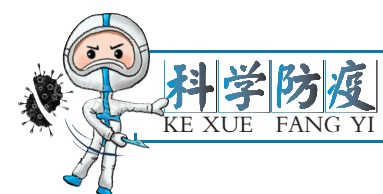




市民张大爷患上了直肠癌,刚放疗了10次,就出现了一个奇怪的现象——经常往厕所里跑,一副坐卧不安的样子。原来张大爷不时有强烈的便意,但跑到厕所却又解不出来,刚回到床上躺下,强烈的便意又来袭击……来回折腾。其实,张大爷这种症状是放射性直肠炎的典型症状,今天我们就来了解一下什么是放射性直肠炎。



## 科学应对放射性直肠炎

■ 付本翠 王捷

放射性直肠炎是指因盆腔恶性肿瘤(如直肠癌、宫颈癌、前列腺癌等)患者接受放疗后引起的直肠放射性损伤,是盆腔肿瘤放疗最常见的并发症。直肠黏膜可发生糜烂、溃疡或出血。根据发病时间可分为急性和慢性放射性直肠炎,大多数患者在放疗过程中会出现急性放射性直肠炎。

急性放射性直肠炎通常发生于放疗后1~2周,剂量20GY左右,随着放疗剂量的增加,肠黏膜发生充血水肿,血管通透性增加,使液体渗入肠腔。

放射性直肠炎的症状,主要表现为便血、便急、便秘、腹泻、黏液粪便、里急后重和肛门疼痛。急性者可发生肠蠕动增强和肠痉挛,还表现为水样腹泻和腹痛。

发生了放射性直肠炎,该如何应对呢?

### 1. 药物治疗

#### ◎口服药物

谷氨酰胺:谷氨酰胺在维持肠道黏膜正常的结构和功能、提高肠道免疫力等方面发挥着十分重要的作用。放疗过程中应用谷氨酰胺,可明显减少放射性肠炎的发生率。

双歧杆菌:补充肠道益生菌对于肠道菌群失调的治疗至关重要,可有效重建患者整体肠道菌群,维持肠道稳态,改善症状。

#### ◎保留灌肠

常用的灌肠药物,如康复新液、蒙脱石散、地塞米松磷酸钠注射液、金因

肽等,其可抑制炎症反应,降低血清炎症指标水平,促进肠黏膜修复,在一定程度上能改善肠黏膜损伤患者的临床症状,减轻痛苦。

### 2. 合理饮食

少吃多餐,进食易消化、易吸收食物,以高维生素、高能量、高蛋白、低脂肪、少渣、低纤维的清淡饮食为主,比如鱼、虾、山药等;避免生冷、辛辣、易产气的食物,如冷饮、海椒、豆制品、牛奶等等;注意饮食卫生,防止胃肠道感染。

### 3. 注意观察

每次便后一定要观察大便的颜色、性状。大便是否呈黄色、褐色或者混有鲜红色血液?是否有黏糊糊的东

西?是否像水一样?是否有腹痛、肛门坠胀感?……这些情况要及时告诉主管医生和护士。

### 4. 保护肛周皮肤

每次大便后,请用温水蘸洗或冲洗。要选用柔软吸水性强的毛巾轻轻拭干肛周,保持肛门清洁、干燥;肛门处可涂油保护;穿纯棉、柔软、宽松、透气的内裤,以减少肛周皮肤摩擦。

除上述几点之外,还要保持适当的运动、充足的睡眠和愉悦的心情,急性放射性直肠炎症状就会慢慢缓解。

(作者付本翠系四川省肿瘤医院腹部放疗一病区主管护师、王捷系四川省肿瘤医院腹部放疗一病区主任医师)



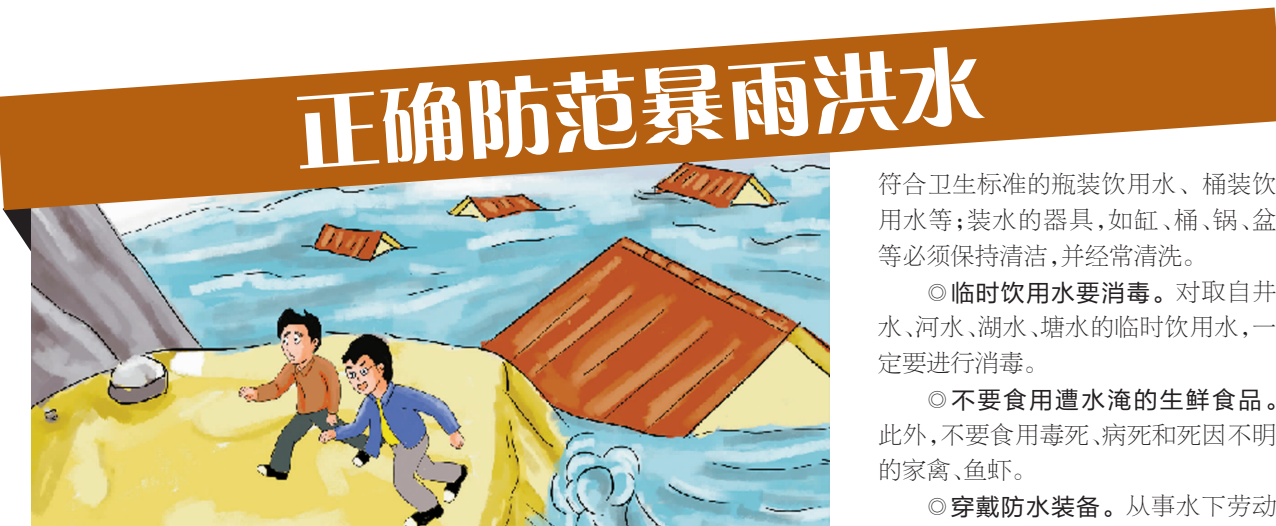
近期,中央气象台连续发布暴雨黄色预警,我国已全面进入汛期。面对暴雨洪水,我们应该做好哪些防范和应对工作呢?

### 暴雨洪水来临前

◎仔细检查房屋。及时抢修漏雨房顶,预防雨水淋坏家具;预防雨水冲灌致使房屋垮塌、倾斜;尤其注意夜间暴雨,提防危旧房屋倒塌伤人。如果是危旧房屋处于地势低洼地带,请及时转移。

◎及时畅通水道。确保各种水道畅通,防止垃圾、杂物堵塞水道,造成积水。

◎仔细检查电路、炉火等设施是否安全。暴雨来临前,请果断关闭电源总开关。



◎收听当地气象防汛部门预报。大暴雨易引发泥石流、滑坡,山区村民要及时收听当地气象防汛部门预报,并尽量远离危险山体,谨防险情发生。

◎河道两岸居民应时刻注意河道水位。如果水位涨势凶猛,请尽快撤离。

◎出行途中要谨慎。如驾车出行,途中突遇暴雨,要放慢车速,当心路面积水过深;路过积水处,注意观察四周有无

警示标志,如不清楚积水情况时,尽量绕行,不要强行通过。如步行途中突遇暴雨,要提防跌入窖井、地坑、沟渠等。

### 暴雨洪水过后

◎注意饮用水卫生。夏季肠道传染病高发,洪水可能会导致饮用水水源污染,增加经水传播传染病风险。

◎不喝生水。要喝烧开过的水或

符合卫生标准的瓶装饮用水、桶装饮用水等;装水的器具,如缸、桶、锅、盆等必须保持清洁,并经常清洗。

◎临时饮用水要消毒。对取自井水、河水、湖水、塘水的临时饮用水,一定要进行消毒。

◎不要食用遭水淹的生鲜食品。此外,不要食用毒死、病死和死因不明的家禽、鱼虾。

◎穿戴防水装备。从事水下劳动时,会长时间浸泡在被污染的水源里,皮肤的屏障功能会遭到破坏,让真菌和细菌有机可乘,所以若长时间浸泡在被污染的水源时,请尽量穿戴防水装备。

◎对公共环境及时消毒。洪水过后,容易滋生蚊虫,因此,对受污染过的场所、物品要进行及时清洁消毒。同时,对家居内环境和社区(村居)公共环境开展灭蚊、灭鼠、灭蝇等。

(国家应急部)



泌尿知识角

附睾炎是青壮年男性的高发疾病,当身体抵抗力低下时,致病细菌会进入输精管或通过血液循环侵入附睾,从而引发炎症。附睾炎在临床分为急性和慢性附睾炎。

急性附睾炎主要表现为突然发病,患侧阴囊胀痛,并有沉重感,下腹部及腹股沟部有牵扯痛,站立或行走时加剧,患

## 附睾炎的治疗和调理

■ 谢磊

侧附睾肿大,有明显触痛。如炎症范围较大时,附睾和睾丸均有肿胀,两者界限触摸不清,称为附睾睾丸炎。患侧的精索增粗,亦有压痛。有时合并高热等全身症状,并有血白细胞数升高等。

慢性附睾炎在临床较为多见,主要原因是部分病人因急性期未能彻底治愈而转为慢性,但多数病人并无明确的急性期。炎症多继发于慢性前列腺炎或损伤。主要表现为患侧阴囊隐痛,并有胀坠感,疼痛常牵扯到下腹部及同侧腹股沟,可合并继发性鞘膜积液。

对急性慢性附睾炎,临床治疗常以中西医结合、中西医并重的诊疗方案为主。

### 西医治疗

◎急性附睾炎。卧床休息,可应用阴囊托或自制的软垫托起阴囊可减轻症状。如阴囊疼痛重者可用止痛药,并可局部热敷缓解症状,促进炎症消退。注意若早期使用热疗,可能会加重疼痛,宜用冰袋局部冷敷,并避免性生活。应在医嘱下尽早选择对细菌敏感的抗菌药物,通常静脉给药1~2周后,口服抗菌药物2~4周,预防转为慢性炎症。若抗生素治疗无效,形成阴囊脓肿等需及时行外科手术治疗。

◎慢性附睾炎。慢性附睾炎单纯应用药物效果不一定理想。除应用抗生素外,局部热敷等物理治疗也有必要,若合并慢性前列腺炎,须同时进行治疗。如反复发作来源于慢性前列腺炎的附睾炎,可考虑结扎输精管后再进行治疗。但多次反复发作,可考虑做附睾切除术。

### 中医治疗

中医认为,附睾炎是因寒湿或者是湿热等导致经气不利、气血不和引起的附睾结块硬结。临床可分为肝气郁滞、痰瘀互结,治疗主要以疏肝理气、软坚散结,行气止痛的中药治疗,常用药为柴胡、黄芩、黄柏、地鳖虫、蜈蚣、乳香、延胡索、荔枝核、生黄芪、当归、大血藤等。

### 附睾炎的日常调理

◎注意休息。附睾炎患者要多休息,特别是卧床休息,并托起阴囊,减少疼痛,避免久坐。

◎调整心态。调整心态很关键,保持舒畅的心情;不要过度劳累;多运动增强体质;切记不能憋尿。

◎减少性生活次数。对于患者来说,性生活不宜频繁,如果不加节制,会使生殖器官长期充血,不利于疾病的恢复。急性附睾炎期间不宜同房,也是对女方的保护。

(作者单位:四川省泌尿外科医院)



### 南江二小 扎实推进反邪教宣传教育

活动中,该校围绕“平安校园,平安家庭,我是小主人”主题开展反邪教宣传教育。如:利用微信公众号向师生推送反邪教知识短文;结合班队主题活动向学生讲解“邪教的种类”“本质和危害”等反邪教知识;利用标语、宣传板、宣传册、《警钟》挂图等开展家校联动反邪教宣传。通过一系列反邪教宣传教育活动,使学生和家长们进一步认清了邪教的丑恶本质和危害,极大地增强了师生抵制邪教的能力。(岳俊豪)

## 无症状感染者会传染他人吗?

Q 无症状感染者怎么定义的,分为哪几种情形?

A 无症状感染者是指无相关临床表现,如发热、咳嗽、咽痛等可自我感知或可临床识别的症状与体征,但呼吸道等标本新型冠状病毒病原学检测呈阳性者。无症状感染者分为两种情形:一是经14天的隔离医学观察,均无任何可自我感知或可临床识别的症状与体征;二是处于潜伏期的“无症状感染”状态。主要通过密切接触者筛查、聚集性疫情调查和传染源追踪调查等途径发现。无症状感染者出现新冠肺炎相关临床症状和体征者转为确诊病例。

Q 如何发现无症状感染者?

A 无症状感染者一般通过疫情调查中的主动检测以及机会性筛查被动发现。所以,建议近期去过高风险地区的人群,主动就医接受检测。

Q 无症状感染者多久以后,不会感染他人?

A 基于我国目前对于新冠病毒的认识,当无症状感染者达到解除集中医学观察的标准后,就不再有传染他人的风险。集中医学观察满14天且连续两次标本核酸检测呈阴性者(采样时间至少间隔24小时)可解除集中医学观察,核酸检测仍为阳性且无临床症状者需继续集中医学观察。(钟科)

### 公告

兹有我司挂靠的川T5096,川T51146,川T27003,川T16029,川T18435,川T51153,川T51098,川T25663,川T27095,川T27089因车况老化,已达不到相关安全行车标准,且挂靠合同已逾期,双方未再续签合同,挂靠关系已终止。现公告以下车辆挂靠人在登报15日与我司联系,完善车辆报废手续。逾期视为自动放弃该车处置权,由我司依法处置该车,产生的后果将依照相关法律法规处理。自登报之日起,公告内所有车辆的行驶证、营运证、机动车号牌等相关牌证全部作废。特此公告。

四川华峰物流有限公司  
2020年7月1日