



科普慢阻肺,了解病因与治疗

慢性阻塞性肺疾病(Chronic Obstructive Pulmonary Disease, COPD)简称慢阻肺,是一种严重的慢性呼吸系统疾病,有时也被称为肺气肿或慢性支气管炎。COPD患者的气道变窄,气流受到限制,逐渐出现咳嗽、咳痰、呼吸困难、喘息等症状。慢性气道炎症是COPD的核心原因之一,长期吸入有害物质,如烟雾、化学气体和颗粒物,会导致气道内的炎症反应,造成黏液过度分泌、气道壁肿胀等。同时长期的气道炎症和损伤会导致气道壁重塑,气道失去了原有的弹性,使气道更容易发生阻塞。随着我国老龄化趋势的加重,慢阻肺的发病率也呈现逐年上升的趋势,严重影响患者生命健康,成为危害人们健康的第三大“杀手”。本文从慢阻肺疾病的病因以及临床治疗方面讲解,让大家对慢阻肺更加了解。

慢阻肺的常见病因

吸烟 吸烟者吸入的烟雾中含有数千种有害化学物质,其中包括尼古丁、焦油、碳氢化合物、氮氧化物和有害金属,这些物质会导致气道炎症、气道壁肿胀和气道狭窄。长期吸烟使肺组织遭受损害,气道弹性降低,气流受到限制。

二手烟 二手烟中的毒性物质可以引发气道炎症和肺损伤,



增加患COPD的风险。

职业暴露 特定职业如煤矿工人、木工和农民,因工作环境中的有害物质而面临较高的COPD风险。

室内污染 长期暴露于室内空气污染源,如烧烤炉、取暖炉、烟雾和油烟等,也可能增加COPD的风险,室内污染物包括颗粒物、一氧化碳、挥发性有机化合物等。

呼吸道感染 反复的呼吸道感染,可以导致气道损伤和炎症,增加患COPD的风险。

慢阻肺的临床治疗

药物治疗是COPD管理的关键组成部分,包括支气管扩张剂:分为短效和长效两种类型,用于扩张气道,改善气流,包括 β_2 受体激动剂(如沙丁胺醇、

沙美特罗)和抗胆碱药物(如异丙托溴铵、噻托溴铵);吸入型皮质类固醇(ICS):用于减轻气道炎症,通常与长效支气管扩张剂联合使用,以减少急性加重风险;磷酸二酯酶-4抑制剂(PDE-4抑制剂):如罗氟司特,在COPD急性加重的预防中有一定作用。

总之,COPD是一种常见的、可预防和治疗的疾病,目前尚没有药物或手术能根治慢阻肺,但可以通过合理的治疗和生活方式管理来减轻症状、改善生活质量,并减缓疾病的进展。早期诊断和有效的管理是关键,同时避免吸烟和控制空气污染也对COPD的预防至关重要。

山东省公共卫生临床中心
马增霞

胃癌防治,这些你需要知道

胃癌是人们谈之色变的严重疾病,是常见的癌症之一,对患者的健康和生命安全产生严重威胁。那么胃癌的发病机理是什么样的?相关知识我们来科普。

胃癌是发生于胃部组织的一种恶性肿瘤,是胃黏膜上恶性细胞出现快速生长和扩散的结果。胃癌的确切原因尚不清楚,但存在一些可能的风险因素,包括长期食用高盐、腌制、腌渍或含有亚硝胺的食物;胃炎(慢性胃黏膜炎症);幽门螺杆菌感染;吸烟;遗传因素。

1. 幽门螺杆菌感染。这是一种常见的胃黏膜感染,与胃癌的发生有一定的关联,因为长期的幽门螺杆菌感染可以引发慢性胃炎,最终可能演变成胃癌。

2. 不良饮食。饮食在胃癌的发生中也同样起着重要作用,高盐饮食、腌制食品、亚硝胺(一种化学物质,常见于加工肉类)的摄入与胃癌的风险增加有关。此外不足的蔬菜和水果摄入也与胃癌发生风险升高有关。

3. 吸烟。吸烟是许多癌症的危险因素之一,包括胃癌,吸烟可能引入有害化学物质,这些物质可以损害胃黏膜,增加胃癌的发生风险。遗传变异可能会增加个体对胃癌的易感性,有些家庭中存在胃癌的遗传倾向,这可能与一些特定基因的突变有关。

4. 慢性胃炎。长期的慢性胃炎(胃黏膜的炎症)可能增加胃癌的风险。有些人可能患有胃息肉,这些息肉是胃黏膜上的突起物,某些类型的息肉可能会演变成胃癌。

胃癌早期通常没有明显症状,随着肿瘤的生长,可能会出现以下症状:消化不良、胃部不适、胃酸倒流、食欲减退、腹部不适、腹部疼痛、体重下降、呕吐、黑便(表示出血)等。胃癌的诊断通常通过胃镜检查(胃内窥镜检查)和组织活检来确认,医生可能还会使用X光、CT扫描、MRI和血液检查等辅助诊断方法来确定肿瘤的位置和扩散程度。

预防胃癌的发生,首先要避免食用高盐、腌制和亚硝胺含量高的食物;适度食用水果、蔬菜和纤维食物;戒烟;限制酒精摄入;治疗幽门螺杆菌感染;并定期进行健康检查。一旦确诊为胃癌,医生通常会进行分期,以确定癌症的严重程度和扩散程度,胃癌通常分为0期到IV期,随着分期的增加,癌症的严重性也增加。治疗胃癌的方法取决于癌症的类型、分期和患者的整体健康状况。治疗选项包括手术切除、化疗、放疗、靶向治疗和免疫疗法等,治疗的目标是切除或控制肿瘤,并尽可能减少对患者的不良影响。

总之,胃癌是严重的疾病,引发胃癌的因素通常不是独立的,而是相互交织的。采取健康的生活方式,如饮食均衡、戒烟、减少酒精摄入、定期体检和治疗幽门螺杆菌感染等,可以降低患病风险。

莒县人民医院 邢会学

口腔溃疡久治不愈?需警惕这种癌

经常有不少新闻报道中看到,口腔溃疡久治不好,可能是口腔癌;口腔溃疡治疗在2周以上未愈,必须引起高度重视等,那么口腔溃疡和口腔癌是否关系呢?本文就此话题进行详细科普。

溃疡久治不愈,警惕口腔癌

口腔癌是近些年比较高发的恶性肿瘤病症,根据其病灶产生位置对其进行分类,如舌癌、口腔癌、唇癌等。有关专家表示,口腔癌的早期症状就是口腔溃疡,通常来讲,人在出现口腔溃疡两周内能够康复。当口腔溃疡在2周以上,进行了对应治疗但却未康复,甚至症状更为严重,那么极有可能是口腔癌。

口腔癌有哪些症状

1. 口腔白斑 当人体口腔黏膜出现病变,通常有很多临床表现,其中口腔白斑是比较普遍的,其主要呈现白色斑块,部分患者为灰白色、红白色等,斑块比较均匀,为圆形或椭圆形等,属于癌前病变先兆。通常来讲,口腔白斑难以有效刮除,在口腔

所有黏膜位置都能够出现,但是大部分的患者主要发生在口腔内颊部、舌头表面等位置,其中10%的患者在后续会引发癌变,出现口腔癌,同时存在疣状增生等情况,增加口腔癌的发生几率。

2. 口腔红斑 出现此类情况,主要是人的口腔黏膜上产生平伏等表面鲜红但质地较软的斑块,表面如同天鹅绒,大小各异,大部分为圆形、椭圆形,一般分为下面几类。平滑型红斑。此类症状表面比较光滑,较为柔软,呈现鲜红色泽,平伏状,通常在颊、腭黏膜位置出现;间杂性红斑。主要以上述病症为基础,呈白色斑点,形状如同扁平苔藓,大部分患者在口底及舌腹出现;颗粒型红斑。主要是红色小颗粒状斑点,在口腔任何位置可出现。另外,口腔红斑发病年龄以40~50岁比较多见,发生口腔癌的概率达到60%。

3. 口腔溃疡不愈 通常情况,日常生活中很多人会出现口腔溃疡病症,属于比较普遍的口腔黏

膜病症,发病率为10%,在口腔黏膜任何位置都能出现,大部分病例为唇、舌部等位置为主,重症患者会影响到咽部黏膜。口腔溃疡是能够自愈的临床病症,其发病至康复通常在2周左右。当口腔溃疡长时间未恢复,溃疡位置产生不平整颗粒状,周围边缘隆起,质地较硬,与正常黏膜柔软程度有所区别,这可能是癌变征兆。

4. 淋巴结肿大 人的免疫器官中淋巴结是不可缺少的组成部分,因为在抗原刺激后会形成免疫反应的场所,具有过滤、免疫等功能。健康人群淋巴结极小,直径不超过五公分,表面通常比较光滑,质地柔软,和周围组织不存在黏连情况,按压时不存在痛感。口腔癌主要是朝周围颈部淋巴结转移,下颌位置触摸有肿大淋巴结,这说明是口腔病变,部分患者口腔症状不显著,但是颈部淋巴结有转移癌细胞情况,所以,如果颈部淋巴结突然出现肿大,应该及时检查口腔情况。

日照市人民医院 殷方雪