



# 了解高压氧治疗风险 提高治疗效果

随着医学技术的不断进步，越来越多的治疗方法被引入到我们的生活中，高压氧就是其中之一，它被广泛应用于伤口恢复、神经退行性疾病，以及潜水员减压病等领域中。那么，高压氧治疗到底是如何发挥作用的？它又有哪些神奇的功效呢？

## 什么是高压氧治疗？

高压氧治疗是一种先进的医疗手段，是将患者置于一个特定的高压舱中，并让他们呼吸100%的纯氧，与我们平时呼吸的空气中21%的氧气浓度形成了鲜明的对比。在这种高压舱中，大气压远超过我们日常生活中所经历的，这意味着氧气进入人体后可以更有效地溶解在血液中，从而让更多的氧气输送到身体的各个部位，包括那些因受伤或其他原因而导致氧气供应受限的组织和器官。

## 高压氧 是如何发挥治疗作用的？

高压氧治疗通过增加血液中的氧气浓度，加强了身体的伤口愈合、抗感染和抗炎功能，为受损组织提供了一个更健康、更有利的恢复环境。

1. 加速伤口愈合 伤口愈合是一个需要大量氧气参与的复杂过程。高浓度的氧气可以刺激和增强白细胞的活性，帮助身体清除死细胞和细菌，促进新细胞的形成，从而加速伤口愈合。

2. 抗厌氧菌感染 一些有害细菌是厌氧的，即它们在低氧环境中生长得更好。而高浓度的氧气可以抑制这些细菌的生长，从而帮助身体对抗厌氧菌感染。

3. 减轻炎症和水肿 高浓度的氧气可以减轻炎症反应和组织水肿，从而有助于改善组织的受损状况。

4. 增强抗氧化防御 高浓度的氧气可以促进身体产生抗氧化酶，这些酶可以中和可能对组织

造成伤害的自由基。

## 高压氧的应用领域有哪些？

高压氧治疗的应用范围，已经从最初的创伤恢复逐渐扩展到了更多的医疗领域，具体如下。

1. 神经退行性疾病 对于像帕金森综合征和阿尔茨海默症这样的神经退行性疾病，高压氧治疗可明显减缓病情的进展。通过增加大脑的氧供应，能够提高神经功能并减少由于缺氧造成的神经损伤。

2. 潜水员减压病 减压病是一种由于环境压力降低过快而引起的疾病。对于深潜的潜水员来说，如果上浮得太快，氮气就会在血液中迅速形成气泡，从而引起减压病。而高压氧治疗能够快速将血液中的氮气排出，减轻或消除减压病症状。

3. 视神经炎和中风 对于视神经炎和中风患者来说，高压氧治疗可以提供更多的氧气以改善受损组织的功能，促进神经功能的恢复。

4. 其他 除了上述疾病外，高压氧广泛应用于某些感染、缺血性伤害、放射性损伤以及某些骨折和软组织损伤。

## 高压氧治疗 有哪些潜在风险？

高压氧治疗在大多数情况下都是有效且安全的，但任何治疗方式都存在一定的风险。为确保患者最佳的治疗效果且避免不良反应，了解其相关风险和注意事项也是非常重要的，高压氧治疗过程中常见



的不良反应主要有以下几种。

1. 耳痛 高压氧治疗过程中，由于外部压力的改变，患者可能会出现耳痛、耳胀等不适。因此，患者在治疗前应该与医生充分沟通，可以用通过吞咽或打哈欠的方法平衡耳部内外压力。

2. 眼压增高 高压氧治疗可能会导致某些患者的眼内压暂时上升，但对于大多数患者来说是一过性的，不必过于担心。但是，对于患有青光眼的患者来说，需要特别小心，因为眼部压力过高会加剧青光眼症状。

3. 氧中毒 在特定的高压和高浓度环境下，氧气可能成为一种有害物质，造成氧中毒，引起恶心、呼吸困难、抽搐等症状，并对中枢神经系统造成临时或永久的损伤。当然，这种现象是十分罕见的。

4. 条纹状坏死 极少数情况下，持续、重复的高压氧治疗还可能导致皮肤或肺部的条纹状坏死，这主要是过量的氧气对身体组织造成氧化损伤引起的。

高压氧治疗作为一种创新的医学治疗方法，为许多患者带来了希望。为了确保高压氧治疗的安全和效果，患者治疗前应与医生充分沟通，确切了解其具体功效以及可能的风险，从而确保治疗的效果最大化，风险最小化。随着科学的研究的深入，相信这一方法将在未来为更多的病患带来福音。

贵港市平南县人民医院 陆永

## 肺癌患者的日常护理

肺癌的主要症状包括咳嗽、痰中带血、胸痛、胸闷、气急等，对于肺癌患者来说，除了积极的治疗外，正确的护理也至关重要。

1. 疼痛护理 肺癌患者常常会感到疼痛，这是因为肿瘤压迫周围组织或神经所致。护理人员应该根据疼痛的程度给予相应的止痛药物，同时鼓励患者进行适当的锻炼，以减轻疼痛。

2. 呼吸困难 肺癌患者常常会出现呼吸困难，这是因为肿瘤压迫气管或支气管所致。护理人

员应该给予患者吸氧、吸痰等措施，以缓解呼吸困难。

3. 营养护理 肺癌患者常常会出现食欲不振、消化不良等症状，继而引起营养不良，护理人员应该给予患者高蛋白、高热量、高维生素的饮食以补充营养。

4. 饮食护理 肺癌患者应多吃富含蛋白质、维生素和矿物质的食物，如瘦肉、鸡蛋、蔬菜、水果等，同时要避免食用辛辣、刺激性食物和饮料，以免加重病情。

5. 休息和活动 肺癌患者应该保持充足的睡眠，避免过度劳

累，同时根据自身情况进行适当运动，如散步、太极拳等，以增强身体抵抗力。

6. 用药护理 肺癌患者应该按照医生的嘱咐按时服药，不要随意增减剂量或更换药物。

总之，护理人员应该根据患者的具体情况制定相应的护理计划，并给予患者心理、饮食、休息等方面的支持。同时，患者也应该积极配合医生的治疗方案，保持乐观的心态，争取早日康复。

寿光市稻田中心卫生院 吕月玲

## 改变不良生活习惯 有效预防结直肠癌

结直肠癌是较常见的消化道恶性肿瘤，且大部分患者确诊时已经是中晚期了，预后较差，导致死亡率较高。其实，结直肠癌是可以预防的，以下这些措施可以有效预防结直肠癌。

1. 改变不良生活习惯 酗酒、熬夜、久坐不动等不良生活习惯是导致结直肠癌的元凶。因此，应养成早睡早起、适当锻炼的生活习惯。

2. 调整饮食结构 辛辣、刺激、高油、高盐饮食会对胃肠道造成不良影响，是诱发结直肠癌的高危因素。因此，多吃新鲜的蔬菜水果、全谷类食物，以及富含纤维素的食物，减少高脂肪、高热量和高糖分食物摄入，均有助于预防结直肠癌。

3. 预防便秘 便秘会增加结直肠癌的患病率，因此，日常生活中要多运动、多喝水。另外，便秘者不应擅自服用缓泻药物，以防损伤肠道功能，便秘严重者应及时到正规医院治疗。

4. 控制体重 肥胖是直肠癌危险因素之一，维持健康的体重尤为重要，“管住嘴、迈开腿”是关键。

5. 心情愉悦 心情愉悦也可以增强免疫力，有助于预防肿瘤，因此，日常生活中应避免长时间情绪压抑和焦虑，学会自我调节或及时寻求他人帮助。

6. 定期体检 定期筛查可以早发现、早治疗，是改善预后的关键，尤其是有肠癌家族史、炎症性肠病等高危人群。一旦发现痔疮、肛裂、息肉等肠道疾病，要及时治疗，以防恶变。

山东省日照市人民医院 侯仕彩

## 警惕青光眼“偷走”视力

青光眼是由于眼内压间断或持续升高而导致视神经损伤的一种眼病，主要表现为病理性眼内压升高、视神经萎缩和进行性视野缺损，严重者可导致视力丧失。下面将为大家介绍有关青光眼的科普知识。

首先，青光眼并不一定会导致视力完全丧失。许多情况下，如果能及时发现并接受治疗，青光眼是可以得到有效控制的。如果怀疑自己可能患有青光眼，应该尽早咨询眼科医生。

其次，一旦确诊为青光眼，一定要保持健康的生活方式，因为不良的生活习惯可能会影响眼内压，加重青光眼病情，如经常生气、焦虑，或者经常熬夜、过度用眼、吸烟、饮酒、不合理饮食等。因此，日常生活中应该保持良好的生活习惯，适当运动，合理饮食。此外，定期进行眼科检查也非常重要。眼科医生可以通过视野测试、视觉敏感度测试和眼压检查，判断视神经健康以及其他可能的并发症。

需要提醒的是，对于家族中有青光眼病史者，应该更加关注自己的眼部健康，定期进行眼科检查，以便及时发现青光眼可能。此外，这类高危患者还可以采取一些预防措施来降低青光眼的发病风险，保护视力，如保持健康的饮食、乐观的心态、正确用眼、减轻压力等。

南阳市眼科医院 杨正印