

# 如何识别致命疾病的早期信号?

●河北省承德市鹰手营子矿区第六医院 李峰云

在快节奏的现代生活中,人们往往因为工作繁忙、生活压力大而忽视自己的健康。然而,许多致命疾病在发病初期是会有一些不明显的信号的。如果市民能够学会识别这些信号,及早就医,那么治疗的成功率会大大提高。本文为大家介绍一些常见致命疾病的早期信号,帮助大家更好地守护自己家人的健康。

## 心脑血管疾病

心脑血管疾病是目前我国居民死亡的首要原因,其早期信号不容忽视。

1.胸痛:胸痛是心肌梗死等严重心脏疾病的典型症状。如果胸痛持续数分钟,且伴有压迫感、紧缩感或烧灼感,应高度警惕。

2.心慌、气短:突然出

现的心跳加速、呼吸急促,可能是心脏疾病的征兆。尤其是伴有乏力、头晕等状况时,应及时就医。

3.头晕、头痛:频繁出现的头晕、头痛,可能与高血压、动脉硬化等疾病有关。若伴有恶心、呕吐等状况,更应警惕。

4.肢体麻木、无力:突然出现的一侧肢体麻木、无力,可能是脑卒中的前兆。此时应立即就医,以免错过最佳治疗时机。

## 恶性肿瘤

恶性肿瘤是危害人类健康的严重疾病,早期发现、早期治疗对预后至关重要。

1.不明原因的消瘦:如果没有刻意减肥,却出现体重持续下降、消瘦的现象,应警惕恶性肿瘤的可能。

2.异常肿块:身体任何部位出现异常肿块,尤其是质地较硬、活动度差的肿块,应及时就医检查。

3.持续性疼痛:身体某部位出现持续性疼痛,且逐渐加重,可能是恶性肿瘤的征兆。例如,持续的腹痛可能与胰腺癌、肝癌等有关。

4.反复发热:不明原因的反复发热,可能是淋巴瘤、白血病等恶性肿瘤的表现。此时应进行相关检查,以明确诊断。

## 呼吸系统疾病

呼吸系统疾病如肺炎、支气管哮喘等,在严重时也可危及生命。

1.咳嗽、咳痰:长期咳嗽、咳痰,尤其是伴有脓性痰或血痰时,应警惕呼吸系统疾病的可能。



2.呼吸困难:突然出现的呼吸困难,可能是支气管哮喘、气胸等疾病的征兆。此时应保持冷静,迅速就医。

3.胸痛:呼吸系统疾病引起的胸痛,通常与呼吸运动有关。如果胸痛在深呼吸或咳嗽时加重,应及时就医检查。

## 消化系统疾病

消化系统疾病如消化道出血、急性胰腺炎等,在严重时也可危及生命。

1.呕血、黑便:呕血或排

出柏油样黑便,可能是消化道出血的表现。此时应立即就医,以免失血过多危及生命。

2.腹痛:剧烈的腹痛可能是急性胰腺炎、急性胆囊炎等疾病的征兆。此时应保持安静,迅速就医。

3.黄疸:皮肤、巩膜出现黄染现象,除了可能与肝胆疾病有关外,还可能是其他严重疾病的前兆。因此,一旦发现这些症状,应立即进行肝功能等相关检查,及时明确诊断,避免病情恶化。

近日,南京主城区大部分路段出现中度到重度飘絮,很多过敏性鼻炎患者也进入了“一把鼻涕一声嚏”的难熬时期。南京市中西医结合医院耳鼻咽喉科副主任医师朱晓燕提示,防治过敏性鼻炎,以下十点一定要注意。

1.避免接触过敏原,建议积极检测过敏原,能更有针对性地避免接触。

2.过敏性鼻炎的发作与机体免疫力相关,建议作息规律、适当锻炼,避免熬夜劳累。

3.房间可以使用除螨仪、吸尘器、加湿器等除尘保暖保湿,且需定期通风。

4.被褥勤晾晒,家里少用或不用地毯毛毯,尽量避免毛绒玩具或者装饰品。

5.注意正确擤鼻涕的方

法应该是堵住一侧鼻孔,擤另外一侧,交替进行。

6.多吃一些富含维生素C的新鲜蔬菜水果。

7.过敏性鼻炎发作时需医师指导下科学用药,避免鼻炎的加重,导致鼻息肉、鼻窦炎甚至哮喘等并发症的发生。

8.过敏性鼻炎发作时,如果症状轻,可以口服相关药物治疗,症状较明显时,配合外用制剂。

9.中医认为,过敏性鼻炎比较常见于卫表不固、肺脾肾三脏虚寒等人群,需要辨证调理体质,可以选择服用中药、针灸推拿、冬病夏治等中医治疗手段。

10.如果过敏原确定是尘螨,可以考虑进行脱敏治疗。

杨璞

## 防治过敏性鼻炎要点

## 各种口腔检查有什么作用?

在做种植牙、牙齿矫正或拔智齿前,都需要做一系列口腔检查。这些检查分别有什么作用呢?

**口腔全景片** 有助于对牙齿结构、牙周情况、牙列关系的综合分析,能判断是否有埋藏牙,并涉及头面部外伤、骨折、开口困难等检查,利于牙齿矫正、种植、修复等治疗。

**口腔小牙片** 主要用于牙病治疗,比如根尖、根周疾病的精准评估,埋伏牙、阻生

牙的治疗手段确定,局部咬合问题矫正方案的制定等。

**口腔CT** 拔智齿、种植牙等都需要做口腔CT,它能更清晰地展示口腔组织和咬合关系,方便医患沟通和医生的手术方案设计。

**头颅侧位片** 能分析牙齿生长发育情况,评估牙列和头骨生长关系,辅助矫正方案设计,预测牙齿矫正对面部的影响和改善效果。摘自《今日嵊州》



## 血糖控制不佳反复住院竟是罕见糖尿病

今年40岁的“糖友”肖肖(化名)在20岁出头的时候就得了糖尿病。她体型偏瘦,一直感觉身体乏力,听力也有所下降,多次因糖尿病酮症酸中毒而住院。直到最近在山东省济南市第四人民医院就诊,她才知晓自己患的是罕见的线粒体糖尿病,该病在糖尿病人群中发病率仅为0.5%~1.5%。

该院内分泌科主任医师李振介绍,线粒体糖尿病发病年龄偏小,多在45岁前

发病,家族性多见;基本上都是通过女性的基因向下传递,就像姥姥传给妈妈,妈妈再传给女儿,如果传给儿子就不再往下传递,也并不是所有孩子都会遗传。另外,线粒体糖尿病患者体重偏轻或正常,可以伴有轻度至中度神经性耳聋,不一定和糖尿病同时发病,有的会出现乳酸水平升高、视网膜病变等。值得注意的是,该病常合并有因线粒体功能障碍所致的其他器官功能障碍,如线粒体性脑肌

病等,病者除有肌无力外,还伴发肌阵挛癫痫、共济失调、视神经萎缩、周围神经病以及神经性耳聋和智能低下等症,癫痫发作和发作性呕吐为此型病者最常见症状。

李振提醒,线粒体糖尿病治疗原则与1型及2型糖尿病不同,应根据病情选用磺脲类药物或胰岛素治疗,因为有乳酸增多倾向,应尽可能避免使用二甲双胍,辅酶Q10则有比较肯定的治疗效果。据齐鲁壹点

## 治疗骨质疏松针剂并不适合所有人

骨质疏松症患者最常见的骨折类型就是脊柱骨折,特别是椎体的压缩性骨折,老年人和绝经后妇女群体较易发。这类骨折后骨愈合过程减缓,再次发生骨折的风险也大,很多患者选择注射针剂来治疗骨质疏松。对此,湖北省中医院骨伤科副主任医师张志文强调,这类针剂虽有效但并不适合所有人。



张志文表示,地舒单抗注射液是一种用于治疗特定类型的骨质疏松症的药物,通过与RANKL(受体激活的核因子κB配体)结合,阻断破骨细胞的形成、功能和存活,从而减少骨吸收,增加骨量,改善骨强度。它的使用方法也相对较为便利,以60毫克计量为例,每6个月在大腿、腹部或上臂皮下注射1次。但该药也有副作用,能在一定程度上抑制体内肿瘤生长和新骨形成,使用过程或引起四肢酸痛、关节疼痛和关节疲劳感;部分患者可能会出现头痛症状,甚至是剧烈性头痛;肠胃反

应也是其常见的副作用,如恶心、呕吐、腹痛、腹泻等不良反应。

还有一些人群是不适合使用的。首先对地舒单抗或其成分过敏患者,应避免使用;其次地舒单抗会降低血清中的钙离子含量,因此对于已经患有低钙血症的患者,应慎重使用。此外,它可能引发过敏症状,如呼吸困难、皮疹、荨麻疹等,有过敏史的患者也应慎用。还需注意的是地舒单抗可能影响骨骼修复和愈合,牙科或口腔术后创口未愈合的患者应避免使用。

摘自《武汉晚报》