

# 慢阻肺患者家庭氧疗需注意哪些事项?

慢性阻塞性肺疾病简称慢阻肺，是一种严重影响呼吸功能的常见疾病，严重影响患者的生活质量。在治疗慢阻肺的过程中，家庭氧疗被广泛应用，高浓度的氧气可以显著改善患者的症状和生活质量。那么，慢阻肺患者进行家庭氧疗时需注意哪些事项呢？

## 慢阻肺患者家庭氧疗有哪些注意事项？

1. 治疗前评估 在开始家庭氧疗前，患者需要接受专科医生的评估，医生会针对患者的肺功能、动脉血气分析结果等确定患者是否符合家庭氧疗的条件。

2. 选择合适的氧疗设备 家庭氧疗的设备主要有氧气浓缩器和压缩氧气瓶。氧气浓缩器是一种机械设备，可以从空气中提取氧气并将其浓缩至高纯度；而压缩氧气瓶则是将液态氧气压缩储存的装置。医生会根据患者的具体情况和需求选择合适的设备。

3. 使用适当的氧气接口 如鼻导管、面罩或氧气头盔，这些接口可以将氧气直接输送给患者的呼吸道。医生会根据患者的情况和个人喜好推荐适合的接口。

4. 准确设置氧气流量 医生会根据患者的血氧水平和肺功能来确定合适的氧气流量。患者应该严格按照医嘱设置氧气流量，不可自行调整或停止氧气供应。

5. 定期监测血氧饱和度 长

期进行家庭氧疗的患者应定期监测血氧饱和度，可以通过便携式血氧饱和度仪器进行监测。定期监测可以帮助医生评估氧疗的效果，并根据需要调整氧气流量或治疗计划。

6. 采用鼻导管吸氧 长期进行家庭氧疗者一般采用鼻导管吸氧，如果采用单侧鼻导管吸氧，氧气浓度应控制在1~2升/分，每天氧疗时间控制在10~15个小时。

## 家庭氧疗期间需关注哪些指标？

1. 静息状态下动脉血氧饱和度 ( $\text{SaO}_2$ ) 慢阻肺患者的静息状态下  $\text{SaO}_2$  通常低于正常水平，如果患者的  $\text{SaO}_2$  低于 88%，则需要进行家庭氧疗来提高血氧水平。如患者同时合并肺心病、心衰等，当  $\text{SaO}_2$  低于 89% 则需要家庭氧疗。

2. 动态状态下动脉血氧饱和度 慢阻肺患者在活动中，特别是运动时，动脉血氧饱和度可能



会进一步下降。检测动态状态下的动脉血氧饱和度可以帮助确认是否需要增加家庭氧疗的时间或流量。

3. 动脉血气分析 (ABG) ABG 测试可测量血液中氧气分压 ( $\text{PaO}_2$ ) 和二氧化碳 ( $\text{PaCO}_2$ ) 分压，从而判断氧气和二氧化碳的含量，并评估肺功能和氧合能力。医生通常会根据患者的动脉血气分析结果来判断是否需要进行家庭氧疗，以及适当的氧气流量和使用时间。

4. 呼吸困难程度 观察患者在日常生活中的活动能力和呼吸困难程度也是一个重要指标。如果患者在进行一般活动时感到明显的呼吸困难、气短或乏力，可能需要进行家庭氧疗来帮助缓解症状。

邵阳市武冈市中医医院  
急诊科 肖华

# 二甲双胍和阿卡波糖有何不同？

糖尿病人对二甲双胍和阿卡波糖应该都不陌生，这两种药物都是临床治疗 2 型糖尿病的常用药。那么，这两种药物有什么不同之处？服用过程中又有哪些需要注意的地方呢？

## 两种药物有什么区别？

阿卡波糖是一种  $\alpha$ -糖苷酶抑制剂，其结构与低聚糖相似，能与  $\alpha$ -葡萄糖苷酶竞争性结合，抑制  $\alpha$ -葡萄糖苷酶的活性，减少蔗糖降解为葡萄糖和果糖，减少对葡萄糖的吸收，从而起到降糖的效果。阿卡波糖可以通过抑制蔗糖酶、葡萄糖淀粉酶和胰腺  $\alpha$ -淀粉酶来降低餐后血糖。

二甲双胍是一种双胍类的降糖药，其降糖机制主要是抑制肝糖输出，也就是抑制肝糖异生和肝糖原分解；其次，二甲双胍可以通过刺激肌肉、脂肪、肝细胞等对葡萄糖的吸收，提高对葡萄糖的吸收，起到降低血糖的作用；另外，二甲双胍也有一定的改善胰岛素敏感性的作用。随着人们对其药效及机理的研究不断深入，发现二甲双胍还具有抗氧化、抗炎症、影响免疫系统等方面

的功能，对细胞增殖和凋亡有调控作用。

## 服用阿卡波糖时有哪些注意事项？

1. 配合饮食运动 阿卡波糖一般为餐前服用，通常需和前几口食物一起嚼服，用药期间需配合饮食控制。糖尿病患者除了药物治疗、控制饮食外，还要注意保持适当运动，用药过程中还要加强血糖监测，以达到平稳控制血糖的目的。

2. 监测肝功能 一些患者在服用阿卡波糖后会出现无症状的转氨酶增高，特别是大剂量服用时。因此，患者在服用该药 3~6 个月内，应监测肝功能，如转氨酶升高明显，可暂用其他降糖药代替。一般来说，待患者停止服用该药后，转氨酶水平可逐渐恢复正常。

3. 避免引起低血糖 阿卡波糖有降糖功效，且不会引起低血糖，但是，当它与磺酰脲类药物、二甲双胍或胰岛素联合应用时，可能会引起低血糖，患者应格外注意。需要提醒的是，如果发生急性的低血糖，不能

使用蔗糖进行抢救，必须使用含有葡萄糖成分的食物或药物纠正低血糖。

4. 避免食用蔗糖含量高的食物 服用阿卡波糖治疗期间，由于结肠内的碳水化合物酵解增加，蔗糖或含有蔗糖的食物常常会引起腹部不适，甚至会引起腹泻，所以，服用阿卡波糖期间应尽量避免食用蔗糖及含蔗糖过高的食物。

## 服用二甲双胍时有哪些注意事项？

1. 低剂量开始 第一次服用二甲双胍时，应从最低剂量开始，并及时监测血糖，再根据血糖情况调整剂量。

2. 避免空腹服用 二甲双胍的副作用主要为胃肠道反应，为了降低二甲双胍的胃肠道副作用，建议在饭前服用，避免空腹用药，以减轻胃肠道不适感。

3. 服药期间禁止饮酒 二甲双胍进入体内后 2 小时内达到峰值，此时喝酒会刺激胰岛素的产生，很容易引起低血糖。

湖南省衡阳市常宁市人民医院  
袁诗荣

## 关注食品安全 远离食物中毒

食物中毒是我们日常生活中不可忽视的健康问题之一，无论是在家里烹饪食物，还是在外就餐，都有可能遭遇食物中毒的风险。了解一定的食物中毒知识对于保护自身和家人的健康都至关重要。那么，您了解多少关于食物中毒的知识呢？让我们通过本文来一起了解并学习如何预防食物中毒的发生。

### 食物中毒的常见原因有哪些？

1. 细菌污染 常见的细菌污染食物包括沙门氏菌、大肠杆菌、金黄色葡萄球菌、大肠埃希氏菌等。细菌通常是通过不洁净的水源、未彻底加热的食物、交叉污染等途径进入食物，人们误食污染的食物引发食物中毒。

2. 病毒感染 食物中的病毒主要包括诺如病毒、轮状病毒等，这些病毒常常通过未洗净的水果蔬菜、不卫生的食品加工环境和食具等方式传播。

3. 寄生虫感染 食物中常见的寄生虫包括阿米巴原虫、弓形虫等，这些寄生虫通过未彻底加热的肉类和水产品进入人体，引发食物中毒。

4. 真菌毒素 真菌毒素是由某些真菌产生的有毒化合物，如黄曲霉毒素、赤霉毒素等，粮食、坚果、干果和酿造食品如未妥善保存或处理，容易滋生这些真菌，引起食物中毒。

5. 有毒动植物 常见的有毒蘑菇、未煮熟的四季豆、黄花菜、发芽的马铃薯、蓖麻籽、河豚等。

6. 化学物质污染 食物中可能存在的化学物质污染物包括农药残留、重金属、塑化剂等。这些化学物质可能来自农业生产过程、环境污染或食品加工中的不当使用。

7. 冰箱内的食物 冰箱内的食物贮存（混存）过多，或时间过长，食物中的亚硝酸盐等有害物质及细菌数量由少变多，也会增加食物中毒几率。

### 食物中毒有哪些症状？

1. 肠胃症状 腹痛、腹泻、呕吐、恶心等，通常是由细菌、病毒、寄生虫引起的食物中毒所致。

2. 神经系统症状 头痛、头晕、昏迷、肌肉痉挛等，通常是由真菌毒素或化学物质引起的中毒所致。

3. 过敏反应 皮疹、荨麻疹、呼吸困难等，通常是由食物中的过敏原引起的食物过敏反应。

### 如何预防食物中毒？

1. 食材选择与储存 从正规超市和商家购买新鲜食材，并注意食材的质量和保存方式，避免变质和污染。

2. 食品加工与烹调 正确加热和烹调食物，确保彻底熟透，杀灭潜在的细菌和寄生虫感染源。

3. 食品卫生与个人卫生 保持厨房和餐具的清洁，并养成良好的个人卫生习惯，如勤洗手、用餐前彻底清洗食物等。

4. 环境卫生与管理 保持食品加工环境的清洁与卫生，避免交叉污染，注意食品的储存、处理和运输。

衡阳市衡南县宝盖镇卫生院  
消化内科 杨新元