

## 怎样养护咽喉要道

聂舒靖

成都航天医院 610100

[ 中图分类号 ] R161 [ 文献标识码 ] A [ 文章编号 ] 2095-7165 (2019) 08-111-01

“我今天早上起床以后嗓子好疼呀；我今天早上没吃早饭，因为我感觉咽不下去；我嗓子好干呀，越喝水越干的那种；总是感觉嗓子痒痒的，想咳嗽又咳不出；好难受呀。”相信有很多人尤其是在春冬季节经常会出现以上这些情况，而也会为此会给自己带来许多困扰，而这些都是因为咽喉出现了病症，那么今天我们就来跟大家探讨一下怎样养护咽喉要道。

### 一、什么是“咽喉要道”

我们人体中有几大及其重要的部位，而咽喉就是其中一个。咽喉是人体正常吃喝与呼吸的桥梁，食品和水都要经过咽才能从食道进入胃肠然后给我们的身体各项组织器官提供养分，空气也是通过喉从气管进入肺从而提供给我们生存所需的氧气。同时它也是能让我们与外界交流的重要器官。现如今，当我们在描述某个地方极其重要、属于所在地区重要枢纽之处时，我们经常会用到一个词那就是“咽喉要道”。古时候人们把那些狭小但是又极为重要的关口也称为“咽喉要道”，由此可以看出来咽喉在人体中具有极其重要的地位。

### 二、相关病症

患有咽喉病的人，若得不到良好的医治，就会引发各类慢性疾病，如下呼吸道慢性炎症、心血管疾病等。自己会感觉到咽部有不适感，干、痒、胀，感觉无法咽下食物，以上症状在说话过多以及食用有刺激性的食物后或者身体疲劳又

或者是天气有明显变化时症状会加重。

### 三、咽喉病的日常预防

(1) 特别要重视口腔的卫生，每天起床后睡觉前都要刷牙后，对实现口腔及咽喉部干净有所帮助，同时也可以更好地预防疾病发生。使病菌不易生长。(2) 注意休息，工作，休息安排得当，防止受凉，急性期不宜走动，最好床上休息。(3) 经常触碰尘土或化学气体者，应该佩戴口罩等保护措施。(4) 平时多喝水，吃容易消化，味道清淡的食品，保持上厕所顺利。(5) 一定要谨记不能吸烟、饮酒，避免辛辣、太凉或太热的食品，带有刺激性味道的食物。(6) 要勤开窗户，使得室内空气得到流通。(7) 不要一直说话，注意停歇，更严禁大声大力地喊叫，要注意科学用嗓。(8) 对天气的变化要时刻上心，根据天气的变化适当添衣减衣，及时调整所在房间的温度和湿度，避免咽喉受到伤害。(9) 经常进行适量运动以此来强身健体。(10) 保持心情舒畅，不要有大幅度的情绪波动。(11) 倘若嗓子感觉不舒畅、肿痛、干燥，发痒等，可以尝试使用热熏气疗法。它可以很快地使嗓子不适的感觉减小方法，做法就是用有着热气的茶杯或茶壶朝向口腔并且对准然后进行呼吸。另外也可以用菊花、金银花或胖大海等“药材”泡水当茶喝。这些都可以很好地改善咽喉的情况。

## 肛瘻不治容易癌变？

陈东

成都天府新区人民医院 610213

[ 中图分类号 ] R657.16 [ 文献标识码 ] A [ 文章编号 ] 2095-7165 (2019) 08-111-02

近几年以来，随着国家的经济发展，人民生活水平得到了提高，但是与此同时人民的饮食也变得复杂起来，加上当代很多人的生活习惯并不良好，从而就导致了多种疾病的发生。目前据医学研究统计，在临床中发现了很多新型的疾病，正在研究治疗方案，除了新型疾病以外，之前人们已知疾病的患病率也在不断升高，尤其是年轻人中的各项患病率都在增长。本文主要就什么是肛瘻以及肛瘻的治疗措施进行探讨。

### 1 什么是肛瘻

肛瘻，是肛管和肛周的皮肤的通道，肛瘻疾病，顾名思义就是一种肛管直肠疾病。指的就是肛门和肛门周围组织的

发脓，肛瘻疾病不会像别的疾病一样时间久了经过调理就会自愈，如果不及时治愈的话只会加重病情，肛瘻有三部分组成，分别是内口、瘻管和外口，发生肛瘻感染的时候，一般是感染肛管，直肠部分感染较少。

肛瘻感染发病年龄不一致，大概是在二十岁到四十岁之间，由于近几年来人们饮食和作息时间的紊乱导致疾病发病的随机性越来越大，临床显示，肛瘻患者男性多于女性，而且还是男性青壮年居多。

### 2 肛瘻感染的病因

1. 肛门周围脓肿。可以说是导致肛瘻感染的直接原因，

肛门周围肿块的溃破还有没有处理好的切开引流都会导致肛痿的感染。

2. 直肠肛门的损伤。指的主要是由于外部原因对肛门或者是直肠造成伤害所导致的肛痿感染细菌，比如肛门的直接外伤、吞咽骨头或者是金属之类的东西，对其造成损伤划破等，容易感染细菌，引发疾病。

3. 会阴部手术。患者如果进行会阴部手术的话也有可能就会导致肛痿感染，前列腺、尿道手术感染也会影响肛痿，引起脓肿，引发疾病。

4. 结核病。医学临床统计数据显示，大约有百分之二十五到二十六的结核病患者都患有肛痿感染，近几年来，这种连带病症明显下降，医学研究认为主要是由于结核细菌所致。

### 3 肛痿感染的症状

1. 流脓。这是肛痿感染最典型的症状，脓液的多少和肛痿感染的长度以及粗细有关，初期的时候脓液较多，而且发黄，带有气味儿，后期的话就相对较少，时有时无。

2. 肿块、肿痛。如果肛痿引流通畅的话，患者就不会有太多的疼痛，只是会感到肛门有局部的坠感，如果不通畅的话患者就会感受到局部轻微的胀痛。肛痿感染都会出现肿块，患者会感觉到轻微疼痛，脓液流出之后疼痛感就会减轻。

3. 瘙痒，排便不顺畅。因为肛痿感染会有脓液的流出，

加上肛门周围环境潮湿，就有可能引起肛门周围的湿疹，患者会感到异常的瘙痒。因为肛痿有肿块的堵塞，肛门的排便力量来自于括约肌，括约肌受到阻碍，患者自然会有排便不通畅的症状。

### 4 肛痿不治是否会引发癌变？肛痿的治疗

肛痿如果不及时治愈的话肯定会反反复复的发作，并且肛痿感染具有蔓延性，不加以控制，感染的病菌就会顺着括约肌一直感染，不仅会给患者增加痛苦，也会给今后的治疗增加困难，肛痿具有多发性，所以一旦确诊之后就要及时进行治疗，短时间内的肛痿不会引发癌变，如果是长时间的不管不顾，最终有可能会引发癌变。

肛痿是不能自愈的，不管是中医疗法还是西医手术，治疗效果都不是太理想。肛痿手术的治疗方法有很多，首先要找到瘻管感染的病因，具体的治疗方案还要根据病人的实际情况进行调整，常见的治疗方法有很多，其中瘻管切除术适用于感染部分较浅的患者，而且手术之后不会引起肛门失禁。挂线术是当下采用最广泛的手术，无论是那种治疗方法都是为了防止疾病的复发，保护肛门功能。

肛痿不能忽视，有时候往往是由于人们的忽视造成病情的加重，所以在确诊之后一定要及时就医，除此之外，在日常生活中要多多注意，多运动，多锻炼，注意作息规律，防止便秘和腹泻，平常多喝热水，对预防感染有积极作用。

## 骨科病人如何选择治疗方案

张 迎

成都龙泉驿区中医医院 610100

〔中图分类号〕R68 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2019) 08-112-02

进入 21 世纪以来，科学技术飞速发展，在医疗技术方面也不断进步，对于骨科病的治疗方案也更加的多样，提高了治疗的有效性和安全程度。由于骨科的疾病涵盖的范围较多，对于年龄段不同，患病程度不一致的患者来说应该如何选择适合自己的治疗方案？如何选择效果更好的治疗方案？

### 一、骨科病的概述

骨科病是现代社会常见的一种疾病，大体可以分为以下几类：（1）全身四肢以及关节上患有疾病：包括肌肉上的损伤，例如：肌肉撕裂、肌腱损伤等。（2）脊柱性疾病：脊柱性疾病常见的有腰椎间盘突出、脊柱病、韧带钙化等。（3）骨盆类疾病：骨盆骨折、骨盆跌伤等骨盆损伤类疾病。（4）由于身体运动功能的系统出现问题，而产生运动系统异常的疾病。（5）手脚足踝上患有骨科疾病。

### 二、骨科疾病治疗方案

#### （一）服用药物治疗

针对种类多样的骨科疾病，治疗方案也不尽相同。确诊之后要对症下药。例如一些骨科炎症，在治疗时要选取消炎药进行治疗。但是对于跌打损伤较轻的骨科病，一般不需要服用消炎药进行治疗，服用跌打损伤丸或是在损伤处涂抹红花油进行治疗即可恢复。

#### （二）体育锻炼治疗

体育锻炼又可以称之为运动治疗，其属于物理疗法的一种。部分骨科病患者会因为患有骨科疾病而使相关的运动系统受损，而运动治疗的办法是通过体育活动进行改善，提高免疫力，恢复运动能力。一些处于手术之后正处于康复期的患者也可以通过进行体育锻炼活动来辅助治疗。

#### （三）手术治疗

当病情发展到严重且药物治疗无效的地步，就要通过手术治疗进行根治。外科手术虽然存在风险，但是对于出现不可逆情况的患者，进行手术可以在较短的时间内恢复身体，从而达到治疗的目的。例如人工置换关节手术，通过手术的办法将人工生产的关节置换到受损部位。

#### （四）心理治疗

生病是不可避免的，与此同时不论患有什么疾病心情都不会很好，心里治疗就显得尤为重要。保持良好的心态，乐观积极，持有与疾病作斗争的勇气，努力克服不良情绪，对治疗疾病是很有好处的。

根据每个人的不同身体素质以及患病的程度不同，应该选择适合自己的治疗方案。

### 三、骨科病人如何选择治疗方案：

#### （一）老年人还有骨科疾病应该怎么办？

随着我国老龄化的不断增加，患有骨科疾病的老年患者不