

关于破伤风 一起了解一下

今年9月8日是第三个“中国破伤风日”。今年“破伤风日”的主题是“关注破伤风,健康共行动”。什么是破伤风?破伤风有什么典型症状?什么情况下需要打破伤风?潍坊市益都中心医院急诊外科(西院区)的医生为您详细解答。

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣
通讯员 耿亮

什么是破伤风

破伤风是破伤风梭状芽胞杆菌经皮肤或黏膜伤口侵入人体导致的急性感染性中毒疾病,在没有医疗干预情况下,病死率达到100%。破伤风的感染风险大、致死率高,但注射破伤风针和破伤风疫苗能够有效治疗和预防该疾病。

破伤风有什么典型症状

肌肉僵硬和痉挛:这是破伤风最典型的症状。开始时可能是面部肌肉的僵硬,逐渐扩展到颈部、背部、腹部和四肢肌肉。肌肉痉挛会导致疼痛和不适,甚至可能扭曲身体姿势。病情进展后,患者可能会出现全身性的震颤。

脸部表情僵化:面部肌肉的痉挛会导致面部表情僵化,使患者表情呆板或木讷,像是在苦笑。

吞咽和呼吸困难:肌肉的痉挛还会影响咽部肌肉和呼吸肌肉,导致吞咽困难和呼吸困难。严重的情况下,可能需要呼吸机支持。

高热和出汗增多:破伤风患者可能出现高热和过度出汗,体温可能升高到高热状态。

敏感度增加:感觉敏感度可能增加,患者可能对触摸、声音或光线更为敏感。

什么情况下需要打破伤风

出现以下情况,建议尽快到正规医疗机构就诊:

较深的伤口,比如可以肉眼看到肌肉层,甚至骨骼。

污染严重的伤口,比如生锈的金属器具、木屑造成的伤口。

烧伤、烫伤、大面积损伤。

其他可能导致皮肤黏膜破损、感染的情况。

牙齿敏感需要补牙吗

不少朋友会有牙齿敏感的问题,其实牙齿敏感是因为牙髓组织受到了外界刺激。正常情况下由牙釉质保护,接受冷热酸甜刺激时不会有明显感觉,如果牙本质暴露,刺激传导到牙髓,就会引起不适。

临床上,引起牙齿敏感的原因常见如下:

最常见的是龋齿,龋坏引起牙体组织破坏,会出现牙齿敏感,需要补牙。

由于刷牙方法不正确,引起牙齿颈部楔状缺损,需要进行补牙。

慢性牙周炎,需要到口腔科进行系统的牙周治疗。

牙釉质缺损,牙齿过度磨损,引起牙本质暴露,导致牙齿敏感,可先使用脱敏牙膏刷牙,若效果不佳,可到口腔科进行脱敏治疗。

潍坊口腔医院 邢伟玲

牙缝能补吗

在门诊经常遇到患者问:“牙缝能不能补?”导致牙缝变大的因素主要有以下几个方面:

先天性因素:先天牙齿发育畸形,青少年时期就表现出牙齿排列不齐。

牙齿缺失时间长,未行处理:缺牙时间过长,邻牙向间隙倾斜形成牙缝。

严重龋齿:邻面龋坏时,与邻牙间形成空隙。

牙周病:牙周病导致牙槽骨吸收,时间越长,牙根暴露越明显,缝隙越明显。

在调整前,首先明确造成牙缝出现的病因,如果是牙周炎引起的牙缝变大,必须先接受牙周治疗,控制炎症发展,随后再进行相应的修复治疗。

那么,该如何补救呢?

树脂修复:对于1mm-2mm的门牙牙缝,可以直接用树脂美学修复,但脱落几率大,需要定期维护。

牙齿矫正:通过带牙套矫正的方法,达到收缩牙齿缝隙的目的,但时间久,需要1.5年-2年。

牙冠修复。

贴面修复:损伤小,操作时间短,一般用于前牙。

潍坊口腔医院 李冰

得了焦虑症怎么办

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

随着现代生活节奏的加快,越来越多的人开始感受到压力与焦虑的困扰。焦虑症作为一种常见的心理障碍,不仅影响着人们的心理健康,还可能对日常生活和工作造成严重影响。焦虑是由生物、心理、社会因素共同作用而促发的心理精神障碍,要想有效克服焦虑的困扰,需要从心理治疗、药物治疗及社会因素和其他辅助疗法等几个方面来治疗。

潍坊市精神卫生中心精神二科主治医师张晓霞表示,心理因素是产生焦虑的重要原因,要想彻底改善焦虑症状,心理治疗是不可或缺的治疗方法。认知行为疗法是最常用的心理治疗方法之一,通过帮助患者识别和改变不健康的思维模式和行为习惯,来减轻焦虑症状。在治疗过程中,患者会学习如何识别并处理焦虑的触发因素以及如何建立积极、健康的应对机制。除了认知行为疗法,支持性心理治疗、放松训练等心理治疗方法也很常用。支持性心理治疗通过提供情感支持和理解,帮助患者缓解焦虑情绪;而放松训练则通过教授患者深呼吸、渐进性肌肉放松等技巧,来减轻身体的紧张感。

张晓霞说,焦虑障碍人群脑内神经介质存在失衡,常用的抗焦虑药物包括苯二氮草类药物、5-羟色胺再摄取抑制剂等,这些药物可以通过调节神经递质的水平来减轻焦虑症状。而常用的药物有以下几类:

第一是苯二氮草类。常用的药物有阿普唑仑、劳拉西泮,对广泛焦虑障碍的躯体症状有效。优点是起效较快,同时可以改善失眠症状,可以短期使用,一般在3周内。

第二是5-羟色胺部分激动剂。如丁螺环酮和坦度螺酮,对广泛焦虑障碍有效,但起效较苯二氮草类慢,优点是产生药物依赖和戒断症状。

第三是新型抗抑郁药。如选择性5-羟色胺再摄取抑制剂类抗抑郁药物(包括艾司西酞普兰、帕罗西汀、舍曲林等)、5-羟色胺和去甲肾上腺素再摄取抑制剂(如度洛西汀)、抗癫痫药(普瑞巴林)等可作为焦虑症药物治疗的首选,一般2周内起效,尤其是长期治疗安全有效。

需要注意的是,药物治疗需要在医生的指导下进行,患者必须严格遵循医嘱用药,避免自行增减剂量或突然停药。

张晓霞告诉记者,由于社会环境因素也是焦虑发生的重要因素,积极改变不利影响因素,充分发挥家庭和社会支持系统,比如改善家庭关系、调整工作强度、求助心理咨询或者心理热线等。另外,针灸、按摩等传统治疗方法和经颅磁刺激、生物反馈治疗等物理疗法可以通过刺激身体的穴位或肌肉,来减轻身体的紧张感,从而帮助患者缓解焦虑症状。

心衰患者的自我管理: 监测体重

对于心衰患者,每天称体重可以了解自己的病情变化,早发现疾病加重的警告信号,心衰病人体重上升意味着体内水分增加,是病情恶化的重要提示,体重下降意味着体液潴留减轻,所以体重是判断液体潴留的标准,采用体重管理的方法指导督促患者监测体重,可改善心功能水平。

时间:每天同一时间测量

准备:晨起空腹、大小便之后

服装:每天穿着同样厚薄的衣服、脱鞋

体重计:使用同一个体重计

位置:将体重计放在坚硬地面

记录:将体重记录在本子上并做比较

若规范测量体重发现3天内体重增加大于2公斤,可能提示心衰加重,需及时就诊。

潍坊市人民医院心内二科 郑佳辉



医路同行

主持人:王路欣

让我们一起守护健康

