



# 肺炎猛于虎，重症肺炎更需警惕

■儋州市人民医院 郑凤仙

肺炎是临幊上比较常见的呼吸道感染性疾病，也属于下呼吸道感染疾病，多发生于体质比较虚弱的孩子。一直以来，肺炎都是国家乃至世界医学领域高度关注的话题之一。在任何季节，就算是夏季，都有可能出现感冒、发烧、咳嗽等症状，如果平常不注意处理这些症状，任由其自行发展的话，那么患肺炎的风险也会越来越大，甚至还会发展为重症肺炎，这将会极大地威胁患者的生命安全，所以应对此引起高度重视。以下将给大家讲讲肺炎和重症肺炎的一些知识，希望对大家有所帮助。

## 一、肺炎和重症肺炎有哪些症状表现？

肺炎的主要症状就是发热、咳嗽、咳痰等表现，部分患者可能会出现咯血以及胸痛、胸闷等症状，有一小部分患者可能只有发热的表现，没有咳嗽、咳痰等呼吸道症状。肺炎的症状如果出现重症，主要表现在呼吸、血压方面出现异常，其中呼吸上表现为呼吸频率增快，血气化验氧分压<60mmHg，或者氧合指数<300mmHg，而血压方面表现为血压下降，低于90/60mmHg，同时合并外周器官灌注减少的表现，比方说少尿、昏迷、紫绀、四肢末梢凉、胃肠道功能障碍等。

## 二、肺炎和重症肺炎有什么区别？

重症肺炎和普通肺炎的区别主要

在于病情的程度，如果考虑为重症肺炎，患者需要通气支持，比如出现急性呼吸衰竭，严重的气体交换障碍或者持续的低氧血症，并且出现循环支持，需要加强监护，都可以认为是重症肺炎。普通肺炎一般病情比较轻，主要表现为咳嗽、咳痰，不会出现感染性休克的表现，也不需要有创呼吸机予以通气治疗，并且炎症指标也不是很高，肺部感染病灶范围比较小。但无论是重症肺炎，还是普通的肺炎都需要及早予以治疗。

## 三、肺炎和重症肺炎怎么预防？

首先，如果已经感染肺炎，这个时候一定要及时就医，遵医嘱选择敏感的抗炎药物进行规范治疗，使炎症逐

渐减弱和消退，防止出现呼吸功能不全的情况。

其次，在炎症反应过程中，配合医护人员适当做一些心肺功能的训练，比如缩唇呼吸、吹气球的呼吸训练、做瑜伽、打太极拳等，这能够提高心肺功能，防止心肺功能受损而导致重症肺炎，而且还要医生密切监测患者的生命体征变化，对于出现的缺氧状态，应该及时吸氧，补充足够的氧气，防止出现呼吸衰竭。

再者，在生活中不要太劳累、小心不要着凉、不要到人多的地方、容易有感染的地方，要适当锻炼身体，肺炎也是因为抵抗力差，才会引起感染。适当地慢跑、走路、游泳，不仅能增强人的

抵抗力，也能预防重症肺炎。如果出现大面积传染情况，避免到公共场所及容易传染的地方，避免接触具有传染性的病人。

最后，在饮食方面，多吃一些清淡的食物，保证每日饮水量充足，不要吃辛辣油腻的食物，以免刺激肺部，导致肺部疾病更为严重。

总之，肺炎猛于虎，重症肺炎更需警惕。以上给大家介绍了肺炎和重症肺炎的症状表现、区别以及预防方法，希望大家收藏起来，多看看，多学习，了解肺炎和重症肺炎的症状表现，只有学会识别这类疾病，掌握相应的预防方法，才能更好地应对和处理，避免生命健康受到损害。

# 关于粒细胞缺乏那些事儿

■三亚市人民医院 邓黎黎

粒细胞缺乏症是指外周血中性粒细胞数量低于 $0.5 \times 10^9/L$ 的一种血液系统中的急症，由于粒细胞缺乏，机体抵抗力明显下降，极易合并严重感染，危及生命。所以一旦出现，积极地做好预防和治疗非常重要，但是很多人对于粒细胞缺乏症的认识和了解不多，下面我们针对粒细胞缺乏症可见于什么人群、会出现什么症状表现以及如何处理进行科普。

## 一、粒细胞缺乏症可见于什么人群？

粒细胞缺乏可分为先天性和获得性两类，后者常见于某些药物、放射线、严重的感染性疾病的患者，更常见于恶性肿瘤化疗后的患者。

## 二、粒细胞缺乏症会出现什么症状表现？

由于粒细胞的减少，机体对细菌、真菌等微生物的抵抗能力下降，容易出现反复发作的感染，可表现为寒战、高热、全身疲乏等症状，严重者可出现感染性休克甚至死亡。感染常见于呼吸道，表现为咽痛、咳嗽、咳痰等；泌尿道，如尿频、尿急、尿痛等；口腔黏膜、口腔溃疡；肛周皮肤，肛周疼痛、脓肿等。

其他表现为：可能出现乏力、全身不适、食欲减退、体重下降等非特异性症状。

## 三、发现粒细胞缺乏应该怎么办？

### 1. 监测体温变化

发热是感染的常见症状之一，严密监测体温变化，对早期发现感染十分重要，一旦出现发热可千万不能轻视，一定要及时到医院就诊！发热患者按医嘱应用降温措施，必要时遵医嘱使用抗生素。当体温 $>38.5^\circ\text{C}$ 按医嘱服用布洛芬、对乙酰氨基酚等降温药物。

### 2. 口腔护理

高热状态下唾液分泌减少等原因，粒细胞缺乏症易发生口腔炎、口腔溃疡等，影响患者进食和休息，所以做好口腔护理也非常重要。漱口水选择：清洁口腔可用温开水或自配淡盐水（500ml 温开水中加3g~4g 盐）。预防口腔感染给予氯己定漱口液、制霉素漱口液等。

### 3. 肛周护理

粒细胞缺乏症患者免疫力低下，有

时小小的肛周破损即可引起感染，甚至肛周脓肿，因此加强肛周护理也同样重要。保持大便通畅，避免用力排便诱发肛裂，增加局部感染概率。特别是有“痔”患者，每次便后用温水清洗干净，必要时使用碘伏溶液或高锰酸钾溶液预防肛周感染。

### 4. 关于饮食

患者饮食新鲜，餐前便后彻底清洗双手，剪短指甲，不吃隔夜或者反季节食物，多吃新鲜水果、蔬菜、牛奶、鸡蛋和豆制品等营养丰富的食物。水果宜去皮，草莓、樱桃、杨梅等不建议食用。注意饮食卫生，不吃生冷不洁、硬、粗、不易消化及刺激性食物等，确保食品的卫生安全。患者的餐具建议专人专用，并做好清洗、消毒和保洁工作。

### 5. 关于其它

外出戴口罩，避免到人群密集处。保持室内空气清新、流通。

总之，了解粒细胞缺乏症的高危人群，可以及时做好预防和自我管理，同时粒细胞缺乏症的症状表现因个体差异而有所不同，严重程度可能不同，需根据具体情况进行诊断和治疗。

# 急性牙髓炎疼痛的4大特征，及早识别治疗

■海口市人民医院 杨国访

急性牙髓炎是牙髓组织的急性炎症，急性牙髓炎疼痛的四大特征如下：

**第一，钝痛或搏动性疼痛：**急性牙髓炎的疼痛通常是持续性的，可能会出现钝痛或搏动性疼痛感。

**第二，加重疼痛：**疼痛会在咀嚼、咬合或温度变化（冷热刺激）时加重，可能会导致疼痛不适感加剧。

**第三，震颤疼痛：**当受感染牙髓受到震颤时，疼痛感可能会加剧。如，当咬合时或敲击患牙时。

**第四，露髓出血：**当急性牙髓炎进展严重时，可能会导致牙髓组织发炎和坏死，出现牙髓腔内的出血。

早期识别和治疗急性牙髓炎非常重

要，以下是早期识别和治疗急性牙髓炎

的方法：

### 第一，早期识别：

**牙痛：**急性牙髓炎通常伴有牙痛，疼痛可能是持续性的或间歇性的，且可能会加重。

**牙齿敏感：**受到冷热刺激后，牙齿可能会变得敏感。

**牙龈红肿：**受感染的牙齿周围可能出现牙龈红肿的症状。

**牙齿松动：**牙髓炎的严重程度可能导致牙齿变得松动。

### 第二，治疗方法：

**就诊牙医：**如果怀疑患有急性牙髓炎，应该尽快去看牙医。牙医会通过口腔检查和X光检查确认诊断。

**使用抗生素：**牙医可能会开具抗生

素来控制感染。抗生素可以杀死牙髓炎引起的细菌。

**根管治疗：**对于病情较严重的急性牙髓炎，可能需要进行根管治疗。这个过程是清除感染的牙髓组织并填充根管。

**牙齿拔除：**如果牙髓炎非常严重，无法通过其他治疗手段控制感染，牙医可能会建议拔除受感染的牙齿。

总之，多了解一些有关于急性牙髓炎的相关知识，掌握急性牙髓炎疼痛的4大特征，可以尽早发现急性牙髓炎，及时到医院进行诊断和治疗，从而更好地控制疾病发展，减轻急性牙髓炎的疼痛。

# 椎体压缩性骨折对身体会造成哪些影响？

■三亚市人民医院 陈希跃

椎体压缩性骨折在临幊上非常常见，当出现骨折后，患者的身体健康会受到影响，需要及时进行干预和治疗。为了让更多人认识和了解椎体压缩性骨折，下面我们将针对相关知识进行科普。

## 1. 椎体压缩性骨折对身体会造成哪些影响？

椎体压缩性骨折对身体可能造成以下影响：

**(1)腰背疼痛：**椎体压缩性骨折通常伴随着腰背疼痛，疼痛程度因骨折的严重程度而异。

**(2)身高减少：**椎体压缩性骨折会导致椎间盘崩塌，使脊柱变形，从而引起身高的减少。

**(3)姿势异常：**椎体压缩性骨折可能

导致脊柱的曲度改变，使得姿势变得不正常。

**(4)神经损伤：**部分椎体压缩性骨折可能会对脊髓或神经根产生压迫，导致神经损伤，出现感觉异常、麻木或肌力减退等症状。

**(5)压迫性损伤：**椎体压缩性骨折可能对脊髓或神经根产生压迫，导致下肢麻木、尿失禁、排便困难等压迫性损伤症状。

**(6)心理影响：**椎体压缩性骨折对患者的身体形象和活动能力造成了一定的影响，可能引起自卑、抑郁等心理问题。

**2. 椎体压缩性骨折的常见治疗方法：**

椎体压缩性骨折的常见治疗方法包括：

**(1)保守治疗：**对于无明显神经功能

丧失和不稳定性的患者，可以采用保守

治疗方法。主要包括卧床休息、佩戴硬质颈托或胸腰背托、疼痛管理、物理治疗和康复训练等，以帮助减轻疼痛、保持患者的活动度和增强肌力。

**(2)固定术：**主要是通过脊柱钉棒系统固定在椎体上，以稳定骨折部位，促进骨折愈合。

**(3)椎体成形术：**椎体成形术（Vertebroplasty）和椎弓根成形术（Kyphoplasty）是通过将特殊骨水泥（骨水泥）注入受损的椎体中，来缓解疼痛和稳定椎体的手术方法。

总之，椎体压缩性骨折对身体的损伤非常大，多了解一些相关知识，可以在出现骨折的时候，积极配合治疗，也能减少不必要的负面情绪。

# 血常规检查 重点要看这三个指标

■海南西部中心医院 余方方

白细胞发现并消灭。

血常规是做身体检查时最常见的一项项目，也就是我们通常所说的抽血化验。尽管该项检查非常简单、便捷，但是化验单上却是密密麻麻的指标与数据，很多人都表示看不懂。其实，对于普通人来说，拿到血常规化验单时只要重点看这三个指标就可以了！

### 1. 血小板

血小板是血细胞的主要成分之一，最大的作用在于止血与凝血。即在身体出现出血情况的时候，血小板会立刻出动，在出血部位聚集，充分发挥止血与凝血作用。

正常情况下，人体内的血小板数量维持在 $100\sim300 \times 10^9/L$ 这一范围内，因而超出或低于该范围都是不正常的。如超出该范围，说明人体内存有出血风险，或体表有创口导致血液外渗；而低于该范围，则说明患有某种血液疾病，需要尽早治疗。

### 2. 白细胞

白细胞是一种球形、无色且有核的血细胞，并属于免疫功能细胞，主要作用在于机体防卫，如病毒的入侵可及时被

白细胞发现并消灭。

正常情况下，人体内的白细胞数量维持在 $4.0\sim10.0 \times 10^9/L$ 这一范围内，可基于不同时间和不同机体状态而有一定变化。当身体出现炎性反应时，白细胞数量就会有所增加，而当机体遭受病毒入侵时，白细胞数量就会有所减少。与此同时，一些风湿性疾病或骨骼疾病也会导致白细胞数量减少。

### 3. 红细胞

红细胞是所有血细胞当中数量最多的一种，主要作用在于输送养分，以维持机体正常运作，因此其对于人体健康的重要性不言而喻。

正常情况下，人体内的红细胞数量维持在 $4.3\sim5.8 \times 10^12/L$ 这一范围内。红细胞数值偏高有相对性和继发性两种情况，前者是基于身体血容量降低所导致，后者则更多的是基于慢性肾上腺功能减退而导致。

总之，对于血常规检查，重点要看以上三个指标，无论是数值的升高还是降低，都需引起重视。

# 科普麻醉知识 提高大众认知

■海南医学院第二附属医院 郑育秀

相信大家都有听过手术麻醉，但是麻醉真的就是简单打一针吗？其实不然，关于麻醉也有很多的知识，那么接下来就和我一起了解一下吧！

### 什么是麻醉？

麻醉，从字面意思来看，就是通过药物等手段，让病人全身或局部短暂丧失知觉，从而实现无痛。麻醉的作用在于减轻病人的疼痛，确保病人的生命安全，并为病人提供一个更好的操作环境。

**为什么医生不让进食进水？**

一般情况下，人的肺部会产生一种保护性的咳嗽反射，使胃内容物不能进入肺中，而在麻醉之后，这种反射就会消失。但是胃酸会对肺部有很强的刺激作用，容易引起肺部的吸入性肺炎，严重时还会引起呼吸衰竭，危及到生命。在进行麻醉手术时，在吃东西或者是喝了很多水之后，胃部的东西就会在没有完全消化的情况下，被反呕出来，不但会对手术的顺利进行产生不利影响，而且还会引起一些严

重的并发症，甚至会危及病人的生命。  
**全麻是一次性麻醉几个小时吗？**  
全麻并不是一次“麻倒”数个钟头，还会继续注射药物，并随着术中状况的变化，进行相应的调节。这就需要麻醉师对病人的病情进行观察，并根据病人的实际情况，做出有效调整。  
在手术过程中，病人在麻醉之前会出现一种无法避免的心理危机，这会造成病人在术前出现较为严重的身体和心理应激反应，比如在术前一天乃至几天内，病人的睡眠质量会变得很不好，心情复杂、烦闷、健忘、暴饮暴食等。如果这种反应太过剧烈，会对神经、循环、内分泌等多个系统造成严重影响，干扰手术和麻醉的顺利进行，从而导致病人的病情恶化。  
通过对病人进行积极的心理干预，能使病人的精神状况得到良好控制，使病人能够更好配合医生接受手术，保证手术的顺利完成。