

定期复查 长护心健康

□赵磊磊

心衰是一种心脏功能逐渐减弱,导致心脏无法有效泵出足够血液,以满足身体需求的疾病。对于心衰患者来说,除了接受医生的治疗和指导,日常的自我管理也很重要,其中就包括定期复查。

那么,复查时要做哪些项目呢?

心衰患者复查需进行心电图、超声心动图、血液检查和心肺功能测试。

1. 心电图:心电图是评估心脏电生理活动的常用方法,对于心衰患者来说,复查心电图有助于了解心脏节律和传导情况,以及是否存在心肌缺血等问题。

2. 超声心动图:超声心动图是评估心脏结构和功能的重要检查手段,其能够帮助医生了解心衰患者的心脏

结构和功能变化,为治疗提供参考。

3. 血液检查:血液检查包括血常规、肝肾功能、电解质、血脂、血糖等指标。这些指标可以帮助医生评估患者的全身状况,了解是否存在贫血、电解质紊乱等问题,从而为心衰的治疗提供依据。

4. 心肺功能测试:心肺功能测试包括运动试验、肺功能检查等。通过心肺功能测试,医生可以了解患者的心衰程度,制定合适的运动处方,并调整药物治疗。

心衰患者复查这些项目有助于医生全面了解患者的病情变化,为调整治疗方案提供依据。同时,患者还需要检查血压、脉搏、体重,定期向自管医师反馈,逐渐优化心衰药物剂量,以达到最佳治疗效果。

(作者供职于河南科技大学第一附属医院心内科)

出现咳、痰、喘 当心慢阻肺

□史墨宝

慢性阻塞性肺疾病(COPD)是一种以气流受限为特征的慢性肺部疾病,其临床表现和病理生理具有显著的异质性。

如果出现下面这些症状,就要当心慢阻肺来“敲门”了。

●**气短或呼吸困难:**感觉吸进去的空气不够用,这是慢阻肺的典型症状,早期仅于剧烈活动时出现,后逐渐加重,甚至发生于日常活动和休息时。

●**咳嗽:**出现缓慢,迁延多年,以早晨起床时和夜间阵咳为主。

●**咳痰:**痰为白色泡沫或黏液性,合并感染时痰量增多,转为脓痰。

根据病程,慢阻肺可分为稳定期和急性加重期。稳定期是指咳嗽、咳痰和气

短等症状稳定或症状轻微;急性加重期是一个急性起病的过程,主要表现为呼吸困难加重、咳嗽加剧、出现喘息、痰量增多和/或痰液呈脓性等,需要额外的治疗,尤其是住院治疗。

那么,出现慢阻肺急性加重了,应该怎么办呢?

1. 首先使用短效急救药物,包括沙丁胺醇和异丙托溴铵等。

2. 以休息为主,居家低流量吸氧(1~2升/分),缓解胸闷、气促症状,缓解紧张情绪,注意多喝水。

3. 补充丰富的维生素,多食水果、蔬菜等。

4. 及时就医。

(作者供职于河南科技大学第二附属医院呼吸内科)

献血时无偿 为何用血收费

□于志强

我们经常能在街边看到鼓励大家无偿献血的献血车,但患者在医院接受输血时往往是收费的。

很多人对此深感疑惑:为什么献血时无偿,用血却需要花钱呢?

这个疑惑也让很多人误以为血站是营利性机构,拿着人们无私奉献的血液来做买卖,获取暴利。

实际上真的是这样吗?

我国献血法第十一条明确规定:无偿献血的血液必须用于临床,不得买卖。血站、医疗机构不得将无偿献血的血液出售给采血浆站或者血液制品生产单位。

在我国,买卖血液属于违法行为。因为血液不是商品,一旦允许血液进行买卖,一系列因逐利而带来的问题就会随之产生,如造假、隐瞒、稀释等。安全血液来源于献血者

的无私奉献,我国鼓励公民自愿献血。

既然禁止买卖,那为啥用血还收费?

需要注意的是,虽然献血无偿,但这并不意味着血液可以无偿使用。

曾有人做了一个形象的比喻:江河里的水本身是免费的,但是我们每户人家使用的自来水却是收费的。因为水源从江河到达居民用水点,要经过过滤、输送、存储、消毒等一系列过程,而这中间产生的费用是由使用者承担的。

献血者捐献的“爱心血”也是如此。

在血液采集过程中,从宣传招募、采集、检测、分离、储存到运输,都要有人工与耗材的投入,会产生相应的成本费。这些成本费需要由受血者来缴纳,收费标准由国家卫生、物价等行政部门共同制定。

(作者供职于洛阳市中心医院血站)

养护血管 吃出健康

□李中瑞

血管疾病具有高发病率、高致残率、高病死率等特点,而且发病率趋于年轻化。有效的预防方式,能提高血管疾病患者的生活质量。动脉硬化是不良生活方式危害血管的直接结果,是各类血管病的核心和发病基础。动脉疾病的危害,可以归纳为阻塞动脉管腔和破坏动脉壁两大类,前者导致“缺血”,后者导致“出血”。缺血疾病常见如心肌梗死、脑梗死,出血疾病常见如脑出血、动脉瘤破裂、动脉夹层等。

血管病和哪些因素有关呢?高龄、高血糖、高血脂、高血压、高尿酸、高压力、高体重,活动减少等都是血管病的诱因。

在日常生活中,饮食方面该注意哪些,才能吃出血管健康?

快记住以下有益血管健康的食物:鱼虾类有降低血液黏

稠度的作用;适当饮茶可降低血压、降血脂,预防动脉硬化;适量添加粗粮如小麦粉、燕麦片、红薯等,可帮助降血脂;水果类如山楂、番茄、猕猴桃,有利于降低胆固醇;蔬菜类如洋葱、芹菜,可降低血压,可增加血管弹性;豆、奶制品有保护血管作用。

同时,还要注意戒烟戒酒、适当运动,遵医嘱规律服药。

(作者供职于洛阳市中心医院护理部)

视频号二维码
洛阳健闻
公众号二维码
洛阳健闻



扫码关注更多科普文章