



# 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** 二手烟中的毒物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  $\beta_2$  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

# 口腔溃疡久治不愈？需警惕这种癌

经常在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症是否关系呢？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

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 舜方雪

# 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增长和扩散的结果。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