

鼻出血的处理原则及常见原因

鼻出血是很多疾病的一种常见症状，也是耳鼻喉科的急症。鼻出血多为单侧，也可双侧；可间歇性反复出血，亦可为持续出血，出血量多少不一。当鼻出血发生时，学会正确的处理方法，了解引起鼻出血的原因非常重要。

鼻出血的处理原则

1. 保持镇静 避免过度紧张引起血压升高、出血加剧。姿势调整，坐直并保持头部直立，头部稍微向前倾。这有助于减少血液流入喉咙，防止误咽大量血液可能刺激消化道，引起恶心、呕吐等症状；另一方面，避免血液误吸入气管而引起呛咳甚至窒息。

2. 压迫止血法 用大拇指和食指轻轻捏紧双侧鼻翼，同时用力呼气通过口腔，以帮助减少鼻腔内的血液流动。可持续压迫5~10分钟，直到出血停止。

3. 冷敷 在前额部或者后颈部敷冷敷物（如冰袋、冰块包裹在毛巾里），有助于收缩血管并减少出血。冷敷时间一般为10~15分钟。

4. 避免用力擤鼻 在鼻出血期间，应避免用力擤鼻或者揉搓鼻子，以免刺激出血点引发再出血。

5. 温和的鼻腔清洁 使用盐水或生理盐水轻轻冲洗鼻腔，帮助清除血块并保持鼻腔湿润。可以使用喷雾器或者鼻腔清洗

器进行清洁。

6. 保持湿润环境 保持室内的湿度，可使用加湿器或者将湿毛巾放置在房间内，有助于避免鼻腔黏膜干燥，减少出血风险。

7. 不要长期张口呼吸 鼻子出血时，应尽量避免长期张口呼吸，以免引起鼻腔干燥，加重出血。

引起鼻出血的原因

1. 局部因素

(1) 鼻腔干燥：干燥的气候、低湿度环境、长时间待在空调房间等会导致鼻腔黏膜干燥，使血管更容易破裂。

(2) 外伤：鼻腔、鼻窦外伤或手术均可导致鼻腔黏膜损伤及血管损伤，引起鼻出血。严重的头颅外伤可损伤颈内动脉，发生即刻或延迟性严重鼻出血。

(3) 炎症：鼻腔鼻窦的非特异性炎症，如急性鼻炎、急性鼻窦炎、干燥性鼻炎、萎缩性鼻炎等；鼻腔鼻窦的特异性感染，如结核、梅毒、HIV、鼻硬结病、真菌性鼻窦炎等，均可因黏膜病变致鼻出血。

(4) 鼻中隔疾病：鼻中隔偏曲，该处黏膜较薄，张力较大；

鼻中隔穿孔，穿孔边缘干燥或结痂，这些病变常引起鼻出血。

(5) 鼻腔鼻窦或鼻咽部肿瘤：其中以鼻腔血管瘤最为常见。恶性肿瘤早期多表现为涕中带血，反复发生；晚期破坏大血管，可引起致命性出血。血管性肿瘤一般出血较剧烈。

(6) 其他：鼻腔异物及鼻腔昆虫等，引起反复鼻出血。

2. 全身因素

(1) 高血压：高血压患者由于动脉压升高或波动，致鼻腔血管破裂，引起搏动性出血。

(2) 血液疾病：血小板减少症、血友病等血液疾病可能导致凝血功能异常，鼻腔反复渗血，双侧多见，常伴有身体其他部位出血。

(3) 药物副作用及药物中毒：一些药物，如抗凝血药（如华法林）、非甾体消炎药等，可能增加鼻出血的风险。汞、砷、苯、磷等中毒，可破坏造血系统的功能引起鼻出血。

(4) 其他全身性疾病：肝病、肾病、营养不良、内分泌失调等全身性疾病也可能引起鼻出血。

娄底五官科医院 丁时南

怎样通过超声诊断小儿胡桃夹综合征？

小儿胡桃夹综合征，即胡桃夹现象，是一种常见的儿童疾病，其特点是腹主动脉与肠系膜上动脉之间的夹角过小，导致左肾静脉回流受阻。这一疾病在青少年生长发育期或体型瘦高的人群中较为常见。下面介绍小儿胡桃夹综合征的症状和超声诊断方法。

小儿胡桃夹综合征的症状表现

1. 血尿 血尿是胡桃夹综合征最常见的症状之一。患者可能出现肉眼血尿或镜下血尿。

2. 腰疼和腹痛 患者常常会感到腰部疼痛或不适，这种疼痛可能会向臀部和后背部放射。腹痛也是一个常见的症状，活动后可能会加重。

3. 体位性蛋白尿 患者在晨起时通常没有尿蛋白，但在活动后，特别是长时间站立或行走后，尿液中可能会出现蛋白质。严重情况下，尿蛋白的量甚至可能过高（24小时尿蛋白量>3.5克）。

4. 其他症状 胡桃夹综合征还可能伴随其他一些症状，如直立调节障碍（如晕厥、低血压等）、性腺静脉曲张以及肾静脉血栓等。

小儿胡桃夹综合征超声检查前准备

小儿胡桃夹综合征的超声诊断是一种常用且有效的方法。患者在检查前应做好如下准备：

1. 检查前空腹 做B超检查前需注意空腹8小时以上，3岁以上的小儿须禁食超过6小时，喂奶的婴幼儿须禁食4小时左右。如果检查前没有禁食，肠道中的大量残留物和气体会影响血管的显示和观察，而空腹可以更清晰地显示腹主动脉肠系膜上动脉以及左肾静脉的解剖情况。

2. 憋尿 空腹时还应憋尿，因为诊断胡桃夹综合征，通常需要结合尿常规检查来分析，观察是否有血尿、蛋白尿。

3. 其他 患者情绪紧张、呼吸急促，导致腹部组织器官的移动范围太大，也会影响病变部位的显示，继而影响检查结果。

小儿胡桃夹综合征的超声诊断要点

1. 夹角变小 在超声图像中，可以观察到腹主动脉与肠系膜上动脉之间的夹角明显变小。正常情况下，这两者之间的夹角应该大于35度，而在胡桃夹综合征患者中，夹角通

常小于35度。

2. 左肾静脉受压变窄 超声检查可以显示左肾静脉在受压部位的管腔出现狭窄现象，表现为直径减小。同时，狭窄前的左肾静脉段可出现扩张。

3. 狭窄前后内径比值测量 超声可以通过测量左肾静脉在扩张段和狭窄段的管腔前后径，计算出内径比值。通常情况下，仰卧位时的内径比值需要大于3，或者脊柱后伸位15~20分钟后的内径比值需要大于4，以符合胡桃夹综合征的诊断标准。

4. 彩色多普勒及频谱多普勒 左肾静脉扩张处血流速度明显低于右肾静脉，左肾静脉受压狭窄段血流速度加快，舒张期血流速度最慢，收缩期流速加快，狭窄段流速可达80~100cm/s。脊柱后伸位20分钟后流速可>100cm/s，其远心端左肾静脉扩张段流速≤9m/s。或者左肾静脉在腹主动脉和肠系膜上动脉夹角部位与肾门处血流峰速度比值为2.0~5.0（即受压部位血流峰值是受压前2~5倍）。

通过超声检查，医生可以观察、测量和评估上述的超声表现，帮助确定小儿胡桃夹综合征的存在与程度，为患者提供及时的诊断和治疗。

安乡县人民医院 凡菲菲

曼月乐的临床运用和疗效

曼月乐是一种集避孕和治疗为一体的宫内节育器，结合了激素疗法和物理避孕的机制，被广泛应用于临床。

曼月乐的定义

曼月乐，全称左炔诺孕酮宫内缓释系统，是一种T型避孕环，其中含有高效孕激素。其主要作用是通过定期释放少量的孕激素来提供避孕和治疗效果，并可持续使用3至5年。

曼月乐的避孕效果

1. 激素控制排卵 曼月乐中的孕激素可以抑制卵巢排卵，阻止卵子的释放，从而减少妊娠的可能性。

2. 子宫内膜改变 曼月乐可以引起子宫内膜的改变，使其萎缩变薄，变得不适宜受精卵的着床。

3. 改变宫颈粘液性状 曼月乐释放的孕激素使宫颈粘液稠厚，不利于精子的穿透。

曼月乐的临床应用

1. 长效避孕

它通过释放少量的孕激素来阻止卵巢的正常排卵，并改变子宫内膜的环境，减少受精卵着床的可能性。相比其他避孕方法，曼月乐具有更高的避孕效果，且使用方便，尤其适用于长期无生育要求且月经量过多的患者。

2. 月经问题的调节

曼月乐可用于调节月经周期和减轻多种月经问题。它可以减少或改善痛经，改善异常出血，包括月经过多和不规律的月经。此外，曼月乐还可缓解痛经引起的其他不适症状，如头痛、胸闷等。

3. 子宫肌瘤的治疗辅助

曼月乐在子宫肌瘤的治疗辅助方面也起到一定的作用。子宫肌瘤是常见的女性生殖系统肿瘤，通常会导致月经量多、盆腔疼痛和不孕等。通过使用曼月乐，可以减缓子宫肌瘤的生长，并缓解相关症状。

4. 子宫内膜异位症和子宫腺肌症的治疗

子宫内膜异位症和子宫腺肌症是一种临床常见的妇科疾病，导致进行性痛经、月经量过多和不孕等。曼月乐的孕激素成分可以抑制子宫内膜生长，使子宫内膜萎缩，从而缓解痛经和月经量过多等症状，降低手术率。

5. 对异常子宫出血的治疗

对围绝经期的无排卵性出血，可以减少出血量，抑制子宫内膜的生长，减少内膜病变，安全渡过围绝经期。对年轻且近期没有生育要求的异常出血，既可以避孕，又可以治疗月经过多、月经频发等，且不影响卵巢功能，取环后即可备孕。

6. 对子宫内膜息肉及子宫内膜增生等，都有比较好的疗效

曼月乐使用注意事项

1. 曼月乐上环时间为月经周期的4~7天，排除全身性疾病及炎症性疾病方可上环。

2. 定期检查和观察：安装曼月乐后，需要定期进行检查和观察。

3. 不适症状的报告：曼月乐的副作用可能包括不规则阴道流血、月经量少、乳房胀痛、头痛、情绪变化等。如果出现异常，应及时向医生报告，并进行进一步的评估和治疗。

长沙仁爱妇产医院 李如玲