



# 白血病患者日常该如何护理?

白血病作为一种危险的血液疾病,对患者的身体健康构成了严重威胁。因此,良好的日常护理和管理对于白血病患者来说至关重要。这篇科普文章将介绍如何在日常生活中护理白血病患者,为患者及家属提供帮助和指导。

## 白血病的类型

白血病是一种危险的血液癌症,其主要特征是由异常的白血细胞不断增多,逐渐替代正常的血液细胞,导致血液和骨髓中的功能失调。

白血病可以分为多种类型,其中两种主要类型是急性白血病和慢性白血病:

1. **急性白血病** 这种类型的白血病进展迅速,白血细胞的异常增生迅速占据了骨髓和血液。急性白血病通常发生在儿童和年轻成年人身上。

2. **慢性白血病** 慢性白血病进展较缓慢,异常白血细胞的增生速度较慢。这种类型通常在中年和老年人中较为常见。

## 白血病的治疗方法

白血病的治疗取决于白血病的类型、患者年龄和健康状况。主要的治疗方法包括:

1. **化疗** 化疗是一种常见的治疗白血病的方法,它使用药物来杀



死或抑制异常白血细胞的增生。这些药物可以通过口服或静脉注射的方式给予患者。化疗的目标是降低异常白血细胞的数量,恢复正常血液细胞的生产。

2. **放疗** 放疗使用高能辐射来杀死或损伤白血细胞。这通常用于局部治疗,特别是对于淋巴结或脾脏中的白血细胞。放疗的目标是减少白血细胞的数量,以缓解症状和控制疾病的进展。

3. **骨髓移植** 骨髓移植是一种通过替换患者的异常骨髓或干细胞来治疗白血病的方法。这些健康的供体骨髓或干细胞可以产生正常的

血液细胞,取代异常细胞。骨髓移植通常用于治疗高风险或难治性的白血病。然而,这个过程复杂且有风险,需要患者与供体的兼容性,以及术后的长期监护。

4. **靶向疗法** 靶向疗法是一种新兴的治疗方法,它使用药物来针对特定的异常分子或蛋白质,以抑制白血细胞的生长。这种治疗方法通常更为精准,减少了对正常细胞的伤害,同时提高了治疗效果。靶向疗法常用于慢性白血病和一些特定的急性白血病。

## 白血病患者日常护理重点

日常护理对于白血病患者健康和康复至关重要,以下是一些日常护理的重点:

1. **遵循医生建议** 白血病患者应始终遵循医生的建议。这包括按时服药,定期参加治疗和检查。如果出现任何不适或疑似药物副作用,应立即向医生报告,而不要自行停止或改变治疗方案。

2. **维持卫生** 保持良好的卫生习惯是防止感染的关键。患者应经常洗手,特别是在接触潜在感染源后,如在外回家、上厕所前、餐前等。使用温和的香皂和温水,避免使用含有刺激性成分的护肤品,以减少皮肤刺激和过敏反应的风险。

3. **饮食和营养** 白血病治疗期间,良好的营养对于支持免疫系统和维持身体健康非常重要。患者应

保持均衡的饮食,包括摄入足够的新鲜水果、蔬菜、全麦食品和优质蛋白质。避免食用生的或未熟透的食物,以及可能带来感染风险的食物。在治疗期间,可能需要咨询医疗专家或营养师以确保饮食方案的合理性。

4. **充足的休息** 休息是白血病患者康复的关键因素之一。尽量保持规律的睡眠时间,确保每晚获得足够的休息,以帮助身体恢复能量和免疫功能。

5. **身体活动** 适度的身体活动对于提高免疫系统的功能、改善整体健康和心理健康非常有益。然而,患者应根据医生的建议进行适度的锻炼,避免过度劳累或高强度的运动,以免对身体造成不必要的负担。

6. **避免感染** 由于白血病患者免疫系统通常较为脆弱,他们更容易感染。因此,应尽量避免与有感染病症的人接触,特别是在感冒和流感季节。接种适当的疫苗也是预防感染的一种重要方式,但在接种前应咨询医生,以确保安全性和适用性。

在克服白血病这场生命之战的过程中,白血病患者不仅需要先进的医疗技术,更需要坚定的信念和坚韧的心态。家庭、朋友以及社会各界的无私支持扮演了至关重要的角色,需要尽力帮助患者重新夺回生命,迎接挑战。

广西医科大学第一附属医院  
黄丽明

# 全面解读肺栓塞

## 肺栓塞的定义

肺栓塞是由于血栓或其他物质堵塞肺动脉或其分支,导致肺组织缺氧和血流受限的病理状态。这种情况通常是急性发生的,有时候也可能是慢性或逐渐累积的。其影响范围可以从局部一小片肺组织到整个肺部,甚至影响到心脏功能。由于肺组织缺氧,肺栓塞可能导致一系列严重的并发症,如急性呼吸衰竭、急性肺源性心脏病、心源性休克,甚至死亡。

## 肺栓塞的病因与风险人群

肺栓塞的主要病因通常是血栓,这些血栓大多来源于下肢的深静脉,也可能来自上肢或其他部位。这些血栓脱落后随血流进入肺动脉,导致肺组织供血不足。除了血栓外,其他物质如脂肪、空气或肿瘤细胞也可能是肺栓塞的来源。

其高风险人群通常包括有深静脉血栓历史的人、长期卧床或行动不便的患者、有心脏疾病或血液疾病的人、怀孕和产后妇女、以及年纪较大的人群。

## 肺栓塞的症状与临床表现

肺栓塞最常见的症状通常包括腿部肿胀或疼痛、急性胸痛、呼吸

肺栓塞是一种严重的疾病,更是一种临床常见病,尤其是长时间取坐位或卧床不起的人群更为常见。肺栓塞由于其症状多样,病因复杂,诊断及治疗方面存在一定难度和挑战。本文旨在全面解析肺栓塞的各个方面,从基本定义、病因、症状,到现代医学在诊断和治疗方面的最新进展,以及如何有效预防肺栓塞。

急促、以及咳嗽。在一些情况下,咳嗽可能伴有血丝。更严重的情况下,患者可能出现嘴唇和指甲变紫、心跳过速,甚至晕厥。有时,这些症状可能突如其来,造成极大的身体和心理压力。

除了以上描述的症状,肺栓塞也有可能出现一些不典型症状,如轻微的不适、乏力或者心悸,这些症状往往容易被忽视或误诊。临床表现也可能因个体差异而异,一些实验室检查,如D-二聚体检测、血气分析等,可以提供更多线索。

## 现代医学在诊断方面的最新方法

在肺栓塞的诊断过程中,现代医学已经取得了显著的进展。影像学检查是诊断肺栓塞的重要工具。其中,CT肺血管造影能直接观察到肺动脉内的血栓,并进行定量分析。其次,X光和超声心动图也比较常用,尤其是在急诊情况下。除了CT肺血管造影、X光和超声心动图,肺通气灌注扫描也是重要的

诊断工具。此外,D-二聚体测试是最常用的血液检查方法,用于评估血液凝固状态。血气分析可用于评估患者的呼吸和循环功能,从而帮助确定肺栓塞的严重程度。

## 肺栓塞的治疗方法

肺栓塞的治疗方法主要包括以下几个方面:

1. **抗凝治疗** 抗凝治疗是肺栓塞的基础治疗方法。常用的抗凝药物有肝素、低分子肝素和华法林等。抗凝治疗可以阻止已有血栓的进一步扩大,预防新的血栓形成。

2. **溶栓治疗** 对于肺栓塞患者中存在高危或亚高危特征的患者,可以考虑溶栓治疗。溶栓药物如组织型纤溶酶原激活剂(tPA)或尿激酶类似物(UK)通过溶解血栓来恢复肺动脉血流。

3. **导管介入治疗** 对于出现严重的肺动脉阻塞或血栓负荷过重的患者,可以考虑导管介入治疗。介入治疗包括常规导管抽吸、导管取

栓、支架置入等,旨在清除血栓或重建受阻的血管通畅。

4. **外科手术** 对于一些特殊情况,如大块血栓、心功能不全或溶栓治疗失败的患者,手术治疗可能是必要的选择。手术治疗可以通过切除血栓或修复受损的血管来恢复肺动脉通畅。

5. **对症支持治疗** 在治疗过程中,还需要进行对症治疗,包括给予氧疗、镇痛治疗、抗心力衰竭药物等,以缓解症状、保护肺功能和维持心血管稳定。

治疗肺栓塞时需根据患者病情严重程度以及其他相关因素进行个体化治疗方案的选择,并在专业医生的指导下进行。及早就医、积极采取适当的治疗措施,对于肺栓塞的恢复和预后有着重要的意义。

此外,增加日常活动和规律性锻炼是预防肺栓塞的重要措施。对于长期卧床或行动不便的患者,推荐进行轻度或中度的体育活动,如散步、瑜伽或轻松的有氧运动。这些活动可以促进血液循环,降低血栓形成的风险。同时应保持适当的水分摄入,戒烟,控制饮酒,避免长时间乘坐飞机或汽车。

隆回县人民医院 王丽丹