

体检出这些“病”到底怎么看

一些人不太敢看自己的体检报告,特别是里面的的一些术语,很容易增加疑虑。“甲状腺结节”“肝囊肿”……这些疾病严重吗?会癌变吗?其实很多疾病还没有到治疗的地步,下面就来看看。

甲状腺结节:95%都是良性

甲状腺结节是体检报告上的常客。很多人体检一查出有“甲状腺结节”就非常紧张,认为要马上治疗,非常担心变成“甲状腺癌”!事实上,1厘米以下的“甲状腺结节”完全不必担心,也不需做进一步检查。95%的甲状腺结节都是良性的,更不会变成“甲状腺癌”。

专家介绍,就算是甲状腺癌,大

多数也是很“温柔”的,生长很缓慢,可以几年、十年潜伏在人体内,也相对稳定、听话。甚至部分低危险组的患者,可以长期观察而不需手术。

肝脏钙化灶:一般无需治疗

肝内钙化灶在肝病患者中检出率较高,本身不是一种独立的疾病,可能与先天发育、钙磷代谢紊乱等因素有关,也可能是肝脏创伤愈合过程中组织纤维化,形成瘢痕,钙盐沉积形成。

专家介绍,肝脏钙化灶一般情况下不严重,是肝组织受到炎症或损害进行修复时留下的疤痕,既不会自行消退,也很少继续发展,一般没有症状,不会对身体有不利影响,不会影响到肝脏功能或造成肝管堵塞,所以无需治疗。

肝脏钙化灶的严重程度主要取决于钙化灶的数目和大小,独立存在的单个的钙化灶或者是数目不超过三个,体积不超过1.0厘米时,一般无大问题。但有的钙化灶靠近肝内胆管,超声检查时容易和肝内胆管结石混淆,就需要进一步进行CT或MRCP鉴别。

骨刺:是人体的自我保护

骨刺其实就是骨质增生,是人体的一种自我保护反应,也属于老年性退行性改变。骨刺会长在各种地方,比如颈椎、腰椎或者膝关节等处。如果只是体检发现的骨刺,生活中并无不适症状,不痛不难受,就不用紧张,多数情况下无需特殊处理。但少数情况下,增生的部分压迫到神经或

血管引起临床症状,因为骨刺引起了骨性关节炎,出现关节肿胀及下肢无力的现象,有时患者还会出现麻木以及腿痛的症状等,那就需要及时进行治疗。

单纯性肝囊肿:小于5厘米不用治

很多人体检查出了“肝囊肿”,以为得了肝癌一样绝望,其实大可不必。肝囊肿大多是先天性的,即“娘胎里带来的”,并且生长非常非常缓慢,多数人更是无明显症状。如果不是体检时偶然发现,有些人甚至一辈子都不会发现。

专家介绍,体检查出肝囊肿,大多不用担心。绝大部分肝囊肿是不需

要药物或手术治疗的,只需要定期随诊观察。有一小部分人需要手术,其中包括:囊肿直径>8.0cm并有临床症状;囊肿合并出血、感染;囊肿无法与肝胆管腺瘤鉴别;多囊肝病导致门脉高压及功能损害者。

心脏早搏:无症状不用治疗

很多人认为查出“心脏早搏”往往会和心脏病联系起来,其实,心脏早搏本身不是病,多是心脏其他问题的伴随症状。

专家介绍,早搏一般是良性的,大多数的早搏不会引发心脏病,偶尔出现心慌或者心脏“咯噔一下”,不用紧张。但如果经常有类似不适,还是尽快去医院寻求专业指导。 杨光

学会一招 避免血管堵塞

很多人一听到血管堵塞,第一反应就会说这是老年病和富贵病。因为血管堵塞常见于老年人,且吃大鱼大肉会增加血管的脆性,导致血管堵塞。其实以下因素尤为注意。

1. 血管痉挛 血管痉挛会导致血管快速收缩,从而导致血管管腔狭窄,严重时就会发生血管堵塞。

2. 血管内皮损伤 血管内皮如

果受损,大量的血小板会快速聚集到受损部位。凝血物质的大量聚集,会导致血栓的形成,从而造成血管堵塞。

3. 外源性栓塞 外源性的血栓或者其他物质进入血管后,会形成栓塞,进而导致血管堵塞。

4.循环障碍 有数据表明,很多静脉系统血栓的形成与循环障碍有关。

血管堵塞的诱因很多,日常生活中可以通过踝泵练习,促进血液循环,防止血管堵塞。需注意的是,下肢循环有障碍者慎做。

做法:先平躺在床上,用力勾脚,脚尖朝向自己,保持10秒,可双脚一起做。做完勾脚后,可将脚尖往下进行放松,同样是达到最大限度,保持10秒。 周政

多饮多尿,不一定是糖尿病

众所周知,“三多一少”(即多饮、多尿、多食和消瘦)是糖尿病的典型症状,但出现多饮、多尿不一定是糖尿病。日前,就有一位患者出现了类似糖尿病的症状,最终检查确诊为尿崩症。

如果长期大量饮水,还是口渴,除了警惕尿崩症和糖尿病,还要警惕以下疾病:

干燥综合征。干燥综合征导致的口干是因为分泌唾液的腺体被免疫细胞破坏,所以往往是喜欢少量、多次饮水。

甲状腺功能亢进。甲状腺旁腺会出现“过度兴奋”的状态,引发与体内血钙升高相关的一系列临床症状,包括口渴、多尿等。

郑洲

小儿反复咳嗽不容小觑

马鞍山十七冶医院儿科 副主任医师 姚小飞

由于气候变化无常,再加上空气质量的影 响,导致不少孩子反反复复地咳嗽,很难痊愈。那么这个时候父母怎么做呢?先不要急着惊慌,首先应观察孩子在咳嗽时,有无其他并发症,若出现并发症应立即就医。此外,作为家长,也适当了解引起孩子咳嗽的常见原因,切忌病急乱吃药,乱投医。



咳嗽,是人体非常重要的一个保护性生理反射,在气道受刺激或发生炎症时,通过咳嗽可将咽部、气管内的病原菌、刺激物或痰液排出体外,防止有害物质和病原体在体内滞留、扩散,从而使呼吸道保持清洁和通畅。

很多家长一听到孩子咳嗽就十分紧张,认为是不是患了支气管炎、肺炎病?其实小儿反复咳嗽原因较多,具体如下:

1.呼吸道感染:儿童由于呼吸道免疫功能较差,容易患呼吸道感染; 2.咳嗽变异性哮喘:多为干咳,常在夜间或凌晨发作,运动或气候变化时均会出现,患儿多有过敏性疾病史如湿疹、牛奶鱼虾蛋白过敏,或过敏性疾病阳性家族史;

3.上气道咳嗽综合征:是指各种鼻炎、鼻窦炎或其他上气道疾病引起的慢性咳嗽,此类咳嗽多在晨起或体位变化时明显。患儿伴有白色泡沫样痰或黄绿色脓痰,还有鼻塞、流涕、咽干、异物感或反复清咽样动作等;

4.感染后咳嗽:多呈刺激性干咳或伴有少量白色黏痰,感染后咳嗽,多呈自限性,8周以内通常恢复;

5.胃食管反流性咳嗽:好发于夜间,多在进食后加重;

6.心因性咳嗽:多见于年长患儿,白天症状明显,专注于做某件事情或夜晚睡觉时症状消失;

7.其他:如原发性纤毛运动障碍,或支气管扩张等不利于气道分泌物清除的疾病,气道分泌物滞留可引起反复咳嗽。

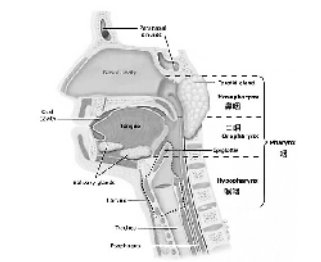
其实,有很大一部分孩子的咳嗽,是上气道的疾病引起的,比如鼻

炎、鼻窦炎等。下面例举一个经典病例:2岁男宝,咳嗽2个月,湿咳,集中在晨起和睡前这两个时间段,没有鼻涕,没有鼻塞,没有其他不适症状。该患儿之前去看过儿童呼吸内科,听诊未闻及异常,耳鼻喉查体时也未发现鼻分泌物和咽后壁的分泌物。其他查体也没有发现问题,后来医生建议他去专科医院进一步检查,做了电子鼻咽镜,镜下可以看到中鼻道有脓性分泌物向后鼻孔引流,最终诊断为细菌性鼻窦炎。在经过鼻腔冲洗和规范使用抗生素治疗后,孩子的症状很快得到控制并完全好转。

通过上面这个案例,我们可以知道,咳嗽,并不只是下气道疾病引起,鼻部疾病也可以引起咳嗽,这种情况有时也可以称为上气道咳嗽综合征。下面我们就来详细了解下上气道咳嗽综合征。

“上气道咳嗽综合征”是什么?

“上气道咳嗽综合征”(Upper Airway Cough Syndrome,UACS)这个病名听起来有点不理解,想要理解它,首先了解一下“上气道”包含了哪些部分:上气道,也就是上呼吸道,一般指的是鼻(鼻窦)、咽、喉三个部分,声带以上的呼吸道区域都可以称之为上呼吸道。



UACS不仅与鼻腔、鼻窦、鼻咽部等疾病相关,还可能受到咽部或喉部慢性炎症影响,如,过敏性鼻炎和慢性扁桃体炎引起的炎症。当然,目前还只是极少数人会因慢性扁桃体炎

引起咳嗽,此种咳嗽可以在切除扁桃腺体后好转。所以,上呼吸道的任何一个部位或多部位同时存在的疾病,引起的以咳嗽为主多种症状表现,都可以称为“上气道咳嗽综合征”。

以前UACS被称为“鼻后滴漏综合征”,普遍认为上气道疾病相关的慢性咳嗽是因为鼻涕倒流引起的,但后来的研究发现,有20%人咳嗽症状与鼻涕倒流的关系不明确,所以在2006年被改为“上气道咳嗽综合征”。

上气道咳嗽综合征好发于哪些人群?

儿童由于解剖和生理上的特点,鼻腔短且狭窄,黏膜薄嫩且血管丰富,免疫功能尚未发育完善,所以容易罹患上气道炎症性疾病。儿童慢性咳嗽患病率约5%~22%(儿童持续4周以上、成人持续8周以上为慢性咳嗽)。我国儿童慢性咳嗽中24.71%由上气道咳嗽综合征引起,是儿童慢性咳嗽的第2位病因。上气道咳嗽综合征也是普通感冒相关的主要原因,所以它也是急性咳嗽的主要原因。

上气道咳嗽综合征有哪些症状?

之所以称为综合征,它必然不止一个症状,虽然有时仅表现为咳嗽单一症状,但很多时候合并多种不适感。除了咳嗽这个最主要的症状,可能还会有鼻涕倒流的感觉、反复清嗓、咽喉发痒、鼻塞、流涕、声音嘶哑等。然而,即便没有鼻涕倒流的症状,也不能完全排除UACS。追溯病史,也会发现常有上呼吸道感染(感冒)史。咳嗽的性质可以是有痰的湿咳,也可以是干咳。咳嗽出现的时间特点,一般是在白天,更典型的表现会在晨起或睡前有明显湿咳,这可能和体位改变导致分泌物流动刺激咽喉黏膜相关。

上气道咳嗽综合征怎么引起咳嗽的?

主要表现为两方面: 1.鼻涕倒流直接刺激下咽和/或喉部黏膜的咳嗽感受器。这也是最常见的发病机制,既往成为鼻后滴漏综合征也是因这个机制得名。

2.咳嗽敏感性增加。如:变应性鼻炎患者的咳嗽敏感性增加可能是UACS咳嗽的机制之一。鼻粘膜在受到外界刺激后,会产生多种炎症因子,如组胺,组胺是重要的炎症介质,可以直接刺激感觉神经元,增加咳嗽敏感性。

基于以上两点认识,过敏性鼻炎引起的咳嗽是干咳还是湿咳呢?如果有鼻涕倒流刺激咽喉部感受器而引起了咳嗽,很可能是湿咳;如果是鼻黏膜接触过敏原后直接引起咳嗽敏感性增加引起的咳嗽,就很可能是干咳。所以,通常所说的“过敏性咳嗽”,既可以表现为湿咳,也可能表现为干咳。当然,除了以上两方面,还有一些尚未研究清楚的机制,在这里就不展开细说。

有哪些疾病可以引起上气道咳嗽综合征?

在儿童中比较常见的引起上气道咳嗽综合征的疾病是:变应性鼻炎、细菌性鼻-鼻窦炎。另外,非变应性鼻炎、慢性鼻-鼻窦炎、慢性扁桃体炎、过敏性咽炎、环境中的一些刺激性物(如,雾霾、粉尘、烟雾等),也是引起上气道咳嗽综合征的原因之一。很多家长也想知道腺样体肥大大会引起上气道咳嗽综合征吗?腺样体肥大通常不会直接引起咳嗽。但腺样体肥大到一定程度,会堵塞后鼻孔引流通道,此时鼻腔、鼻窦分泌物排出受阻,导致鼻炎、鼻窦炎迁延不愈,就有可能间接引起咳嗽。

需要做什么检查?

怀疑UACS,症状和查体比较典型的时候,如有明显的鼻涕,伴有咳嗽,在诊室通过前鼻镜简单查体,可以看到鼻道内有明显的分泌物,压舌板压住舌头能看到咽后壁有分泌

物附着,这时通常不需要进一步检查,就可以给出诊断。症状和查体不典型的时候,就像上面讲的案例,孩子只有咳嗽症状,没有鼻涕,通过简单查体看不到鼻分泌物和咽后壁附着的分泌物,这时候可以考虑进一步完善电子鼻咽镜检查,通过一根软镜,深入鼻腔深处,查看是否有鼻分泌物向鼻咽部引流。

这里重点提示一下,由于幅射较大,儿童不建议轻易做鼻部CT检查(成人必要时可以)。

上气道咳嗽综合征如何治疗?

UACS好治疗吗?这要分两方面来看:如果能找到明确的原因,就针对引起UACS的疾病进行治疗,效果可能立竿见影。如果是过敏性鼻炎引起的,就可以使用鼻内糖皮质激素、抗组胺药等进行治疗;如果是细菌性鼻窦炎引起的,就规范使用抗生素和鼻腔冲洗来治疗。鼻腔冲洗的有效性方面:除了可以改善鼻涕倒流引起的咳嗽、清嗓等症状以外,还可以冲洗鼻腔内吸入的过敏原物质,减轻外来刺激;把鼻分泌物冲洗掉,也相当于破坏了细菌生长的有利环境。症状轻微的时候,做好鼻腔冲洗甚至可以减少药物使用的概率。

如果找不到明确的原因,诊断本身存在困难,就可能会在治疗过程中需要一些时间,有时候会采取经验性治疗,既是治疗,也是诊断手段,也称为诊断性治疗。如果发现患儿是接触了环境中的刺激物引起的咳嗽,就需要回避刺激物,使用新风系统、空气净化器等也是可选项。

“上气道咳嗽综合征”的症状不具有特异性,诊断起来有时候也比较困难,它并不是单一指某个部位的疾病,可能是一个综合的、多原因、多症状的临床综合征。因此我们要有一个清晰的目标,那就是追根溯源,找到引起咳嗽的原因,而不只是盲目通过止咳药等来掩盖表象。

总结:

总体来说,咳嗽是一种症状而不是疾病,是孩子生病时的“报警信号”,虽然单纯“止咳”可以缓解家长的焦虑,但对于孩子来说,反而抑制了排出痰液和异物的保护性反射。综上所述,引发孩子反复咳嗽的原因较多,“上气道咳嗽综合征”是引起小儿反复咳嗽的重要原因,家长应予以了解与重视。

2022年 广告价格表

头版(彩版)	
规格(宽×高)cm	价格(元)
整版(24×30.5)	100000
半版(24×16.5)	40000
通栏(24×8)	20000
栏花广告	150元/cm ²
二至十五版	
规格(宽×高)cm	价格(元)
整版(23×34)	25000(彩) 20000(套红)
半版(23×16.5)	15000(彩) 12000(套红)
通栏(23×8)	8000(彩) 6000(套红)
栏花广告	50元/cm ² (彩) 30元/cm ² (套红)
封底(彩色)	
规格(宽×高)cm	价格(元)
整版(24×33.5)	40000
半版(24×16.5)	20000
通栏(24×8)	10000
周刊报眼	
规格(宽×高)cm	价格(元)
10×3.5	2000
中缝	
规格(宽×高)cm	价格(元)
整条 3.5×36	1200

广告热线:0551-65179786