



患上双相情感障碍,该如何治疗?

有人说,双相情感障碍患者的世界,是“停不下来的跳楼机”,他们可能上一秒心情高涨下一秒就陷入了抑郁的情绪里面。梵高、海明威、伍尔夫……都曾经患有双向情感障碍,这也让这种疾病有了“天才病”的浪漫加持。但是人们可能不知道,双向情感障碍是导致自杀情况发生的危险性最高的精神疾病之一。依据世界卫生组织的调查显示,造成伤残、早逝的前10位疾病中有5位就是精神疾病,而双相情感障碍在其中排名第三。那么什么是双相情感障碍呢?针对此种疾病又该如何治疗呢?

什么是双相情感障碍?

双相情感障碍(BD)又被称为双相障碍,是一种既会存在狂躁发作,又会存在抑郁发作的常见精神障碍,任何年龄都可能出现发病的情况。

患者典型的狂躁发作主要以情绪高涨、思维奔逸和意志增强的“三高”症状为主要特征,属于精神性运动兴奋。患者典型抑郁发作时主要以情绪低落、思维迟缓和低落的“三低”症状为主要特征,同时还会伴随出现认知功能障碍以及机体的障碍等情况,处于精神抑制性障碍症状。存在双相情感障碍的患者在临床中症状比较复杂,其复杂性主要体现在情绪低落或情绪高涨的现象较为反复、交替,并且不规则地呈现,同时还会伴随着注意力分散、轻率、夸大、思维奔逸、高反应性、睡眠增多,以及言语增多等紊乱的症状。常常还会伴随着焦虑、强迫、滥用物质的状况,还会持续出现幻觉、妄想或紧张症状

等精神病症状。

总之,双相情感障碍的病程类型比较多,发作性、循环往复性、混合迁移性、潮起潮落性病程不一,间歇期或长或短,间歇期的患者社会功能比较正常,但是也可能存在一定的社会功能损害。病症在多次发作后便会出现发作频率快、病情越发复杂的情况。

双相情感障碍应该如何治疗?

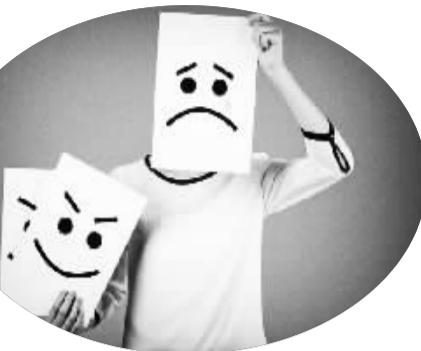
目前双相情感障碍的治疗方法主要有药物治疗、物理治疗以及心理治疗等方法,对于患者的治疗不能只是单纯地解决患者的急性发作的情况,医生还会根据个体情况制定治疗策略,以预防患者未来疾病的发作或者降低日后疾病发作的频率,并对其功能以及生活质量进行改善。

1. 药物治疗 由于患者之间存在比较明显的个体差异,不存在最好、最快、最为有效的治疗方案,应该在医生的指导下采用与患者机体最为适宜的药物进行治疗。具体

治疗主要遵循两个原则:

一是安全原则。药物治疗必须在确保患者安全的情况下进行。双相情感障碍急性期患者往往具有冲动性、攻击性,或自伤风险比较大,一般建议选择住院治疗。治疗的同时,应注意随时进行药物不良反应监测。二是联合用药原则。由于双相情感障碍具有病情复杂、临床症状多样、病程长等特点,目前还没有一种药物能够满足一个患者各个治疗阶段、各种临床症状的所有治疗需求,一般需要联合用药。

药物治疗又分为3期:一是急性治疗期。目的是控制症状、缩短病程,医生会动态地评估和监测各种药物的使用效果和不良反应,一般在1~2周内会将药物调整到你可以接受的合适剂量,一般最初的6~8周都处在这个阶段。二是巩固治疗期。目的是防止症状复燃,促进社会功能恢复。药物剂量与急性期相同。一般抑郁发作的巩固治疗时间为4~6个月,躁狂或混合发作



为2~3个月。如无复燃,可转入维持期治疗。在此期间可以配合心理治疗,以防止患者自行减药或停药。三是维持治疗期。目的在于防止复发,维持良好的社会功能,提高患者生活质量。在此期间可在密切观察下适当调整治疗方案。

2. 心理治疗 在躁狂抑郁症的整个病情中,患者会产生比较多的心理问题,因此心理治疗是贯穿治疗全过程的重要措施。医生需要给予患者以及家属全过程、全周期的心理支持与疏导。

3. 电抽搐治疗 主要应用于急性狂躁发作、重度抑郁发作、难治性的抑郁发作,以及存在明显的躯体疾病,但不适宜采用药物进行治疗的患者。

河池市退役军人医院
(河池市第四人民医院)
莫琳瑛 莫初庆

尿结石该如何治疗? 如何预防?

在生活水平不断提高、饮食习惯不良等因素的影响下,尿结石的发病率逐年攀升,那么尿结石应当如何防治呢?

什么是尿结石

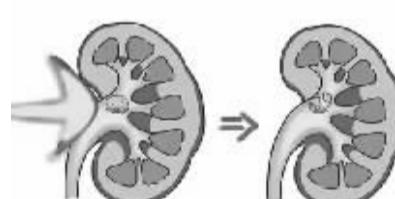
尿结石即泌尿系统结石,指的是出现在肾、输尿管、膀胱等泌尿系统内的结石,是一种多发的泌尿系统疾病。从位置来看,尿结石包括上尿路结石、下尿路结石等类型;从X线是否显示来看,尿结石包括X线阳性结石与X线阴性结石等类型;从发病原因来看,尿结石包括感染性、代谢性、特发性以及药物性等类型;从晶体成分来看,尿结石包括含钙性与非含钙性等类型。其次,会引发尿结石的因素有很多,例如尿液酸碱度异常、高钙血症、高钙尿症、高草酸尿症、尿路梗阻、尿路感染等疾病,以及药物、饮食不合理、长期卧床等。此外,尿结石会导致患者出现疼痛、血尿、恶心、呕吐、尿频、尿急、尿痛等诸多症状,只有及时治疗才能够减轻疼痛。

尿结石应当如何治疗

在治疗尿结石时需要坚持针对性的原则,根据实际情况通过有效手段取出结石并积极消除病因。

1. 一般治疗措施

首先,应及时调整生活方式以



及日常饮食,注意营养均衡性、多饮水。其次,若疼痛症状较为明显,就需要及时进行止痛解痉方面的治疗。

2. 药物治疗措施

药物在尿结石的治疗中发挥着重要的作用,所以若尿结石的直径在0.5~1.0厘米之内,且表面较为光滑、不存在尿路梗阻等问题,就可以通过药物进行治疗。首先,若是输尿管结石就可以通过吲哚美辛栓剂等非甾体类消炎药减轻输尿管水肿以及疼痛,并促进结石的排出。其次,若是感染性结石就可以通过氯化铵、甲硫氨酸等药物进行治疗,若感染较为严重就需要应用尿酶抑制剂等药物进行治疗。

3. 手术治疗措施

如果无法通过药物有效缓解疼痛或排出结石,就需要通过手术等方式进行治疗,从而优化治疗效果。第一,针对上尿路结石的手术。上尿路结石较为常见,一般可

以通过体外冲击波碎石术、输尿管镜碎石取石术等手段进行治疗。第二,针对下尿路结石的手术。若结石位于下尿路就可以通过经尿道膀胱碎石取石术、耻骨上膀胱切开取石术等方式进行治疗。

4. 中医治疗措施

中医也对尿结石进行了深入研究且强调可以通过中药或针灸等方式治疗尿结石。一方面,若应用中药进行治疗就需要坚持清热利湿、通淋排石、理气活血、软坚散结等原则,例如可以应用车前子或金钱草等中药进行治疗,也可以利用尿石通等中成药进行治疗。另一方面,在进行针灸治疗时需要以肾俞穴、三阴交穴、膀胱俞穴、阿是穴等穴位为主。

尿结石的日常预防

1. 调节饮食

从实际情况来看,饮食习惯不良是诱发尿结石的关键因素之一,例如若不爱喝水、经常食用高脂肪、高嘌呤的食物就可能会诱发尿结石,因此在平时若想预防尿结石就需要养成良好的饮食习惯。首先,每天都应多饮水,通过饮水增加尿量、降低尿液中与结石有关物质的浓度。其次,应多食用新鲜的蔬菜水果、粗粮以及富含纤维素的食物。

2. 适当运动

若长期不活动就会为尿液中晶体成分的沉淀创造机会,继而引发尿结石,而适当运动可以减少晶体成分的沉淀、降低出现尿结石的概率,因此在日常生活中需要通过适当运动这种方式预防尿结石。例如,可以根据自身的身高、体重、运动能力等各方面情况制定完善的运动计划,通过跳绳、跑步、爬楼梯等方式强身健体,尽可能减少尿结石等疾病的發生。

3. 治疗原发病

尿结石不仅会受到日常饮食与生活方式等因素的影响,也会受到一些疾病的影响,只有积极治疗原发病才能够避免尿结石,所以应定期体检,及时发现尿路感染等疾病,并通过治疗等方式避免造成严重后果。例如,在平时应注意个人卫生并定期体检,判断是否存在尿路感染等疾病,若存在需及时通过药物、手术进行治疗,避免引发尿结石。

总之,尿结石的发病率与复发率都比较高,在日常生活中应通过调节饮食、适当运动等方式进行预防,在出现尿结石后也需及时治疗,避免造成严重后果。

广西玉林兴业县人民医院外二科
凌叶明