



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、更有利于恢复的环境。

- 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

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

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