

其他方面不多加重视，胆结石成为一种常见性疾病，而且发病率在不断上升。胆结石发病初期并无症状，再加之大多数人并不了解胆结石的危害，因此经常会因病情耽误导致出现严重的结果，甚至错过最佳的治疗时间，最后要进行切胆治疗。

### 一、什么是胆结石？

胆结石是指胆道系统包括胆囊或胆管内发生结石的疾病，因此又称为胆石症，结石一旦在胆囊内形成，不仅对胆囊黏膜造成刺激，而且导致胆囊出现一系列的慢性炎症。如果结石嵌顿在在胆囊颈部或者胆囊管中，就会引起继发性的感染，从而导致出现胆囊的急性炎症，甚至最后发生胆囊癌。

### 二、无症状胆结石的形成原因

胆结石这种胆道系统的常见病，严重危害患者健康，促使形成胆结石的主要原因大多与患者的生活习惯有关系。具体的形成原因如下：

#### 1、生活习惯

大多数人都在吃饭后喜欢躺着，一点不想动，这种蜷曲体位，对于食物的消化吸收和胆汁排泄极其不利，而且更会影响胆汁酸的重吸收，而造成人体腹腔内压增大，限制胃肠道的蠕动。加之这部分人，平时也不太注重运动锻炼，长此以往，身体上就会出现一些疾病。当代人的生活压力大，经常饮食无规律，饱一顿，饿一顿，甚至很多上班族都有不吃早餐的习惯，这都会导致胆结石的发生。有的年轻女性过于追求美，盲目节食减肥，长期禁食，静脉内营养，可导致胆囊内胆汁淤滞，结石形成。这种种情况，都在一定程度上，存在着疾病隐患。

#### 2、胆汁的淤滞

胆汁的淤滞主要是指患者体内的胆汁排泄不畅，归根结底，这是由于胆囊、胆管形态的异常所导致的。

#### 3、胆汁的理化改变

大部分人喜食甜食以及高蛋白、高脂肪、高热量等食物，这会造成人体内的胆固醇增加或肝脏合成胆固醇量增多，造成胆汁中胆固醇太过饱和，促使胆固醇处于相对饱和状态的原因还有，某些肠道疾病丧失了胆盐。

#### 4、一些特殊疾病

造成胆囊壁发炎的重要原因是人体内的胆道发生感染，与此同时，胆囊的收缩功能也会迅速减退。胆结石也会以为某些溶

血性疾病或肝硬变而导致，而且多半为黑色结石。还需要注意的是，由于孕妇体内的雌激素上升，因此，在妊娠期间极有可能会引起人体内的胆汁淤滞，胆囊结石也会因为人体内的神经系统平衡失调而形成。胆囊排空延迟的状况，一般在胃大部分切除或迷走神经干切断术后的患者中较为常见，从而导致人体内胆石的形成。

#### 5、某些药物所导致

如雌激素、口服避孕药等药物都会导致胆结石的发生。

### 三、无症状胆结石的危害

#### 1、胆结石的无症状阶段

在初期，患者由于种种原因促使结石开始在胆囊中慢慢形成，并沉积于胆囊内，可能是一枚，也可能是数枚结石，这个时候的胆囊功能基本正常，患者很少能出现腹痛、消化不良等症状，这就是所谓的无症状性结石的阶段，也往往是容易被患者所忽略的。

#### 2、无症状胆结石的危害

胆结石从一开始的毫无症状，逐渐发展为引发更多并发症，具体如下：（1）急性胆囊炎。有时候，患者体位的改变，或者食用了油腻食物，胆囊就会急剧收缩，患者胆囊内的结石会阻塞胆管，从而引起急性胆囊炎。急性胆囊炎会造成患者的上腹部剧烈疼痛，特别严重的情况下，还会导致人体的胆囊坏死、穿孔，甚至患者会发生休克，危机生命。（2）阻塞性黄疸。胆结石有时可自行或在药物治疗时进入胆总管，继发性胆总管结石症。一旦结石嵌顿，即可引起胆绞痛，畏寒、发烧，全身黄染，化脓性感染休克。（3）可诱发各类胆源性炎症。胆囊炎是引起胆源性胰腺炎的主要原因，胆囊性胰腺炎属于十分严重的出血或坏死性胰腺炎。（4）胆心综合征。胆心综合征主要是心脏冠状动脉痉挛，血量减少，引发的心绞痛，主要原因是胆结石导致胆囊病变促使心脏交感神经的兴奋。（5）引发胆囊癌。胆结石一直被认为是胆囊癌的重要危险因素之一，如果患有急性胆囊结石，长此以往，就会引起胆囊萎缩、钙化，从而诱发胆囊癌。

### 四、无症状胆结石的预防

日常生活中，尤其是女性，要尽量减少穿束紧胸腹的紧身衣物，并且有一个良好的运动锻炼习惯，避免长时间坐着。饮食上，要饮食均衡，禁止暴饮暴食，按时吃饭，坚持吃早餐，这样可以促进人体内部胆汁流出，降低一夜所贮存胆汁的黏稠度，降低患胆结石的危险，还应注意饮食安全卫生。

## 精神分裂症患者服药治疗期间的注意事项

叶德琼

泸州纳溪蓝山郡精神病医院 四川泸州 646300

[中图分类号] R473.74

[文献标识码] A

[文章编号] 2095-7165 (2019) 07-112-02

精神分裂症是一组常见的、病因未明的严重的精神疾病，主要表现为认知、情感、行为和意志等多方面的障碍，发病期间，意识清楚，无明显的智能障碍。该病多发于青壮年的，病程迁延。该病治疗疗效欠佳，疗程长，很难恢复到病前社会功能状态。

目前主要的治疗手段为抗精神病药物治疗，在药物治疗过程中，应该注意哪些方面的问题呢？

### 1、疾病的分期治疗

1) 急性期治疗。首次出现满足疾病诊断标准或有精神疾病病史出现疾病复发后开始一段时间治疗。这一时期的治疗目标是减轻精神症状，减少伤害，确定急性期发作因素，建立治疗联盟，尽快恢复功能水平。这一期的治疗过程中，医生会根据患者的情

况选择适合患者的药物，并根据患者的病情调整到一定的剂量，既能够控制精神症状，又不至于出现严重的药物副作用，此期的时间一般为 8 至 12 周。急性发作期的病人一般情况下都不承认自己有病，更不愿意去服用药物，这种情况下首先要取得患者的信任，或者找患者最信任的人进行劝说，当然也需要有良好的耐心，在交谈的过程中像精神病、药、之类患者较为敏感的字眼不要提及。还有一些根本性的不听劝说的，拒绝一切药物，这种情况就可以把某些无味药和饭菜进行搅拌。但有一点值得注意，并不是所有患者都适用于这一方法，较为突出的就是被迫害妄想者患者，如果被这种病人发现，他们就会怀疑饭菜被下毒而进行绝食。一般出现急性症状时药物很难被患者所接受，建议将患者送往院治

疗, 在患者的急性症状被控制后, 患者拒服药的情况也相应减少。病情轻的患者也可以在专科医师指导下门诊服药治疗。

2) 巩固期治疗。急性期治疗后, 为进一步缓解症状、促进恢复而进行的治疗, 继续使用急性期所用的有效药物, 并维持原来的剂量治疗至少 6 个月。

3) 维持期治疗。维持期治疗目标为维持症状持续缓解, 促进患者社会功能和生活质量的改善, 预防复发。这个时期的药物治疗剂量要在医师的指导下根据患者的情况, 由医师指导是否维持维持期药物治疗剂量或者将药物逐渐减量或者停用, 切忌擅自突然停药或者将药物剂量减少, 导致病情复发或者引发撤药反应, 此期时间因人而异, 需医师根据病人情况而确定, 部分病人甚至需要终身维持服药治疗。

精神科药物治疗的时间长, 需家属督促、鼓励患者坚持服药, 避免假服药的情况发生。

## 2、药物的副反应

精神科药物的副反应多, 但目前使用的多为第二代抗精神病药物, 较第一代抗精神病药物, 副反应明显减少, 常见的副反应有: 粒细胞减少(降低机体抵抗力)、椎体外系副反应(急性肌张力障碍、类帕金森综合征、静坐不能、迟发性运动障碍)、代谢综合征(肥胖、高血糖、高血脂、高血压)、内分泌紊乱(泌乳、月经紊乱、性功能异常)、心血管系统不良反应(体位性低血压、QT 间期延长、心律失常、心动过速、心动过缓)、过度镇静、疲乏无力、睡眠增多、肝肾功能损害、流涎、体温调节紊乱、抗胆碱能不良反应(口干、视物模糊不清、便秘、尿潴留)、诱发癫痫、恶性综合征等,

严重时可诱发猝死, 在服药过程中需定期到医院随访, 将服药后出现的不正常的情况告知医师, 并复查相关检查。

## 3、按医嘱服药

精神科药物副作用多, 一旦制定了治疗计划后需严格按照医嘱服药, 在服药的过程中如果有睡眠偏多、躯体不适等情况, 需及时到门诊复诊, 将情况告知医师, 由专科医师根据病人情况调整服药的种类、剂量及时间, 切忌擅自调整药物、停用药物。

## 4、服药期间应复查的相关辅助检查

心电图(观察到有无心律失常、QT 间期延长、心肌缺血)、全血细胞分析(观察有无粒细胞减少、贫血)、肝肾功、血糖、血脂、电解质、心肌酶, 必要时进行内分泌系统的检查, 检查的间隔时间因病人情况及服药的不同而由医师指导定期复查。

## 5、从以下几方面观察有无精神病复发

1) 睡眠质量。睡眠质量的不好是发病较早的表现, 主要有失眠多梦、早醒、彻夜未眠但精力旺盛等。

2) 情绪的问题。患者情绪不稳、易激惹、脾气暴躁、喜怒无常、情绪低落、悲观厌世、生不如死, 原先对亲人、朋友的态度发生巨大的改变。

3) 言语行为方面的异常。是精神病最明显的特征, 家属能够直观的观察、感受到: 言语混乱、自言自语、唇语(只见嘴唇动而听不见说话的声音)目光呆滞、精神恍惚, 孤僻、懒散、独来独往、猜疑心重、怀疑被害、被控制、被监视、兴奋话多、惹事生非、打人毁物等, 家属要注意观察, 对有冲动、攻击行为的病人及时送医院治疗, 避免造成严重的后果。

# 年轻女性易患的多囊卵巢，怎么回事？

李文莉

康定市第二人民医院 626001

[中图分类号] R711.75

[文献标识码] A

[文章编号] 2095-7165 (2019) 07-113-02

有这么一个成语, 叫做杀鸡取卵, 你见过母鸡肚子上的卵吗? 我见过! 经常看到妈妈杀鸡, 等肚子剖开, 就能看到一串大小不等的蛋, 都还没有长好, 还没有形成坚硬的蛋壳, 一个鸡蛋, 其实就是 1 个卵子, 那么, 你知道世界上最大的卵子是什么吗? 比鸡蛋还大的是鸭蛋, 更大的就是鹅蛋。其实还有更大的, 是鸵鸟蛋, 这应该是目前世界上最大的蛋, 也就是最大的卵子了。而如果时光倒流 7000 万年, 当时地球上最大的卵子(蛋), 就是恐龙蛋, 可能比橄榄球还大。而我们人类的卵子, 就要小的多了, 直径大概只有 1mm 左右, 肉眼勉强能看见。卵子是在女性的卵巢里产生的, 而如果卵巢里出现了一些异常, 可能卵子都不能正常的生产出来。

今天就要说说多囊卵巢, 在说之前, 大家再仔细想想鸡蛋卵的样子, 有没有观察到一个现象, 黄色的蛋卵从小到大, 各种尺寸都有, 仿佛, 你看到了每一个蛋卵从小到大的生长过程一样。

多囊卵巢, 这个名字听上去是有点可怕的, 容易让人联想到囊肿之类不好的东西, 其实, 这个多囊, 指的是有很多卵泡, 而卵泡就是生产卵子的地方。我们知道, 对于正常女性来说, 身体里一共也就储备了 400 多个卵子, 正常每个月会排出一个。而卵巢里的卵泡会经历从小到大的一个过程(就像前面看的蛋卵一样), 最终会成熟 1 个卵泡, 然后释放出 1 个卵子。然而, 由于激素紊乱, 多囊卵巢里, 会出现更多的小卵泡, 但是不会长成更大的、成熟的卵泡, 以至于不排卵或很少排卵, 从而导致不孕。正常卵巢里, 卵泡会从小到大依次长大, 最终会有 1 个卵泡成熟, 释放出 1 个

卵子。而多囊卵巢里, 卵泡长到中等大小时, 就不长了, 卵巢里会出现更多的卵泡(大小差不多), 看上去像一串珍珠。

有个青春少女, 两年多了月经还不正常, 经常两三个月才来, 更甚者四个月一次, 半年内增长 20 多斤, 她总感觉自己的卵巢有问题, 她的怀疑是有道理的。

多囊卵巢一开始会表现出下面的少数症状, 比如: 月经不正常, 一年内的月经少于 9 次体重异常增加、甚至肥胖、痤疮、毛发增多(脸上、身上)不孕、头发稀疏。当然, 并不是说, 在一个人身上会出现所有的这些症状, 而是表现为其中的某几个症状。目前国际上有个通行的判断标准: (1) 稀发排卵或无排卵、(2) 高雄激素的临床表现和/或高雄激素血症、(3) 卵巢多囊性改变: 一侧或双侧卵巢直径 2~9mm 的卵泡  $\geq 12$  个, 和/或卵巢体积  $\geq 10$ ml。上述 3 条中只要符合 2 条, 并排除其他高雄激素病因, 就可以诊断为多囊卵巢。

多囊卵巢的病因不明, 遗传可能是一个因素。患多囊卵巢的女性, 体内激素是紊乱的, 身体内的雄激素水平会高于正常人, 这直接导致了卵巢内产生了过多的小卵泡, 而这些卵泡无法成熟, 以至于无法排卵。

为什么现在有这么多人患多囊卵巢呢? 我个人也有一些猜测, 也许和我们吃下去的食物有一些关系, 比如现在的鸡肉、猪肉、鱼肉等, 很多都是喂食激素快速长大的, 那么我们长期吃这些食物, 是有可能影响到我们身体内的激素水平的。