



结核病的“冷知识”

结核病，这个词似乎并不陌生，但人们对它的了解可能仍然停留在表面。有些“冷知识”可能让你充满了惊奇和启发，从而更全面地认识这个疾病，了解如何应对它的威胁。



古老的故事

1. 穿越时光 在古埃及的神秘土地上，考古学家们揭开了一段震撼人心的历史。他们发现了患有肺结核的木乃伊，这无疑证实了结核病在古代已经存在的事实。这些木乃伊的存在为我们提供了一个穿越时光的窗口，让我们可以看到几千年前人们的健康问题。

2. 跨越文明 不仅仅是古埃及，结核病在世界各地的古代文明中也有记录。在古希腊、古罗马和古印度等文明中，人们也描述了类似结核病的症状。这种古老疾病伴随着人类的漫长历史，穿越了不同的文明和时代。

3. 古代治疗 在古代，人们对于结核病的治疗方式可能显得相当神秘。古埃及人使用一些天然草药和草本植物来试图治愈这一疾病。虽然当时的治疗方法并不科学，但这反映出古代人们对于这种疾病的关注和努力。

结核病的传播方式

结核病主要通过空气飞沫传播。

1. 微小的致病菌 当患者咳嗽、

打喷嚏、说话或呼吸时，他们释放出携带着结核分枝杆菌的微小飞沫。这些飞沫中可能包含数千甚至数万个细菌，足以引发感染。

2. 悬浮在空气中的气溶胶 这些微小的飞沫在空气中悬浮，能够漂浮一段距离。当他人吸入含有细菌的飞沫时，细菌就有机会进入他们的呼吸系统，特别是肺部。这也正是为什么结核病在密闭环境下易于传播的原因之一，例如拥挤的公共场所。

3. 不容忽视的风险 空气飞沫传播使得结核病的传播具有隐蔽性和迅速性。因为这种传播方式，即使是在短暂的接触中，也存在感染的风险。对于一些弱势人群，如免疫系统较弱的人、儿童和老年人，感染的风险更大。

结核病的发生部位

当我们谈论结核病时，常常会想到与肺部有关。然而，结核病并不仅仅局限于肺部，它还可以影响人体其他器官，造成外周结核的形式。

1. 外周结核 除了肺结核，外周结核是指结核病发生在人体其他

器官中。这些器官可以包括淋巴结、骨骼、关节、肠道、脑膜等。外周结核的症状和表现因受累器官的不同而有所不同，因此可能较难与肺结核区分开来。

2. 淋巴结结核 结核病最常见的外周形式之一是淋巴结结核，通常发生在颈部、腋窝、腹股沟等淋巴结区域。患者可能会感到淋巴结肿胀、疼痛，有时甚至可以触摸到肿胀的部位。

3. 骨骼和关节结核 骨骼和关节结核会导致疼痛、关节肿胀、活动受限等症状，甚至可能引发畸形。这种形式的结核病通常需要长时间的治疗和康复。

4. 脑膜结核 结核病也可以影响中枢神经系统，导致脑膜结核。这种情况可能引发严重的头痛、呕吐、神经系统症状等，需要紧急治疗。

5. 肠道结核 肠道结核可能导致腹痛、消化问题、体重下降等症状，对胃肠道产生影响。

结核病的挑战

1. 潜伏感染

不是每个接触结核分枝杆菌的

人都会立即发展为结核病患者。一些人可能携带着结核分枝杆菌，但没有症状，这称为潜伏感染。潜伏感染者有可能在未来患上活动性结核病。

2. 多重耐药结核

长期不规范的抗结核治疗可能导致结核分枝杆菌产生耐药性。多重耐药结核（MDR-TB）和极耐药结核（XDR-TB）是指对多种抗结核药物产生耐药性的情况，治疗更加困难。

3. 结核病与 HIV 的关系

免疫系统受损的人，如HIV感染者，更容易患上结核病。结核病也是HIV感染者死亡的主要原因之一。

结核病，曾经是人类健康的“隐形敌人”，而今天，通过科学的研究和全球合作，我们已经拥有了更多应对这一威胁的手段。了解结核病的“冷知识”，可增强我们对这一疾病的认识，提高预防和治疗的意识。每个人都可以通过合理的生活方式、科学的医疗保健让自己远离结核病，让我们一起共同努力。

广西壮族自治区南溪山医院 邓辉

小腿骨折的治疗方案选择

人体小腿内部由两根长骨组成，其中胫骨是较为粗壮的一根，主要承担支撑作用；而腓骨则相对较细，与胫骨合作共同承担体重。由于胫骨和腓骨位于较为表浅的位置（可以用手触摸到，胫骨位于小腿前内侧，腓骨位于前外侧），当我们遭受外力冲击，例如跌倒或发生交通事故时，外力很难通过肌肉缓冲，从而直接作用于胫骨和腓骨，导致骨折。

小腿骨折的症状

小腿中段通常是胫骨骨折最常发生的部位。在小腿靠近膝盖和脚踝的位置，即胫骨的近端和远端，也可能出现骨折，这两种情况都属于胫骨干骺端的骨折。骨折的形态可以是横行、斜行、或者不规则的螺旋形。如果骨骼断裂成三块以上，就被称为粉碎性骨折。骨折发生后，骨骼可能出现移位、旋转，还会对小腿的血管、神经造成损害，甚至可能穿破皮肤，造成开放性伤口。因此，可以根据以下表现来判断是否发生骨折：

- 原本不能活动的部位出现异常活动；
- 患肢外形发生变化；
- 听到骨头摩擦的声音；
- 患肢肿胀、疼痛、功能受限。

当发生骨折后，很多患者面临一个抉择：是保守治疗还是手术治疗更适合于骨折治疗？在面对治疗方式的选择时，患者常常感到困惑。那么如何选择骨折的治疗方式呢？

骨折治疗方案的考虑因素

1. 骨折的部位 通常情况下，骨折发生在关节周围或关节内时，复位和固定的要求更高。为了能够尽早进行关节功能的康复训练，建议采用手术内固定的治疗方法。通过手术复位，有助于更好地恢复关节表面的平整度和关节的匹配度。相比之下，骨干骨折由于与关节较远，可以选择保守治疗的方法。这样做可以避免关节长时间的受限，对于早期的功能康复会更有优势。

2. 骨折的分类 对于青枝骨折、裂纹骨折或者能够通过复位实现功能复位的骨折，可以选择保守治疗。通过保持骨折的稳定性和实现功能复位，保守治疗可以避免手术所带来的创伤，并且结合功能康复训练可以取得良好的治疗效果。然而，对于螺旋形骨折、短斜型骨折、粉碎性骨折等稳定性较差的骨折类型，需要更强大的固定方式来保持复位。因此，手术治疗是更合理的选择。

3. 合并损伤的骨折 当存在开

放性骨折、神经血管或内脏受损时，除了对骨折进行复位固定外，还需要进行手术以清理伤口并修复受损的血管、神经和内脏组织。因此，手术治疗具有更高的必要性。

4. 患者的身体状况 长期卧床会给老年人骨折患者带来更加严重的并发症。因此，在没有手术禁忌的情况下，我们更倾向于早期进行手术治疗，以避免患者长期卧床。相比之下，儿童处于生长期，他们的骨骼可塑性更高，因此相对更适合选择保守治疗方法。

当然，上述几个方面并非孤立的要素，而是在综合评估后确定治疗计划所需考虑的因素。选择方案时，还需考虑患者的职业、生活状态等社交因素，以促进肢体功能恢复和生活状况的改善为最终目标。

骨折患者康复训练注意事项

骨折患者在骨折彻底愈合前，遵医嘱进行康复训练是至关重要的，康复时主要有以下注意事项：

- 室内频繁通风，以保持空气的洁净。
- 选择富含高蛋白、高热量和高维生素的饮食，增加摄入粗纤维及钙含量丰富的食物，如牛奶、

海米、虾皮等，以促进骨折的愈合。

3. 学会正确使用双拐，坚持遵循“在骨折未完全愈合之前，患肢不负重”的原则。

4. 对于接受骨牵引治疗的患者，出院后要继续保持有效的牵引，用75%的酒精滴牵引针孔进行每日两次消毒，以预防感染。如果针孔出现红肿、渗出等症状，应及时就医治疗。术后一个月后，需要到医院去除牵引。对于皮肤牵引的患者，应该观察患侧肢体端的血液供应、感觉和运动情况，是否有对牵引材料过敏以及是否有局部压疮等并发症。在骨牵引和功能锻炼同时进行的情况下，需要适时去除牵引。

5. 严格遵守医嘱，按时进行复查。经复查确认骨折已经愈合后，可以根据情况逐渐使用单拐，并逐步废弃拐杖，开始行走。

6. 需要尽量卧床休息，但同时要继续预防卧床并发症，如便秘和压疮等问题。

7. 加强患侧肢体的功能锻炼，要循序渐进，不能过于急躁。

广西壮族自治区百色市那坡县人民医院 黄俊

广西壮族自治区百色市那坡县城厢镇卫生院 陆妍瑾