

歌手方大同因病去世,此前曾因气胸多次住院

专家 典型症状为突发胸痛,瘦高个男性高发

本报记者 陈艳阳 通讯员 蒋凯

3月1日,赋音乐有限公司发布消息,音乐人方大同于2025年2月21日去世,享年41岁。据悉,2010年方大同曾因操劳过度出现气胸(爆肺)而数度住院。2024年方大同回归时表示自己正在康复的路上,身体状况已有了长足的改善,但还未完全康复。气胸是一种什么疾病,如何有效防范?记者就此采访了中南大学湘雅三医院心胸外科主任兼胸外专科主任、主任医师金龙玉。

气胸多见于瘦高个男性

金龙玉主任表示,胸膜腔是肺和胸壁之间的一个密闭腔隙,正常情况下,胸膜腔内没有气体,呈负压状态。当胸壁或者肺部有漏口,气体进入胸膜腔后,就形成了气胸。

在临床上,造成气胸的原因有多种,主要分为自发性、外伤性和医源性。其中,自发性气胸最为常见,简单来说,就是肺表面破了个小洞,空气从肺里漏到了胸膜腔。随着气体越积越多,气体占据胸腔的空间越大,肺变得越小。

自发性气胸有原发性、继发性两种。原发性气胸,是指无外源性、接入性因素、基础疾病的情况下,肺脏实质自行破裂,使气体于胸腔内积聚的气胸。继发性气胸是指在肺部疾病发生病理变化(如肺间质纤维化、大疱性肺气肿、肺结核等)的基础上发生、发展而形成的气胸,多见于有挤压肺部疾病的患者。

气胸多见于体型瘦高者,男性多于女性。存在肺气肿、肺大疱及慢性阻塞性肺疾病的患者也是气胸的高危人群。

典型症状为突发胸痛

金龙玉主任解释,正常人有左右两个肺,当一侧发生气胸

时,仅一侧肺正常工作,人体自然感到不适。发生气胸时,随着腔内的气体越来越多,胸膜腔不断膨胀,直接压迫到肺让肺无法充气扩张,这时候人会出现呼吸困难。同时,还会出现典型的症状,表现为突发胸痛,严重的可为针刺状或刀割样,并可能因胸闷和呼吸困难,导致刺激性咳嗽。

对于易发人群来说,他们常在做类似举重这种短时间内瞬间爆发巨大能量的运动时,大笑或者大叫,甚至便秘、提重物,气道压力骤升,都可能噗的一声肺泡破了引发气胸。有些患者在正常活动或安静休息时发病;有时患者仅在体格检查或常规胸部透视时才被发现。而有肺气肿的老年人,即使肺压缩不到10%,亦可产生明显的呼吸困难。

气胸的治疗方法有哪些

金龙玉主任表示,目前,CT加胸片是诊断气胸的重要方法。基本治疗方法包括一般治疗、排气疗法、手术疗法等。

1. 一般治疗 气胸患者应绝对卧床休息,充分吸氧,尽量少讲话,使肺活动减少,利于气体吸收和肺的复张。一般治疗尤其适合首次发作,肺压缩在20%以下,不伴有呼吸困难的患者。



2. 排气疗法 排气疗法,简单来说,就是胸穿放气,特别是当大量的肺泡破了,进入胸膜腔的气体比较多时,宜采用该方法。胸腔闭式引流术是通过一根管子把气放出来,建立一个胸膜腔和外界的气体通道,通过引流装置把胸膜腔的气体直接排出来,之后再修补胸膜上的洞。

3. 胸腔镜微创手术 近年随着腔镜外科器械的优化,手术处理自发性气胸已成为安全可靠的方法。一般会在患者胸部做1~3个长度不超过1厘米左右的切口,置入胸腔镜和手术器械,找到漏气或者潜在漏气的地方,用切开缝合器进行切除或者修补。

其中,手术可消除肺的破口又可从根本上处理原发病灶,如肺大疱、支气管胸膜瘘、结核穿孔等,或通过手术进行胸膜固定。因此,腔镜手术是治疗顽固性气胸的有效方法,也是预防复发的最有效措

■权威发布

中国公民健康素养66条

做健康第一责任人^⑬

第34条 不吸烟(含电子烟),吸烟和二手烟暴露会导致多种疾病。电子烟含有多种有害物质,会对健康产生危害

我国吸烟人数超过3亿,约有7.4亿不吸烟者遭受二手烟暴露的危害。每年死于吸烟相关疾病的人数超过100万。吸烟和二手烟暴露导致的多种慢性疾病给整个社会带来了沉重的负担。

烟草烟雾中至少含有70种致癌物。吸烟及二手烟暴露均严重危害健康,即使吸入少量烟草烟雾也会对人体造成危害。

吸烟可导致多种恶性肿瘤、冠心病、脑卒中、慢阻肺、糖尿病、白内障、勃起功能障碍、骨质疏松等疾病。现在吸烟者中将来会有一半人因吸烟而提早死亡。二手烟暴露可导致冠心病、肺癌、脑卒中和慢阻肺等疾病。烟草烟雾中的有害物质可以通过胎盘进入胎儿体内,影响胎儿发育。孕妇暴露于二手烟可导致婴儿出生体重降低、唇腭裂等出生缺陷、早产、流产以及婴儿猝死综合征等危害。儿童暴露于二手烟可增加发生支气管哮喘、急性中耳炎、呼吸道疾病等发病风险。

不存在无害的烟草制品,只要吸烟即有害健康。相比于普通卷烟,吸“低焦油卷烟”并不会降低吸烟带来的危害。这主要是因为吸烟者在吸“低焦油卷烟”的过程中存在“吸烟补偿行为”,包括用手指和嘴唇堵住滤嘴上的透气孔、加大吸入烟草烟雾量和增加吸卷烟支数等。“吸烟补偿行为”使吸烟者吸入的焦油和尼古丁等有害成分并未减少。“中草药卷烟”与普通卷烟一样会对健康造成危害。

电子烟是一种模仿卷烟的电子产品,主要由烟油、加热系统、电源和过滤嘴四部分组成。烟油中含有尼古丁、香精、丙二醇等化学物质。使用电子烟会增加心血管疾病和肺部疾病的发病风险,影响胎儿发育。大多数电子烟使用者同时使用卷烟或其他烟草制品,两种或多种产品导致的健康危害可能会产生叠加。电子烟会对青少年的身心健康和成长造成不良后果,同时会诱导青少年使用卷烟。

第35条 少饮酒,不酗酒

酒的主要成分是乙醇(酒精)和水,几乎不含有营养成分。酒精对身体的大部分器官和系统都产生危害,有引发成瘾、依赖的特性。1克酒精可提供7千卡的热量,产热能力仅次于脂肪。经常过量饮酒,会使食欲下降,食物摄入量减少,从而导致多种营养素缺乏、急慢性酒精中毒、酒精性脂肪肝等,严重时会造成酒精性肝硬化。过量饮酒还会增加患高血压、脑卒中(中风)、精神障碍等疾病的风险,并可导致交通事故及暴力事件的增加,危害个人健康和社会安全。

不建议饮酒。成年人若饮酒,应限量,不劝酒,不酗酒。成年人一天饮用酒精量建议不超过15克,相当于啤酒450毫升、葡萄酒150毫升、低度白酒50毫升、高度白酒30毫升。儿童青少年、孕妇、乳母、慢性病患者不应饮酒,驾车、操纵机器等特定职业人群禁止饮酒。

如果出现无法克制的对酒的渴望,不喝酒就会感到身体、心理上不舒服,甚至出现幻觉、妄想等精神症状,这是酒精依赖症的表现,需要到综合医院的精神科或精神专科医院就诊。

来源:国家卫生健康委官网

肛肠疾病患者的心理护理要点

肛肠疾病患者常常因疾病的特殊性而承受着较大的心理压力,焦虑、紧张等不良情绪较为常见。有效的心理护理不仅能缓解患者的负面情绪,同时对疾病的康复也有着积极作用。下面为大家介绍肛肠疾病患者的心理护理要点。

情志护理

中医认为,情志与脏腑功能密切相关,不良的情志会影响病情恢复。护理人员应与患者深入沟通,了解其心理状态,并给予针对性的心理支持和安慰。可以通过向患者讲述疾病的发生、发展及转归过程,消除其对疾病和治疗的恐惧与焦虑;也可通过聊天、讲故事等方式转移患者注意力。

中医外治法

1. 中药熏洗 选用具有清热解毒、消肿止痛、活血化瘀等功效的中药煎汤,让患者坐浴或熏洗肛门局部。汤药的温热作用可促进局部血液循环,减轻疼痛、肿胀等症状;同时能让患者身心放松,有效缓解焦虑、烦躁等不良情绪。

2. 穴位按摩 按摩特定穴位可疏通经络、调和气血、平衡阴阳。如按摩内关穴可宁心安神、理气止痛,减轻紧张、焦虑情绪;按摩足三里能调节脾胃功能,让患者身心愉悦;按摩合谷穴有镇静止痛、通经活络之效,有助于减轻疼痛。

3. 耳穴压豆 选取神门、交

感、肛门等耳穴,用王不留行籽进行按压刺激。神门穴有镇静安神、调节神经功能的作用,能缓解患者紧张、焦虑情绪,同时有助改善睡眠;交感穴可调节自主神经功能,减轻身体的应激反应;刺激肛门穴可调节局部气血,减轻症状,从而减轻患者的心理负担。

环境与氛围营造

可根据患者的喜好播放节奏舒缓、旋律优美的古典音乐,如《梅花三弄》《高山流水》等,以宁心安神;也可在病房内放置含薰衣草、茉莉花等成分的安神香囊,帮助患者放松身心,改善睡眠质量。

湖南中医药大学第一附属医院
肛肠科 王殊