

血小板减少不要盲目输血

血小板、红细胞和白细胞是人类血液的三种主要成份,其中血小板参与凝血,它和血液中的凝血因子合作,在血管受伤时,能及时帮助止血。一般情况下,正常人的血小板数量是相对稳定的。在某些疾病影响下,血小板数量会减少到低于正常范围,这种情况称之为血小板减少症。

血小板减少症主要分为继发性 and 原发性,前者是指由于其他疾病,如恶性肿瘤、肝病、自身免疫性疾病、病毒感染等疾病造成的血小板减少。而原发性血小板减少症是指排除上述因素的、由免疫系统紊乱引起的血液系统疾病,病情可长期迁延、反复发作,严重影响患者的生活质量。目前,血小板减少症的发病率逐年上升,据统计每10万人中,就有5-10名免疫性血小板减少症患者。

患者在出现瘀斑、出血等疑似

血小板减少症的症状时,应尽早前往医院就诊,尽早确诊、早期治疗是提高疗效的关键。患者不必纠结于血小板计数是否达到正常范围,只要提高到安全水平就可以了,应当尽量避免过度治疗。

通过直接输入从他人血液中采集的血小板,是治疗血小板减少的一个行之有效的急救方法。但需要强调的是,输血治疗是一把双刃剑,选择适当时机给合适的患者以正确的血液成分,可以挽救生命、改善健康。反之,则会给患者带来不仅是生理上,更可能是心理上、精神上的永久创伤。输血治疗方法价格昂贵,同时伴随输血带来的感染性疾病、同种免疫反应、输血相关移植物抗宿主病、过敏反应等一系列问题,会严重影响临床的治疗及患者的健康。近年的研究表明,使用重组人血小板生成素可以有效降低这些风险并减轻其严重程度,



并缩短血小板减少症的病程,减少血小板的输注。

血小板减少症的患者应该听从医生的建议,坚持科学治疗。引起血小板减少的病因比较多,针对诱发病因积极治疗就可以有效缓解病情。

解放军总医院输血科教授 汪德清

纤维化让肾脏“由好变坏”

肾脏纤维化是一种病理生理改变,是肾脏的功能由健康到损伤,再到损坏,直至功能丧失的渐进过程。具体来说,肾脏纤维化形成的主要原因有四个:

高血压 肾脏是由几百万个肾小体(微血管)组成,长期的高血压会不停地破坏肾脏的微血管,使血管内皮细胞的功能发生紊乱,引起炎症反应。

肾损伤药物 例如,人们常常在身体疼痛时会服用一些止痛药,而长期使用止痛药会严重损伤肾脏,因此,未经医师许可,不得擅自用药。

链球菌感染 喉部、扁桃腺等发炎也会导致肾脏纤维化,这是因为链球菌感染会导致体内自我调节机制功能紊乱,易引起病毒向肾脏蔓延,肾小球受损会促进肾脏纤维化的进程。

不良生活习惯 暴饮暴食会增加肾脏的负担,代谢掉的废物(尿酸、尿素氮等)从肾脏排出,从而增加纤维化的进程;憋尿的习惯很不好,尿在膀胱里太久容易繁殖细菌,而细菌很可能经由输尿管感染到肾盂,使肾小管发生纤维化。如果肾脏纤维化的进程得不到及时控制,很可能还会导致急性肾功能衰竭。

肾脏损坏过程往往是在不知不觉中进行的,当身体感到不适时很可能已到了肾脏病的末期。由此可见,保护肾脏需从日常生活中开始:未经医师处方,严禁服用止痛药;科学饮食,适量饮水,不要憋尿;及时根治喉部、扁桃腺等发炎;不要忽视基本的肾功能检查。

暨南大学附属第一医院 肾脏内科副教授 刘瑞娜

有些胎记可能暗藏杀机

胎记是出生后不久皮肤上出现的一块彩色印记。很多人觉得胎记对人体健康是没有危害的,民间甚至称胎记为“天使的吻痕”。事实并非如此。胎记分很多种,少数胎记可能暗藏杀机。

胎记可以在出生时发现,也可能在初生几个月后才慢慢浮现。胎记一般可分为色素型和血管型,按照危险程度,可将其分为两类,一类不会对身体造成危害,甚至会随着年龄的增长而消失,另一类则可能会对身体造成影响。在罕见的情况下,它们可以导致并发症或与其他因素一起对人体健康形成危害。

深色斑(葡萄酒色斑) 这种胎记在出生时只是一片粉红色的印记,随着年纪的增长,颜色会慢慢加深,变成暗黑色或者紫红色。如果长在眼皮上可能增加患青光眼的风险。

咖啡牛奶斑 是出生时就可发现的光滑淡棕色斑块,色泽有淡棕色或深棕色,每一块的颜色相同且十分均匀,深浅不受日晒的影响。常发于躯干、臀部、腿部,随着年龄的增长,形状会变得更大,不过这也不是什么大问题。如果斑点面积的增长超过了1/4,有可能是多发性神经纤维瘤以及色素沉着综合症,需要到医院请医生看看。

海绵状血管瘤 在出生时即出现的低血流量的血管畸形,又称为静脉畸形,常发于头部和颈部,大多在青春期后会消失。海绵状血管瘤如因外伤或继发感染破溃时,有招致严重失血的危险。

身上有胎记很正常,不要盲目采取一些“土方法”医治,如果出现异常,还是要到正规的医院去检查。

湖南省吉首市疾病预防控制中心 主管医师 郑红

(湘)医广[2016]第16-1228-1764号

长沙市口腔医院

本版协办

电话: 0731-83878383

地址: 长沙市天心区友谊路389号

地址: 长沙市五一大道844号

网址: <http://www.csskqyy.com>

张医生信箱

乙肝病毒携带者要注意哪些问题?

张医生:

我是乙肝病毒携带者,身边的亲朋好友们担心我会传染给他们,我该怎么办?

内蒙古读者 马先生

马先生:

乙肝病毒主要通过血液、母婴垂直(分娩和围产期)和性接触三种途径传播,乙肝病毒携带者虽然被乙肝病毒感染,也具有传染性,但肝功能在正常范围,肝组织无明显损伤,不表现临床症状,在日常工作、学习和社会活动中不会对周围人群构成威胁。

乙肝病毒可以潜伏在人体的肝细胞内生存很多年,乙肝病毒携带者虽然没有任何症状,肝功能正常,但也要定期到正规医院检查肝功能系列指标及腹部B超;生活要有规律,不要过度劳累,加强营养素补充。与亲朋好友正常交往不可能传染乙肝,但要避免血液和唾液接触,一旦外伤出血要妥善处理,性交时必须带避孕套。

张医生

如果您有什么疑问或有要咨询的问题,请联系本版责任编辑。邮箱:jtysjb@163.com

治疗皮肤顽疾 就到湘潭科林皮肤病医院

地址:湘潭市雨湖区砂子岭新景西城上筑小区入口(市内乘坐2.3.29.123路公交车科林医院站下)

电话:0731-55559120

网站: <http://www.39kl.com>

踝关节扭伤 石膏固定有利愈合

踝关节扭伤患者到医院就诊时,医生会建议进行石膏固定治疗,许多患者不理解,明明拍片没有骨折,为什么要打石膏?这是因为踝关节除了骨骼,还有韧带,一旦韧带损伤了,需要石膏固定关节,有利于韧带的愈合。

踝关节是常见的受伤部位,它的周围韧带根据其解剖位置可以分成三个部分,外侧韧带(跟腓、距腓前、距腓后,其中距腓前又分上支和下支),内侧三角韧带和胫腓联合韧带。踝关节扭伤程度分为三级:Ⅰ级是指距腓前韧带牵拉而功

能损失很小,踝关节活动基本上不受限;Ⅱ级是指距腓前韧带部分撕裂,并有中度的肿胀压痛和功能丧失,踝关节活动受限;Ⅲ级是指距腓前韧带和跟腓韧带完全撕裂了,伴有严重踝关节肿胀、淤血和功能丧失,踝关节不能负重。

是否在踝关节处打石膏,取决于扭伤到了哪个级别。X线检查只能看见骨性结构,却看不到上述几条韧带,而通过核磁共振成像检查,虽然相对比较准确,但由于扫描的方向和断面方向很难把握,明确判断损伤程度存在一定难度。正

因为如此,一些大医院专门设置了踝关节专科,由经验丰富的专科医生坐诊。

打石膏固定踝关节有利于韧带在正确的位置上迅速愈合,如果患者经济条件允许,还可以添加一个踝关节支具,更有利于康复。由于韧带是成片状或扇形状态,完全断裂的很少见,大多是部分撕裂,医生会进行保守治疗。只有伤情很严重的,医生才会采用手术方法对韧带进行修补或重建。

河南科技大学附属三门峡市中心医院骨科副主任医师 卢微波