过敏那些事儿

□何艳 蚌埠市第三人民医院呼吸科

我们身边有这样一群人，这不能吃那不能吃，这不能碰那不能碰，稍不注意就出现全身瘙痒、打喷嚏、咳嗽等症状，严重的还会出现呼吸困难危及生命。过敏性疾病影响了约30%的人群，全球范围内约有4亿人患有过敏性鼻炎，3亿人患有哮喘，2.5亿人有食物过敏的经历。过敏性疾病已被世界卫生组织（WHO）列为最常见的六大慢病之一，成为21世纪重点研究和防治的疾病。

一.什么是过敏？

我们的身体就像一座城堡，免疫系统是个忠诚的卫士，他负责时刻保护我们的城堡，不受外界病菌的侵害。正常情况下，免疫系统能精准识别真正的敌人，比如病毒、细菌等然后发起攻击。但过敏体质的人，免疫系统就像一个过于敏感的卫士，把一些对大多数人无害的物质，比如空气中飘来的花粉或者一块美味的花生饼干，当成了危险分子，从而引起一系列免疫反应，这就是过敏。这种引起过敏反应的物质，我们称之为过敏原。

二.过敏原有哪些？

我们生活中接触的所有物质都是潜在的过敏原，在一定的条件下都可以导致过敏。包括：

1.**吸入性过敏原**：根据引起过敏反应的时间特点分为常年性和季节性。常年性主要以室内过敏原为主，如尘螨、霉菌、动物皮毛屑、油烟等。季节性过敏原主要以植物花粉为主，发病时间有明显的季节性。

2.**食入性过敏原**：引起过敏的常见食物包括鱼虾蟹、奶制品、鸡蛋、小麦、大豆、花生、坚果等。

3.**接触性过敏原**：护肤品、染发剂、油漆、冷空气、紫外线、洗洁精等。

4.**药物性过敏原**：青霉素、头孢、阿司匹林等。

三.过敏性疾病有什么症状？

常见的过敏性疾病包括过敏性鼻炎、过敏性哮喘、过敏性结膜炎、特应性皮炎、荨麻疹、接触性皮炎、过敏性紫癜、药物过敏、食物过敏、严重过敏反应（过敏性休克）等等。过敏原可以通过多种途径进入人体，而免疫系统遍布全身，因此发生过敏的时候，不同的人会在全身不同部位发生各种不适，常见的过敏症状包括：

1.**皮肤**：瘙痒、红肿、风团等特应性皮炎或者荨麻疹的症状。

2.**眼部**：眼睛红肿发痒、眼泪汪汪等过敏性结膜炎的症状。

3.**呼吸系统**：流鼻涕、打喷嚏等过敏性鼻炎的症状；咳嗽、胸闷、气喘等过敏性咳嗽、过敏性哮喘的症状，严重的哮喘发作、喉头水肿会引起呼吸困难甚至窒息，是十分危险的，需要立即救治。

4.**消化系统**：恶心、呕吐、腹痛、腹泻。

5.**循环系统**：胸闷、心慌、心率加快等，严重时还可能会出现过敏性休克等症状。

四.如何确定过敏原？

临床检测过敏原主要有两种方法：过敏原皮肤试验（体内试验）和血清特异性IgE检测（体外试验）。体内代表性试验为皮肤点刺试验，将过敏原制剂滴在患者前臂内侧皮肤上，用特制的点刺针在皮肤上做点状刺伤，使过敏物质与人体接触，阳性者可引起局部红晕或皮疹，从而找出过敏原，一般适用于5岁以上且配合良好的患儿。血清特异性IgE检测是最常用的体外检查方法，通过抽血检测血清中某种过敏原特异性IgE水平，判断机体是否对该物质过敏。这种方法操作相对简单快捷，安全性较高，无论是处于过敏期还是非过敏期都可以进行检测。

五.如何预防和治疗过敏？

1.**患者宣教**：通过对患者的教育，过敏性疾病知识得以普及，让患者了解过敏性疾病，及时进行预防和治疗。

2.**避免接触过敏原**：寻找自己的过敏原，除检测还可以通过平时生活的观察。日常避免接触刺激性物质、过敏原，出门可戴口罩，少去吸烟及空气流通不畅的地方，外出回到家要更换衣物，洗手，洗脸，清洗鼻腔。如果有食物过敏，要仔细阅读食品标签，避免摄入含有过敏原的食物。枕头、床单、被褥等要经常清洗晾晒。

3.**健康的生活方式**：保持健康的生活方式有助于减少过敏的发生。适当锻炼可以增强免疫力，但要避免在过敏原高浓度的环境中运动；保持良好的作息，避免过度疲劳；饮食均衡，多食富含维生素C和矿物质、蛋白质的食物，有助于维持免疫系统的正常功能。

4.**药物治疗**：一般使用抗组胺药物、激素类药物，可以短期减缓过敏症状，但停药后易复发，治标不治本，长期使用还可能有副作用。另外一种是脱敏治疗，要在医生的指导下进行。如果反复发生过敏，常规治疗效果欠佳，还可以考虑使用生物制剂进行治疗。

过敏很复杂，与我们的生活环境息息相关，可以说是一种生活疾病。通过深入了解过敏，采取有效的预防措施和治疗方法，我们可以更好地管理过敏，享受健康的生活。如有过敏疑虑，建议及时咨询医生，获取专业建议。

小气泡，大作用：

右心声学造影如何揪出心脏“隐藏漏洞”？

□范明贞 合肥京东方医院超声医学科

在心脏疾病的诊断中，一些较为细微的结构异常或者功能障碍常被隐藏在复杂的生理机制之下，难以被常规的检查手段所发现，这些“隐藏漏洞”极可能成为潜在的健康隐患，甚至引起更加严重的后果，并且心脏作为人体最为重要的器官之一，其健康状况也直接关系到生命质量。右心声学造影作为一种前沿的检查技术逐渐在心脏疾病的临床诊断领域内发挥着重要的作用，下面本文就为大家详细介绍此技术如何揪出心脏的隐藏漏洞。

一、右心声学造影如何揪出心脏的隐藏漏洞

右心声学造影是借助直径大于肺毛细血管的微气泡，这些微气泡无法通过肺毛细血管网，因此在正常情况下通常也不会进入左心系统。当造影剂经过外周静脉注射之后，微气泡会伴随着血液逐渐进入至右心室、右心房以及肺动脉当中，此时若存在心内异常情况，例如卵圆孔未闭、房间隔缺损等，则会导致微气泡从右心系统直接流入至左心系统，也就是右向左分流，并且在超声心动图上显影，从而诊断或者排除肺内、心内右向左分流相关疾病，及时揪出心脏所存在的“隐藏漏洞”。

二、右心声学造影在临床上的具体应用

诊断卵圆孔未闭：卵圆孔未闭属于一种常见的先天性心脏缺陷，可能会导致血液在患者心房之间异常分流，而右心声学造影则可以结合相关试验，以显著提升卵圆孔未闭的检出率，在检查过程中，当微气泡进入左心房的时候，超声心动图则能够对此过程进行清晰的捕捉，从而进行明确诊断。

诊断房间隔缺损：房间隔缺损会导致人体血液从左心房向右心房进行分流，而右心声学造影则可以通过对微气泡从右心房进入左心房的情况展开观察，来辅助诊断，并且此种方法不仅可以对分流的存在进行确认，还便于进一步评估分流的方向与大小。

诊断肺动静脉瘘：此疾病是一种较为罕见的血管疾病，会导致血液从肺动脉逐渐进入至肺静脉当中，绕开肺泡进行气体交换，而右心声学造影则可以对肺动静脉瘘的位置以及存在进行显示，在微气泡通过肺动静脉瘘进入至左心系统时，通常情况下会在右心显影约5个的心动周期后左心系统才显影，此种迟发的左心系统显影也是诊断肺动静脉瘘的典型图像特征。

术前评估与术后复查：在进行先心病封堵术之前，右心声学造影可以精准定位异常通道，从而为手术提供必要性指导，并且在术后即刻评估封堵效果，便于确保手术的成功，避免二次手术的情况发生。

其他应用：右心声学造影还可对右心腔的大小、有无占位性病变以及室壁厚度等进行评估，并且帮助诊断心房反位以及大动脉转位等较为复杂的先天性心脏病。

三、右心声学造影的操作方法

患者准备：患者通常需要卧床，取半卧位或者右侧卧位，此种体位便于超声探头更好地接触胸部，从而降低干扰，并且也能够让患者在检查过程中保持较高的舒适度。同时还要注意将患者的胸部充分暴露，以便于超声探头可以自由移动，从而获取清晰的图像。此外在检查前还要对患者的病史进行详细询问，包含心脏病史、过敏史以及呼吸系统疾病等，从而精准评估患者是否适合展开右心声学造影。

超声探头放置：医生会在患者的胸部皮肤上涂抹一层耦合剂，通常为无色透明的凝胶，其耦合剂的作用主要是为了减少超声波在探头与皮肤之间的散射与反射作用，从而保证超声波可以顺利穿透皮肤进入体内。之后结合检查的具体部位进行探头放置位置的确定，例如胸骨旁位、心尖位、剑突下位等，从而保证全方位对心脏结构以及功能进行评估。

造影剂注入：造影剂通常是由空气和生理盐水所混合而成，会形成微小的气泡，医生会通过肘静脉或上肢外周静脉，将一定剂量的造影剂注入患者的血液循环当中，这些微泡会伴随着血流以迅速到达右心腔。

超声检查：在注入造影剂之后，医生会使用超声探头所发出的高频声波，并接收它们的回波从而生成图像，这些声波在遇到组织以及液体时会产生反射，并且超声设备还可依据回波的强度以及时间延迟生成图像，以提供更加清晰的图像分辨率，便于观察微小的结构以及流动情况。

分析和评估：医生结合所得到的数据以及图像，对右心腔的形态、大小以及心功能等指标进行分析，并且对造影剂在心脏当中的流动情况进行观察，以进一步评估心脏是否存在异常。

总的来说，右心声学造影以其高度的敏感性与独特的成像原理在心脏疾病的诊断中发挥着不可替代的作用，通过注入微小气泡可以发挥极大作用，能够揪出那些隐藏的心脏结构细微异常，从而为临床医生提供更精准的诊断依据，为更多心脏病患者带来更好的健康保障。

别让肝炎悄悄“伤肝”，日常预防指南请收好

□储安良 岳西县医院感染科

说起肝炎，不少人第一反应是这个听起来有点吓人，但你知道吗，全球每年有上亿人感染各种类型的肝炎，其中很多人自己都不知道！肝炎就像一个戴着隐身斗篷的潜行者，不声不响地潜伏在你的生活里，一旦发作，伤的就是你的沉默器官——肝脏。 今天，就轻松读懂肝炎是怎么回事，如何防患于未然，做到科学防护不焦虑，健康生活不踩雷。

一、什么是肝炎？

肝炎就是肝脏发生炎症，其可能是病毒入侵的锅，也可能是你自己作出来的（比如酗酒、乱吃药）。病毒性肝炎最为常见，其中乙型肝炎和丙型肝炎是人群中的隐形选手，传播力强，隐匿性高，很多患者在早期几乎没有症状，却可能在多年后发展为肝硬化、肝癌。

常见肝炎类型：（1）甲型肝炎：通过粪口传播、污染食物水源，多为急性，治愈率高；（2）乙型肝炎：通过血液、性接触、母婴传播，慢性风险高；（3）丙型肝炎：通过血液传播，无疫苗但可治愈，易慢性化；（4）丁型肝炎：需依附乙肝病毒传播，乙肝防住它就没机会，叠加感染更严重；（5）戊型肝炎：通过粪口传播、食物污染，妊娠期风险高。所以，肝炎≠只吃不好，而是吃不了了。防患于未然，才是真正的养肝之道。

二、肝炎潜伏战术大揭秘

肝炎最让人头疼的一点是特别会演戏，早期常常悄无声息，顶多给你几个不明显的小暗号，比如乏力、食欲不振、轻微恶心，很多人都以为是熬夜、上火或者吃太油造成的，根本不会往肝炎上想。部分肝炎患者甚至几十年不出现明显症状，直到发展为肝硬化甚至肝癌才被发现，堪称内卷型选手中的隐藏王者。

所以如果你属于以下高风险人群，建议每年做一次肝功能和病毒筛查：第一家族中有乙肝或肝癌病史；第二曾经输血或动过手术；第三经常接触血液产品（如医务人员）；第四有不洁性生活史；第五长期酗酒、服用中草药或保健品。

三、日常护肝指南，请收好！

预防大于治疗这句话在肝炎这件事上体现得淋漓尽致，那么如何在生活中做到呢？

（1）肝炎疫苗：目前有乙肝疫苗、甲肝疫苗、戊肝疫苗，其中乙肝疫苗尤其重要，我国新生儿乙肝疫苗接种率已达90%以上，但很多80后、90后的成年人未必打过，可以做一个乙肝五项检查，如果没有抗体，可以及时补种！

小贴士：有些人虽然小时候打过乙肝疫苗，但体内抗体已下降，也可以考虑打加强针。

（2）饮食讲究点，肝脏轻松点：肝脏不是重口味控，其最爱的是清淡饮食，避免暴饮暴食、油腻辛辣、长期摄入高脂高糖食物，可减轻肝脏代谢负担。

肝脏的好朋友：绿叶蔬菜（富含抗氧化剂）；牛奶、鸡蛋（优质蛋白）；粗粮、豆类（促进肝细胞修复）；柠檬水、枸杞茶（适量饮用）。

肝脏的敌人：烧烤、油炸、腌制食品；酒精（尤其是空腹喝）；来路不明的保健品。

（3）洗手+洁食：甲型肝炎、戊型肝炎的绝缘体：甲肝和戊肝主要通过脏手传播，比如没洗手就吃东西、吃了被污染的贝类或路边摊，记住不干不净吃了没病，那是运气！别让肝脏为你赌命。

要点回顾：饭前便后勤洗手；吃海鲜一定要煮熟；尽量少吃街头小摊；水源不干净不要喝，开水是你的好朋友。

（4）谨慎用药，别让肝药伤肝：很多人一生病就百度一搜、药店一拿，但其实不少药物对肝脏有损害，特别是某些抗生素、中草药、解热镇痛药等，如果长期服用，请务必遵医嘱！

常见肝毒药物举例：对乙酰氨基酚（退烧药）、红霉素类抗生素、某些中成药含马兜铃酸。

（5）安全生活方式，从源头断传播：乙型肝炎和丙型肝炎主要通过血液、性接触、母婴传播，以下几点尤为重要：不共用剃须刀、牙刷等个人物品；避免不必要的输血和侵入性操作；使用安全套，避免高风险性行为；乙肝妈妈应尽早做母婴阻断处理。

四、肝炎≠不可治！早发现是关键

乙肝、丙肝并不是绝症，现代医学的发展已大大提高了治疗率，乙肝虽不能彻底根除，但通过规范服药、监测病毒，可以和平共处，已经有部分患者经规范治疗，已能达到临床治愈；丙肝则已有直接抗病毒药物，治愈率高达95%以上。关键是早发现、早治疗，所以，别等肝报警了再后悔，趁现在身体还有选择权，去做一个简单的肝功能体检吧。

五、送你一份“护肝口诀”

打疫苗，防病毒；饮食清淡多绿蔬；洗净双手防脏污；乱吃乱喝不靠谱；体检筛查要关注；肝好人旺没负担！

总之，肝炎并不可怕，可怕的是我们装没看见，其可以潜伏数年，也可以在防护不当时突然恶化，但只要你行动起来——查抗体、打疫苗、注意饮食健康卫生，肝炎就无法乘虚而入。肝脏不像心脏那样怦怦跳，也不像胃那样会喊饿，其总是默默无闻，却承载着生命中最重要的代谢任务，所以我们要保护它，不让它被悄悄伤害。

超声波跨界应用 从肿瘤治疗到工业清洗的革新

□许霞 蚌埠市第五人民医院

在医疗领域，超声波常被用于胎儿监测或超声影像检查，但鲜为人知的是，它早已跨界成为肿瘤治疗的“无创手术刀”；而在工业界，超声波清洗技术凭借其高效、环保的特性，正在重塑精密制造的清洁标准。从人体组织到金属零件，超声波正以独特的物理特性掀起一场技术革新。

一、医疗领域的精准打击：超声波如何“粉碎”肿瘤？

1.肿瘤治疗的“热效应+空化效应”双保险

超声波治疗肿瘤的核心机制包括热效应和空化效应。以高强度聚焦超声（HIFU）技术为例，其通过将超声波能量聚焦于肿瘤病灶，使局部温度瞬间升至60℃以上，直接导致癌细胞蛋白质变性坏死。这种“热消融”技术已经广泛用于肝癌、前列腺癌等实体肿瘤的治疗。

临床数据显示，HIFU技术治疗前列腺癌的活检阴性率超过80%，且97%的患者前列腺特异性抗原维持在低水平。香港大学医学院引入的亚洲首台超声波组织碎化仪，更通过微泡空化技术实现了肝癌组织的“原位粉碎”，手术时间仅需要10分钟，术后患者当晚即可进食。

2.纳米技术与药物递送的“精准制导”

超声波的机械效应还能与纳米技术结合，实现药物的精准递送。例如，包裹化疗药物的纳米微泡可通过静脉注射进入人体，待其聚集在肿瘤部位后，医生利用超声波击碎微泡，释放药物。这种“超声引导的微泡空化”技术可显著提高药物在肿瘤组织中的浓度，同时减少对正常组织的损伤。

研究显示，该技术可使肿瘤部位的药物浓度提升3-5倍，尤其适用于对传统化疗不敏感的耐药性肿瘤。未来，超声波与基因治疗、免疫治疗的联合应用，或将为癌症治疗开辟新路径。

3.血管修复的“隐形手术刀”

超声波在心血管领域的应用同样令人瞩目。针对冠状动脉重度钙化斑块，医生可将末端装有冲击波发生器的导管送入病变血管，利用超声冲击波破碎斑块，为后续支架植入创造条件。这一技术特别适用于传统球囊扩张术难以处理的复杂病变。

然而更有趣的是，超声冲击波还能刺激心脏组织释放生长因子，促进新血管形成，改善心肌代谢功能。这种“治疗+修复”的双重作用，为冠心病患者提供了更安全的治疗选择。

二、工业清洗的“绿色革命”：超声波如何重塑精密制造？

1.微观世界的“清洁风暴”

超声波清洗的原理基于“空化效应”：当超声波在液体中传播时，会形成数以万计的微小气泡，这些气泡在声压变化下迅速膨胀和破裂，产生高压冲击波和高速微射流。这种“微观爆破”可深入零件的微小孔隙、盲孔和复杂结构，彻底清除油污、切削液和氧化层。

2.金属加工的“质量守护者”

在金属加工领域，超声波清洗技术已成为精密制造的标配。例如：

航空航天领域：航空发动机叶片的微小孔道需承受极端高温高压，任何残留杂质都可能导致灾难性后果。超声波清洗可确保孔道内壁清洁度达到纳米级，延长叶片使用寿命。

医疗器械生产：植入式医疗器械对清洁度要求极高。超声波清洗可去除不锈钢、钛合金表面的有机污染物和金属微粒，避免术后感染风险。

半导体制造：晶圆表面的微米级颗粒会影响芯片良率。超声波清洗配合超纯水，可实现晶圆表面零颗粒残留。

3.环保与效率的“双赢选择”

与传统清洗方式相比，超声波清洗具有显著优势：

节能环保：清洗过程仅消耗电能，无需强酸强碱，废液处理成本降低60%以上。

适应性强：通过调整超声波频率（17-200kHz）和功率，可针对不同材质（如铝合金、不锈钢、陶瓷）和污垢类型（如油污、锈迹、抛光膏）优化清洗效果。

三、跨界融合的未来：超声波技术的无限可能

1.医疗与工业的“技术互鉴”

超声波在医疗和工业领域的应用虽场景不同，但技术原理高度相似。例如：

医疗领域的HIFU技术强调能量的精准聚焦，工业清洗则注重能量的均匀分布。两者在换能器设计、声场控制方面的经验可相互借鉴。

纳米微泡在药物递送中的应用，启发了工业界开发新型清洗剂载体，通过微泡爆破增强去污能力。

2.新兴领域的“蓝海探索”

生物医学：超声波已用于促进干细胞分化、打开血脑屏障等前沿研究，未来或可实现脑部肿瘤的无创治疗。

新能源领域：锂电池极片清洗对清洁度要求极高，超声波清洗技术可避免传统方法导致的极片损伤，提升电池性能。

结语

从肿瘤组织的“精准粉碎”到金属零件的“纳米级清洁”，超声波技术正以独特的物理特性改变着医疗和工业的面貌。随着材料科学、人工智能等技术的进步，超声波的应用边界还将不断拓展。或许在不久的将来，这项诞生于20世纪初的技术，将为人类健康和工业文明带来更多惊喜。

阑尾摘了，腹痛还在？这到底是怎么回事？

□赵秋月 含山县人民医院

阑尾炎是常见急腹症，发病快且疼痛剧烈。很多人做过阑尾切除术，通常术后疼痛消失，身体恢复正常。但有些人术后仍反复腹痛，肚子隐隐作痛或时轻时重。这并非简单因为“阑尾没摘干净”或手术出错。术后腹痛原因多样，了解原因对患者恢复和治疗非常重要。

阑尾切除术作为成熟的术式，常见易行，但人体腹腔内结构错综复杂，神经、血管、器官云集，切除阑尾后，腹腔的神经、组织和器官仍有恢复的时间，术后各种并发症状：腹腔炎症、感染、肠道功能紊乱，甚至粘连等都有可能导致术后腹痛。疼痛性质和持续时间因人而异，护理不当易加重。关键是及时判断疼痛性质，排查并发症。同时，患者的焦虑和紧张情绪会加重疼痛感，延缓恢复，术后心理疏导同样重要。

术后腹痛的医学原因——为什么疼痛还会继续？

阑尾手术虽小，但涉及的是腹部深层的组织和神经，术后腹痛的产生原因主要包括以下几种：

1.**术后炎症反应**：手术过程中，腹腔被打开，组织受到刺激，身体会发动免疫系统进行“清理”。这种炎症会引起局部肿胀、神经敏感，导致疼痛感持续几天到几周不等。正常情况下，随着炎症消退，疼痛会逐渐缓解。

2.**术后感染**：这是术后腹痛较为明显的预警信号。当术区或腹腔内发生感染时，患者可能表现为低热、腹痛加剧、伤口部位红肿等。此时疼痛可表现为持续性加重，需要及时就诊进行抗感染治疗。

3.**肠功能紊乱**：阑尾手术会对肠的神经和动力产生一定程度的影响，从而引发术后肠胀气、便秘及腹泻。肠胀气及蠕动异常均可导致腹痛，其疼痛多为阵发性、痉挛性，有时伴有肠鸣音异常。

4.**术后腹腔粘连**：手术后因腹腔内修复，会形成纤维性腹腔粘连，牵扯肠管或器官，导致反复发作的腹痛，甚至可能出现腹腔部分肠梗阻。这是一个远期并发症，不可忽视。

5.**其他疾病引发的疼痛**：在手术之后，患者也可能因其他疾病（如胆囊炎、胃肠道溃疡和尿路感染等）而出现疼痛。医生需逐一排查，以免遗漏。另外，还需注意一些病人在手术之后发生了慢性腹痛，这或许与手术导致的神经病理性疼痛密切相关，应尽早接受疼痛治疗。

手术后如何科学护理，助你早日摆脱腹痛？

既然术后腹痛的情况很多，这就要求科学护理了，护理绝不是躺在床上，而是有原则、有计划地调养。一是严格按医嘱用药。在术后一般医生会给予您止痛药以及抗生素，在用药期间如能按时服用可以很好地控制炎症及疼痛，千万不要私自停药或随便加量，很容易导致术后感染的复发或产生耐药性。

饮食护理。根据病人术后初期不宜食脂肪、辛辣、生冷刺激等易导致便秘刺激腹痛的食物，术后24-48小时流质饮食，逐步过渡至半流质、普食，以易消化的流质饮食为主，并多饮水以促进恢复肠蠕动。食物上注重膳食纤维摄入多的蔬菜和水果的进食，如香蕉、苹果等有助于预防腹痛发生。

适当静养与活动也非常重要。手术后切记要避免剧烈活动、用力等，以防止切口裂开与腹压增高等导致术后疼痛的发生。但也可通过床上轻柔的运动活动或短距离下床行走，以刺激血液循环，增加肛门周围肌肉松弛度，促进肛门部位的血液循环，也能加速患者术后肠功能恢复及减少腹部粘连的发生。此外保持良好稳定的心理，有积极的心态面对自身恢复过程，对患者术后疼痛的缓解也存在积极的影响。

此外，需密切观察术后患者的身体状况，及时发现异常情况，在发现患者出现高烧、切口出现感染、突然腹痛以及出现恶心、呕吐现象时，立即向医生反馈并让医生到医院进行重新就诊，防止因病情严重而出现恶化。

术后腹痛不容忽视，及时诊治避免误区

腹痛持续，不能简单归咎于“阑尾没摘干净”，也不应自己盲目忍耐。很多患者因为害怕手术或担心医生，延误治疗，最终导致严重感染或肠梗阻，危及生命。阑尾术后腹痛的诊断，需要结合临床症状、体征和必要的辅助检查，比如血液炎症指标、腹部超声或CT，来明确原因。

对于术后的普通患者而言，学会一些简单的术后自我护理知识，学会正确分析疼痛出现变化的原因，随时复诊，是少给术后增加烦恼、早日康复的有效途径。对于术后的腹痛，如果只是疼痛逐渐降低，生活质量越来越提高，说明身体正常恢复；若疼痛愈发严重或者还出现其他异常症状，则一定给予高度重视并及时就诊。

因此，阑尾手术摘除是“战斗”的前奏，而术后的护理才是我们说的“保卫战”，做好术后护理工作可以帮助缓解疼痛，有效预防相关并发症，促进整体康复。因此应重视术后适当的饮食、休息及精神状态，养成良好的生活方式，将自己掌握的阑尾术后情况完全“熟记于心”，切实感受生命的价值，还以自己一个健康体魄。