渗透至内衣,会刺激周 围皮肤,引发肛门区域剧烈的瘙痒。长期 如此,患者身体虚弱、消瘦,抗病能力下

降,且病情易反复发作、持续感染。

2、肛门瘘管病变的情况有所恶 化:如果肛瘘频繁复发,脓性分泌物可 能透过管道的壁侵入括约肌的间隙,扩 散并形成多个复杂的肛门瘘管。这种情 况不仅使治疗过程变得艰难,同时还会 对肛门正常的生理功能造成不良影响。

3、癌变风险:实际上,肛瘘等疾患通 常具有多发性,它们可能导致形成诸如直 肠阴道瘘、直肠尿道瘘和直肠膀胱瘘等复 杂病变,进而威胁到周边器官的健康。长 期未得到有效治疗或治疗不当的慢性肛 瘘患者,还存在发展成癌症的风险。

4、肛门失禁:一旦形成肛瘘,若不 及时进行治疗,可能会严重损害肛门括 约肌的功能,进而导致肛门无法自控等 一系列并发症的出现。

(二)肛周脓肿不能自愈

很多人认为肛周脓肿会自愈,但实 际上这是不可能的。细菌感染是一个严 重的问题,因为细菌的繁殖速度非常 快。直肠壁内自身会分泌少量液体,这 实际上会加重原有的脓液。此外,当粪 便进入肛管时,可能会留下病菌在肛管 中,从而增加复发的可能性。

(三)药物治疗只在初期使用有效

许多肛周脓肿患者因惧怕手术而 选择保守治疗,如使用抗生素、抗炎药 物或外用消炎消肿药物。然而,这种治 疗方法往往会拖延病情,导致错过最佳 的治疗时机,最终可能发展为肛瘘甚至 引发肛门失禁。

六、肛周脓肿的预防方法

我们应在日常生活中主动进行体 育锻炼,以提升身体素质,促进血液流 通,并增强特定部位对疾病的抵抗力, 从而避免感染。以下是几点预防建议:

1、保持肛门附近皮肤的干净与卫 生,每日坚持用温水彻底清洁肛门及其 周边区域。在挑选内裤面料时,应选择 质感柔滑、透气性强且吸湿能力优越的 纺织品,并养成经常清洗和更换内衣的

良好习惯。 2、养成良好的排便习惯,最好是 晨起排便,因为一夜睡眠后肠胃蠕动加

快,有助于更顺利地排除体内废物。 3、合理膳食,多吃新鲜蔬果,特别 是富含纤维的绿叶蔬菜,有助于肠道蠕 动和软化粪便。腹泻或大便不成形者需 特别注意,以防稀便进入肛隐窝诱发感 染。同时,少饮酒、少吃辛辣油腻食物, 预防腹泻和便秘。

4、选择擦拭肛门的纸应确保其柔 软、干净,避免使用质地粗糙、卫生条件 差的材料。

总的来说,了解肛周脓肿的相关知 识是至关重要的,这不仅可以丰富我们 的知识库,还能提高我们的生活质量。

