

“医生，我这满口的溃疡，吃饭疼痛、说话困难，都觉得人生毫无乐趣了，真不想再做化疗了！”经常有这样的癌症患者，因为口腔黏膜炎基本不能吃东西而有了放弃治疗的想法。中南大学湘雅医院肿瘤科副主任医师李建璜近日介绍，化疗后口腔溃疡属于常见治疗副作用之一，正确认识及防治能有效降低其严重程度，重燃患者治疗信心。

据悉，癌症治疗所导致的口腔溃疡、疼痛、出血，进而引发进食及说话困难等症状，医学上统称为口腔黏膜炎。其定义是指癌症治疗（化疗及放射治疗）所导致的口腔或口咽部位出现炎性反应和溃疡形成，属于化疗及放疗治疗的常见副作用。

据临床统计，单纯化疗后口腔黏膜炎的发生率约为30%~75%，而头颈部癌症患者如同时接受化疗及放射治疗，出现口腔黏膜炎的几率更高，达80%~90%。

李建璜介绍，口腔黏膜炎通常出现在化疗后的4至7天，7

## ——请听专家如是说

至14天后情况最严重。放射治疗对口腔黏膜组织造成的损伤程度，则与累积放射剂量有明显关系。患者完成疗程后，口腔黏膜的不适大概2至3周会明显好转。

世界卫生组织根据临床症状将口腔黏膜炎划分为5级：0级为口腔黏膜无变化；1级为出现疼痛或红斑；2级为疼痛或红斑合并溃疡，仍可进食固体食物；3级为疼痛或红斑合并溃疡，仅可进食流质食物；4级为疼痛或红斑合并溃疡，以及无法以口腔进食；5级为溃疡融合成片，有坏死，不能进食。

李建璜表示，严重的口腔黏膜炎会导致治疗中断，降低治疗效果，增加癌症复发等风险。化疗后出现口腔黏膜炎症，可进行如下医学处理方法：一、用温和的生理盐水漱口，保持口腔湿润和清洁，去除食物残渣。建议每天漱口4至6次，每次最少30秒。避免使用含酒精的漱口水。二、使用软毛牙刷，每天刷牙2至4次。刷牙前，先将牙刷在温

水中浸泡约30分钟可以软化刷毛。选用不含颗粒的牙膏，以防损伤牙龈。三、对于轻微的口腔疼痛，可以含碎冰块或冰敷来缓解。如疼痛持续，可在医生指导下，用利多卡因+生理盐水混合液含漱。另外，也可以用口腔炎喷雾剂和康复新口服液来对症处理，加速创面愈合。

中医将化疗、放射治疗后的这类口腔黏膜炎归类为热毒范畴，治疗时以清心降火为主要原则，同时可以配合滋阴清热，凉血止血的方法。

李建璜提醒，有口腔黏膜炎的患者，在饮食方面宜清淡，建议高蛋白、高维生素饮食。严重的口腔黏膜炎可以选择流质、松软、营养丰富的食物，戒吃辛辣煎炒以及烟酒，同时避免过热、过酸或过甜的食物。口干时可以咀嚼苹果、胡萝卜、西芹等食物或不含糖份的糖果来刺激口水形成。绿豆入心胃经、性味甘寒，有清热解毒、止渴除烦作用，可熬制绿豆粥早晚餐食用。

本报通讯员 李宜

## 为儿童免费涂氟 防龋齿

常德市第一人民医院口腔科近日前往市中心城区和城乡结合部的武陵区5家重点幼儿园开展儿童口腔疾病防治公益项目，累计为2000名学龄期儿童完成了局部涂氟，以起到保护牙齿、预防龋病的目的。

通讯员 裴赛敏 摄影报道



## 5岁宝宝突然大量便血 多科合作精准捉“元凶”

本报讯（通讯员 游珏 谭彦娟 陈淳媛）近日，中南大学湘雅三医院PICU（儿科重症监护室）一名5岁消化道大出血“Meckel憩室”患儿经多学科合作，精准诊断和治疗，目前已经顺利出院。

5岁的霖霖无明显诱因解大量暗红色便血伴面色苍白，当地医院诊断为“消化道大出血”。由于病情危重，由120护送转院至湘雅三医院。此时，霖霖面色苍白，精神极差，血压低，血红蛋白急剧降至60克/升，出现失血性休克，急诊扩容后紧急转入PICU。入院后立即给予输血、止

血、上氧等对症支持治疗，霖霖仍精神极差、面色苍白发绀，每次暗红色便血达200~300毫升，伴随心率增快，浮肿明显，病情危重，急诊全腹CT未发现异常，消化道出血病因不明。

从年龄和临床表现，考虑外科疾病导致消化道出血可能性大，该院PICU主任陈淳媛带领团队，立即启动“儿童外科疑难病”MDT会诊，在胃肠外科、消化内科、核医学科、麻醉科等多学科协作下，由核医学科“异位胃粘膜显像”将霖霖消化大出血的“元凶”锁定在小肠“憩室”，于入院后的第2天顺利为

霖霖行腹腔镜探查术，在距离回盲部70厘米处发现“憩室”，手术予以切除。术后霖霖顺利康复。

据悉，小肠憩室是由于肠腔内的压力的影响或者是胚胎发育时期的先天畸形导致的小肠壁的薄弱，肠壁在薄弱处外突形成了一个囊袋，多数患者是先天发育畸形。小肠憩室一般没有临床症状，部分可有轻微的腹痛、腹胀、消化不良、便秘或者腹泻等症状，严重者可以合并有肠梗阻、出血和穿孔等。小肠憩室合并有严重的并发症，如肠出血，肠穿孔等需手术治疗。

## ■门诊新闻

### 男子高血压出院后 看场电影血压再飙升

本报讯（通讯员 宋娟 陈颖）家住长沙市天心区的吴凡（化名）前不久因为高血压入住长沙市中心医院（南华大学附属长沙中心医院），经过治疗后病情平稳出院回家。不料吴凡观看了一场电影后，出现头晕胸闷不适，自测血压发现血压飙升到202/144毫米汞柱，他立即咨询医生，医生判断吴凡很有可能是因情绪激动紧张而导致血压再度飙升，建议继续用药、合理休息，避免情绪波动。

据了解，今年38岁的吴凡有十余年的高血压病史。10月5日，吴凡到电影院观看一部大片后心潮澎湃，回到家中后心情还是久久不能平复，量血压时发现血压飙升，他急忙微信联系住院时的管床医生胡璐，胡璐告知他情绪也是影响血压波动的一大因素，并通过微信指导吴凡情绪放松，安静休息一小时后再复测血压，听了医生的指导后，吴凡平复下紧张激动的心情，1小时候后发现血压下降至150/90毫米汞柱，后来几天吴凡继续按时服药、监测血压，血压一直控制得较为平稳，这才让他松了一口气。

该院心内科主任陈然介绍，平时情绪激动或者情绪低落，对血压影响是很大的，它可以造成肾素分泌增多，产生血管收缩，从而引起血压升高。

### 老人腹痛高热 原是胰岛素注射出错

本报讯（通讯员 王君）家住长沙的张大爷是个老糖友，最近他因高热腹痛住进了长沙市第四医院内分泌科。经过仔细检查发现，原来张大爷因为舍不得换针头，常常一个针头要打完整支胰岛素，并且注射时也不更换注射部位，才导致了病情的突然加重。该院内分泌科主任宋俊华提醒，胰岛素注射部位要轮换，患者一旦发现注射部位有疼痛、凹陷、硬结等现象，应停止在该部位继续注射。

宋俊华介绍，胰岛素注射部位包括腹部、上臂下缘、臀部、大腿前外侧，常在一个地方注射胰岛素很容易导致皮下脂肪增生，注射胰岛素后吸收减少或不稳定，血糖波动进而影响患者血糖控制。注射部位应该按照规范轮换：即身体不同注射部位间进行轮换，以及同一注射部位内的区域轮换。前者包括在腹部、手臂、大腿和臀部间的轮换注射；后者则要求从上一次的注射点移开约1手指宽的距离，进行第二次注射，且应尽量避免在一个月内重复使用同一注射点。

此外，目前市场上的胰岛素笔用针头和胰岛素注射器都是按照一次性使用的标准设计制造的，重复使用会导致针头折断、疼痛加重、影响注射胰岛素剂量的精确性，甚至会导致针头堵塞而出现打空针，严重影响血糖的达标，甚至出现像张大爷这样局部皮肤化脓感染的现象。