

肋骨骨折的危害与治疗

肋骨是人体中非常重要的一部分，它们位于胸部两侧，前面与胸骨和胸椎相连，后面与脊柱相连，共同构成了一个保护胸腔脏器的完整胸廓。一旦胸部受到外伤，肋骨骨折是最常见的骨折类型之一，发生率约占胸部骨折的61%~90%。这种骨折在老年人中较为常见，而在儿童中较少见。这是因为儿童的肋骨具有较高的弹性，不易折断，而在成人和老年人中，肋骨的弹性减弱，因此更容易发生骨折。从解剖学角度出发，第4~9肋较长且固定，在外力作用下更易发生骨折。

肋骨骨折的危害

当肋骨骨折发生时，患者的疼痛感非常强烈，这种疼痛被称为“会呼吸的痛”。这是因为肋骨骨折后，随着呼吸运动，骨折处会不断移动，导致疼痛加剧。患者通常有胸部挤压或撞击等外伤史，并且骨折处的疼痛会随着深呼吸、咳嗽和体位变化而加重。这种疼痛往往使得患者的呼吸变得浅而快，咳嗽无力，容易引发肺不张和肺内感染。骨折处有明显压痛感，间接挤压也会使疼痛加重。如果断端刺破胸膜、肋间血管和肺组织，可能引发气胸或（和）血胸等严重并发症。在严重的情况下，患者可能出现呼吸困难、缺氧、浮动胸壁及反常呼吸运动等症状。

肋骨骨折的治疗和护理

为了缓解肋骨骨折后的一些症状，我们需要采取一系列

的治疗和护理措施。其中，固定骨折处是至关重要的。我们可以使用肋骨带、腹带等工具来固定骨折处，以减少骨折处的活动，缓解疼痛。对于骨折不是特别严重的，仅是骨折后错位或一两处骨折，运用南詹正骨理经刀，从肋骨间隙软组织处插入，运用南詹正骨传统手法挑、拔、弹、压，能很好地将断端对位对线好，然后再用肋骨带等外固定，起到整复作用。对于骨折较为严重的患者，应及时进行手术，将骨折处变位并固定。此外，患者还需要卧床静养，避免剧烈运动或过度活动，以免加重病情。在静养期间，患者应注意保养，定时翻身，以避免出现咳嗽、压力性损伤等情况。

在饮食方面，患者应避免食用辛辣刺激性食物，多食用营养丰富、易消化的食物。患

者应保证新鲜水果、蔬菜和水的摄入，以补充身体所需的维生素和水分。对于气滞血淤的患者，可以食用理气活血食物，如蔬菜、水果、豆类、豆制品、瘦肉等。如果气血不和、静脉淤阻，可以食用补益气血食物，如牛奶、鸡蛋、红枣、木耳、瘦肉等。若是肝肾亏虚的患者，宜食用补肝肾食物，如枸杞子、山药、蘑菇、鸡汤等。

除了以上事项外，在康复期间，患者还需注意以下几点：一是避免剧烈运动或过度活动，以免加重病情；二是定期到医院进行复查，了解骨折愈合情况；三是若有不适，应及时就医，以免延误治疗；四是在医生的指导下，逐步进行康复训练，以促进骨折愈合和恢复胸廓功能。

常宁市中医医院 王芬芬

子宫肌瘤是选择手术还是保守治疗？

子宫肌瘤是临床中女性常见的疾病，是一种由于子宫平滑肌组织增生形成的良性肿瘤。经观察临床可发现，大部分子宫肌瘤患者无自觉症状，多是通过体检发现，部分患者可能会出现月经异常、腹部肿块、白带增多、下腹坠胀等。子宫肌瘤的治疗方法较多，具体会依据患者的年龄、生育需求、症状以及肌瘤部位大小等情况综合考虑，所以患者在临床治疗中注意听从医生建议即可。

哪些子宫肌瘤患者适合保守治疗

保守治疗主要包括定期检查、药物治疗和中医治疗等，药物治疗主要是使用激素类药物控制症状或抑制肌瘤生长；中医治疗则通过中药调理身体机能，以帮助缓解症状。此外，保守治疗还包括子宫动脉栓塞术，术后恢复较快；高强度聚焦超声技术能够将超声波聚焦在特定靶区，使得焦点区域瞬间达到高温以破坏靶区组织，属于非侵入性操作，恢复快且并发症少；微波（射频）消融是在超声引导下进行穿刺，属于微创治疗，创伤小且恢复快。通常情况下，适合保守治疗的子宫肌瘤患者包括以下几类：

1. 无症状的患者 如果没有明显症状，如月经改变、腹痛、压迫感等患者可以选择观察和等待，尤其是当肌瘤很小，不影响正常生活时。

2. 绝经期的妇女 绝经期的妇女因为雌激素水平下降，肌瘤可能会自然缩小，因此这一时期的患者可以考虑保守治疗。

3. 肌瘤较小的人群 对于直径较小的肌瘤，尤其是不到4cm且没有生长在影响生育的位置时可以考虑保守治疗。

4. 无法接受手术的人群 此部分患者由于健康或者其他原因无法耐受手术时可以选择保守治疗。

哪些子宫肌瘤患者适合手术治疗

除保守治疗外，部分患者的症状严重且病情存在加剧发展可能，需要及时采取手术治疗。手术治疗一般分为子宫肌瘤剔除术和子宫切除术，其中子宫肌瘤剔除术包括开腹子宫肌瘤剔除术、腹腔镜肌瘤剔除术、宫腔镜肌瘤剔除术、阴式子宫肌瘤剔除术；子宫切除术包括开腹子宫（次）全切术、腹腔镜子宫（次）全切术、阴式子宫（次）全切术。其中手术治疗方式的选择需要根据患者实际情况决定。通常出现以下情况，医生建议进行手术治疗：

1. 药物治疗无效 经药物治疗无效，且因子宫肌瘤导致月经量大、异常出血、贫血等患者。

2. 症状严重 因肌瘤造成不孕、反复流产；肌瘤直径超过4cm，但有生育需求；肌瘤体积增大，且对膀胱、直肠等产生压迫，症状严重且对日常生活产生影响。

3. 腹痛加重 出现剧烈腹痛、性交痛或者慢性腹痛、子宫肌瘤蒂扭转引起急性腹痛。

4. 恶性风险 绝经后肌瘤持续生长，疑似发生恶变。

综上所述，子宫肌瘤是选择手术治疗还是保守治疗，需要根据患者的实际情况而定，在具体治疗中，大家应注意遵循医嘱科学防治。

安化县第二人民医院 龙洋

3200个家庭箱驰援灾区

近期，湖南省受强降雨影响，多地受灾。湖南省红十字会第一时间启动自然灾害三级应急响应，派出工作组赶赴怀化、常德等地勘察灾情，指导当地开展救灾救助工作。6月24日，省红十字会向中国红十字会总会、中国红十字基金会争取调拨的3200个家庭箱、2000床棉被、2000件冲锋衣紧急驰援新晃、沅陵、桃源等地，帮助受灾群众渡过难关。

记者 王璐 通讯员 朱青 摄影报道



尿频尿急6年“毒素”注射10分钟治愈

本报讯（通讯员 王炳智）陈先生（化名）6年前开始频繁出现尿频、尿急情况，严重时数分钟排尿一次，同时伴有明显的憋尿感及排尿疼痛，严重影响生活质量。经过抗感染、镇痛、辅助睡眠等治疗，这些症状仍然没有得到改善。近日，他来到中南大学湘雅三医院泌尿外科寻求诊治。该科汤进副教授在充分了解其病情后，结合尿流动力学、膀胱镜等辅助检查，诊断陈先生为“间质性膀胱炎/膀胱疼痛综合征”，建议行“A型肉毒毒素膀胱腔内注射”控制症状。

随后，汤进副教授、王炳智主治医师仅用10分钟就精准地为陈先生完成了药物注射。第二天，陈先生尿频、尿急、尿痛症状显著好转，他高兴地表示：“终于能睡个安稳觉了。”

据悉，间质性膀胱炎/膀胱疼痛综合征是一种非细菌性累及膀胱壁全层的炎症性疾病，临床上表现为耻骨上膀胱区疼痛、合并尿频尿急，常导致患者生活质量严重下降。其病因及病理生理机制尚不完全清楚，可能的发病机制包括感染因素、肥大细胞活化、神经源性炎症、膀

胱上皮通透性改变、自身免疫/炎症反应等。目前，大部分治疗方式的效果不甚理想。A型肉毒毒素作用在神经肌肉接头部位，通过抑制周围运动神经末梢突触前膜乙酰胆碱释放，注射后使靶器官局部肌肉的收缩力下降。在膀胱壁，它还通过辣椒素或P2X3受体降低上皮免疫反应，有微创、可逆、见效快、不良反应轻微等优点，已成为间质性膀胱炎/膀胱疼痛综合征的一种可选治疗方法，此次治疗为全省首例A型肉毒毒素膀胱腔内注射术。