宫颈癌放疗前注意事项

■ 高海燕

宫颈癌是我国女性最常见的一种恶性肿瘤,其发病率仅次于乳腺癌。其主要发病因素有人乳头瘤病毒(hpv)感染、慢性宫颈炎、免疫功能低下、过早性行为和多个性伴侣、多孕多产、生殖道其他病菌感染等。宫颈癌早期没有症状,随着肿瘤的发展,患者可能会出现阴道不规则流血、流液及接触性出血、绝经期妇女阴道流血等。宫颈癌患者到晚期,如果肿瘤侵犯到邻近组织或器官,甚至出现尿血、便血等症状。宫颈癌的治疗早期以手术为主,中晚期治疗以放化疗联合治疗。今天我们来谈谈宫颈癌放疗前的注意事项。

1.心理护理

大部分患者确诊宫颈癌后会有紧张、恐惧、焦虑、烦躁、抑郁等不良情绪,尤其是年轻患者表现更为明显。宫颈癌治疗时间较长,治疗期间会影响性生活,部分患者还因心治疗效果而治疗效果等。此时医护人员要做好患者的心理疏导,给患者及家属详解疾病的发生、发展、治疗、预行及大概需要的费用等事项。

2.加强营养

患者营养状况直接影响疾病的预后。患者需多进食易消化、高蛋白、高维、含维生素丰富的食物,如香菇、瘦肉、蛋类等,禁止食用辛辣刺激性食物。如患者出现腹泻、应忌食产气食物,如豆类、牛奶等;出现腹泻或便急后重症状时,需及时告知医护人员,遵医嘱用药。并适当少进饮食以减少对肠道的刺激,同时少量多餐、多饮水。

3.体外照射的护理

○清洁外阴清洗法:踏起,医疗应每隔每天一次,保持阴道清洁,减少异味,预防进行感染,增加放射治疗敏感性。

冲洗方法:阴道冲洗器内盛温开水500~1000毫升,取下蓬蓬外,先将冲洗器前端用水湿润,将冲洗器慢慢插入阴道内,冲洗毕用柔软棉毛巾擦拭干外阴。冲洗动作要轻柔,以免用力过大引起疼痛或出血。冲洗过程中,应注意观察阴道分泌物的颜色和气味,若有异常及时告知医师处理。居家阴道冲洗直至治疗后一年以上。大部病患者应坚持洗。

选用冲洗液及器械:患者可选用温开水或其它冲洗液进行冲洗,如患者阴道有轻度感染应遵医嘱执行。冲洗液温度要适宜,一般为36℃~40℃,温度过高易使外阴黏膜,温度过低可引起下腹不适。

○每次放疗前应保持膀胱适度充盈与定位时一致,避免放射性肠胃炎发生,同时应排空大便。

○放射时皮肤保护:对照射野皮肤每日2~3次进行保护时,如果出现,脱屑宜,止痒膏等,涂抹的厚度为2~3毫米,医疗部每十时不能涂抹保护时。同时,裸时穿着宽松柔软的棉质内衣裤;禁止温度及湿热;只能温水擦洗及用温水清洗会阴,如会阴皮肤黏膜受损时毛巾轻轻拍干;放疗区皮肤禁用肥皂、香皂、沐浴露等清洁用品,以及碘酒、酒精、双氧水等刺激性消毒剂;品冷、热敷;剃毛、撕剥皮肤,防止皮肤损伤造成感染;保持会阴部、腹股沟清洁干燥;保持局部固定位置清晰,如发现标识不清应及时请主管医师补画。

○放射性肠胃炎预防:每天饮水1000~2000毫升,如有腹泻,恶心,尿痛等症状,应遵医嘱用药,以缓解肠胃刺激。每次排尿后注意外阴及尿道口的清洁,防止进行感染。出现血尿或尿道及直肠出血,遵医嘱用止血药。如出现肠道炎症,应注意观察阴道分泌物的颜色和气味,若有异常及时告知医师处理。居家阴道冲洗直至治疗后一年以上。大部病患者应坚持洗。

○遵医嘱每周查血常规1~2次,如有异常遵医嘱处理。

(作者单位:四川省肿瘤医院)

肿瘤大讲堂
ZHONG LIU DA JIANG TANG
栏目协办:四川省抗癌协会 四川省肿瘤医院

泌尿知识角
栏目协办:四川省医学会泌尿外科专委会 四川泌尿外科医院

前列腺术后尿失禁的功能训练

■ 刘芸峰

前列腺术后尿失禁的功能训练很重要。在术后最初的6个月内百先推荐盆底肌训练。该疗法是通过患者自觉识别对盆骨底肌群内部分主的盆底肌肉进行自主性收缩锻炼,可以改善骨盆底肌功能,增加盆底血液循环,提高盆底肌肉能力及张缩程度,以提高尿道稳定性。虽不能完全治愈术后尿失禁,但可以加快前列腺术后的尿失禁症状恢复。

下面介绍四个简单易学的盆底肌训练动作。

1.提肛运动。动作:放松膝关节,保持骨盆中立位,深吸气,收紧提起肛门及尿道,维持5秒,呼气时,想象自己排尿排便过程中停止尿液流出的动作,于放置在骨盆附近,感受肌肉的收缩,维持5秒,注意要注意避免收紧腹部、臀部以及腿部的肌肉。

2. 提肛运动+腹横肌运动。动作:放松膝关节,保持骨盆中立位,深吸气,收紧提起肛门及尿道,维持5秒,呼气时向肚子内收缩腹部,维持5秒。

3.提肛运动+腹横肌运动+腿部运动。动作:放松膝关节,保持骨盆中立位,提肛运动,呼气时同时伸直右侧腿,保持腹部收缩,将膝关节贴近腹部,如果手指下方感受肌肉收缩,则动作失败。

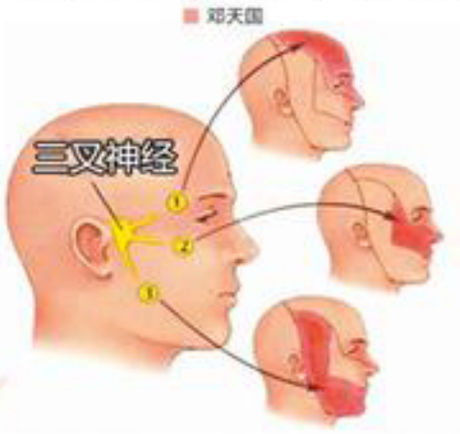
4.提肛运动+腹横肌运动+桥式运动。动作:放松膝关节,保持骨盆中立位,提肛运动,呼气时同时抬起臀部向前挺,保持腹肌收缩,将膝关节贴近腹部,如果手指下方感受肌肉收缩,则动作失败。

如果有条件,建议术后就开始学习并掌握盆底肌训练的方法,以上动作动易到手,训练时间每次至少,每个动作每次重复10次,每次练习3组,运动时动作力求柔和缓慢,术后第一天就可以在病情允许的情况下采用平卧位进行盆底肌锻炼。术后第2~3天起可适宜采用背靠墙站立位进行盆底肌锻炼,术后4~7天,导尿管采用品定位进行盆底肌锻炼,每次15~20分钟,在盆底肌锻炼时,要注意动作是否正确,每次的时间可逐步延长至半小时。

(作者单位:四川泌尿外科医院)

科学认识"三叉神经痛"

■ 邓天国



三叉神经位于人脑的双侧面,左右各一条,由耳上部的脑干部位发出,由眼神经分支、上颌神经分支、下颌神经分支构成,外观呈三叉样,故名三叉神经,是混合性神经。

三叉神经痛的原因

在三叉神经的周围有很多血管和神经交织在一起。如果我们将神经比喻为电线,电线的外面是有一层绝缘保护层的,而神经纤维也有一层外面——髓鞘,髓化的血液在通过三叉神经根部区域时,往往三叉神经,血流的跳动性撞击髓鞘造成神经出现脱髓鞘病变,影响到三叉神经,造成三叉神经病变,从而导致三叉神经分布的区域内剧烈的发作放射疼痛。三叉神经痛是一种慢性疼痛性疾病,一般情况下,随着的人血管轻轻,富有弹性的柔软血管是能够抵消血流跳动性冲击带来的刺激,不会损伤到三叉神经,也就不会有三叉神经痛的反应。

总之,导致三叉神经痛发作的原因有多种,如:由于血管压迫到三叉神经,多发性硬化,肿瘤压迫,神经脱髓鞘,脑部手术外伤,脑中风,脑部创伤,高血压,三叉神经痛家族史等。

三叉神经痛的高危人群

大脑动脉下降,记忆力减退的老年人和长期头晕,听力下降或经常性耳鸣的患者,以及高血压、高血脂、高血糖等人群属于三叉神经痛的高危人群。

三叉神经痛时的临床症状

三叉神经痛一般只表现为单侧的一侧疼痛,几乎不会发生两侧同时疼痛。三叉神经痛可自行发生或由某诱因导致发生。

触摸脸部、突然冷风刺激、吃饭食物、刷牙、剃胡子、洗脸、化妆、打喷嚏、饮水、笑甚至说话等,都可能会引起的疼痛发生。每次疼痛发作持续几秒到几分钟不等,也可以几天、几周、几个月甚至更长的持续性发作。三叉神经痛发生时就像突然遭到电击、针刺、刀割或撕裂式的疼痛感。

触发三叉神经痛的敏感区域有:口角、鼻翼、脸颊、舌头等部位,这些部位医学上又称之为三叉神经"触发点"或者"扳机点"。

三叉神经痛的诊断

在神经外科,医生通过问病史、体格检查、核磁共振、核磁共振血管造影检查等综合判断后,可确诊。

○体格检查。三叉神经痛的诊断主要是通过患者自述发病时的症状,医生根据病症状况触摸患者脸部,检查了解疼痛发生的确切位置。

○核磁共振检查。观测三叉神经是否有无病变。

○核磁共振血管造影检查。先向血管内注射造影剂,然后显示血液流动,详细观察动脉和静脉。

三叉神经痛的治疗

治疗三叉神经痛大体分为药物治疗、注射治疗、封闭治疗、电氣治疗、外科手术治疗。对于初期患者建议口服止痛药物来缓解疼痛。

○药物治疗:通过阻断药物,减少或阻断疼痛信号向大脑传输,但药物治疗只是止痛,治标不治本。

○注射治疗:对于服药效果差或者服药后副作用大的患者,可通过注射某种特定药物,使疼痛部位产生麻痹,来达到止痛的效果。

○射频电凝疗法:利用射频将刺入三叉神经的针头加热至65~75摄氏度,持续1分钟,破坏神经纤维髓鞘,从而达到止痛效果。

○神经外科手术:微血管减压手术是目前疗效最好,复发率最低,并发症最少,疼痛缓解持续时间最长的治疗方法。由于微血管减压手术是全麻手术,且在颅内,在血管和神经之间操作,所有不能会造成出血、损伤周围神经,存在一定的手术风险,所以一定要选择正规医疗机构进行治疗。

(作者单位:四川省简宁县第二人民医院)

长宁县防范邪教系列活动成效显著

崇尚科学 反对邪教

本报讯 为提高群众抵制邪教侵扰的能力,弘扬科学精神,切实维护社会和谐稳定,近期,宜宾市长宁县10余个部门深入各乡镇、学校、村社、企业、寺庙、农村院坝组织开展了一系列反邪教知识宣传教育活动,取得了良好宣传效果。

此次活动以"抵制邪教,崇尚科学,从自身做起"为主题,活动期间,全县所有学校通过主题班会、专题讲座、观看视频等方式,对师生进行了反邪教知识教育,引导广大中小学生远离邪教危害。活动现场,转学扫描张贴宣邪教危害宣传标语,散发反邪教宣传读本,同时还邀请专家讲防邪知识,同学们纷纷表示,"在今后的学习和生活中会提高警惕,增强自身防范邪教的意识,同时还要向家人宣传。"

在乡镇街头宣传活动现场,反邪教协会志愿者走上街头巷尾,向过往群众发放法制宣传单,主动为群众释疑惑,教育引导群众关爱生命、远离邪教,积极投身到反邪教宣传队伍中。

据统计,此次宣传活动共发放宣传资料2万余份、宣传布袋3000余个、宣传围裙2000余个,悬挂宣传标语10余幅,张贴宣传板报40余张,宣传墙报20余幅,群众受教育面达95%以上。下一步,全县还将继续做好防邪教宣传进社区、进乡村、进机关等活动,确保防邪教宣全覆盖,努力提升全民防邪反邪意识,共建和谐美好新长宁。 (省反邪教协会供稿)

遗失声明

[illegible]

2020年11月11日

遗失声明

[illegible]

2020年11月11日

注销公告

[illegible]

2020年11月11日

注销公告

[illegible]

2020年11月11日

遗失声明

[illegible]

2020年11月11日

本版图片来自网络,若图片涉及与本版相关,请告知。

四川科技报社出版 地址:成都市人民南路四段十一号七楼 邮政编码:610041 新闻热线:(028)65059830 发行热线:(028)65059825 经营中心:028-65059825 零售2元
举报电话:028-65059815 18981826785 本报法律顾问:蒋健 13458510205 四川工人日报印刷厂承印 印刷厂地址:成都市成华区双桥路253号 准予广告发布登记决定书编号:川广更字[2018]00049号