

哮喘不可怕关键在控制

孟英龙

都江堰市中医医院呼吸科 611830

【中图分类号】R562.25

【文献标识码】A

【文章编号】1672-0415 (2021) 05-100-01

哮喘是我国一种慢性的呼吸道疾病，主要的临床症状为发作性咳嗽、胸闷、呼吸困难等，且这类疾病是长期存在的。当呼吸道的炎症程度越重的时候，患者的呼吸就会越困难，如果哮喘的患者没有及时的采取任何的抗炎措施，则会导致患者的支气管出现阻碍或者出现挛缩的情况，甚至还有可能出现呼吸困难而引发患者产生生命危险。在近几年来，哮喘在全球范围内的发病率在逐年增加，据统计目前全球至少有3亿人以上患有哮喘疾病，而我国大约有3,000万名的哮喘患者，所以在临床上引起很大的重视。

一、引发哮喘的原因

哮喘在我国的发病率是处于上升的趋势的。有人称哮喘是一种文明病，目前随着我国经济水平的不断提高、生活水平也在不断提高，生活富裕，人们的健康意识会不断的提高，而哮喘患者和疾病初期前来就诊的人也越来越多。因为随着工业发展，城市绿化和家庭的种植使我们身边异国异地的花草树木越来越多，而大部分的患者都是被这些异域的花草所诱发了哮喘。

二、哮喘的症状

有的人认为间断喘息的是哮喘，但是随着医学水平的不断提高，近几年来在临床上也发现了很多哮喘的不典型症状。比如咳嗽会变成异性哮喘，主要是以慢性咳嗽为主要的表现，在发病时患者只是干咳，特别是在夜间或者是凌晨以及在遇到刺激性气体或冷空气后会更加的严重；患者持续5分钟以上的剧烈运动以后会出现胸闷、喘息、以及呼吸困难等现象，在1个小时以后就出现了缓解，这种哮喘主要与运动的种类和时间、强度有关、所以哮喘的患者需要进行短于5分钟的运动、散步、打太极等轻微运动才会不诱发哮喘；胸闷变异性哮喘，这种哮喘的表现不咳嗽也不喘息，主要的症状就是胸闷，是近几年由中国科学家所发现的新型哮喘。

三、预防哮喘晚上比白天更重要

过敏原是诱发哮喘的主要原因。在患者接触到过敏原以后就会马上发生哮喘，有的患者则是在接触过敏原6~8小时以后才

发作哮喘，但是为了降低哮喘的发作，哮喘的患者应该尽量的避免接触过敏原。

人在睡觉的时候体温会下降0.7度，且很容易引起患者的支气管出现痉挛的现象，这种现象会诱发患者出现哮喘，所以建议哮喘的患者需要在温暖的环境下进行睡眠，这样可以有效的减少夜间哮喘的发作次数，同时在睡眠时采取仰卧位可能会加大气管的呼吸阻力，容易造成患者出现呼吸暂停的现象，这种现象主要是由于缺氧而引起支气管痉挛，所以导致了哮喘的发作，建议哮喘的患者选择舒适以及有效的卧位可以减少哮喘的发作次数。

干燥的空气会导致患者出现支气管痉挛而促使哮喘的发作，一般来说夜间的空气要比白天相对干燥，所以在夜间哮喘的患者应该增加室内的湿度，或者在睡觉之前喝一杯白开水来预防哮喘的发作。此外在预防哮喘发作的时候，还需要积极的进行胃食管反流以及鼻窦炎和支气管炎的治疗，因为在夜间睡眠时，患者很可能会因为体位的原因，导致胃的食物或者胃液反流回食管当中，在患者在呼吸时，很可能又吸入到气管当中，而引起支气管的痉挛。大约有90%的成年人因为胃食管反流等现象而引发哮喘，所以这一部分的患者需要治疗胃病来解除哮喘。而大多数的哮喘患者同时还患有鼻窦炎和气管炎等情况，鼻窦炎的分泌物增多，气管的炎症就会加重，也会引起哮喘的发作，所以治疗鼻窦炎和气管炎也是可以预防哮喘发作的主要原因。

四、控制哮喘的标准

哮喘的控制标准是有明确定义的：1. 哮喘的患者没有日间的症状；2. 哮喘的患者没有夜间的症状，并且在夜间没有出现憋气等情况；3. 哮喘的患者体力活动没有受到限制；4. 哮喘的患者不需要缓解性药物的使用；5. 哮喘患者的肺功能接近正常或者达到正常的状态；6. 哮喘的患者没有急性发作。

当患者满足这6条标准就可以确定是完全的控制了哮喘，如果哮喘患者有日间的症状，但是每周只出现一次或两次并且需要缓解性的药物，是属于良好的控制。

聊聊人工髋关节置换的稳定性问题

钱智斌

成都市龙泉驿区中医医院骨科 610100

【中图分类号】R68

【文献标识码】A

【文章编号】1672-0415 (2021) 05-100-02

人工髋关节的稳定性是一个非常重要的问题，可以关系到人工关节置换治疗的成功和失败。人工髋关节置换的稳定性会受到很多因素的影响，手术技术的操作至关重要。而维持髋关节稳定性，是由静力稳定结构和动力的稳定结构两部分组成的，在髋关节中具有最大最稳定的关节是球臼关节，关节囊的结构和关节内外的韧带可以增加静力的稳定性，而髋关节周围具有丰富的肌肉张力和抗张力的强度是动力稳定的结构。关节的活动范围以及所处的位置可以分为稳定的位置和不稳定的位置。不稳定的位置，当髋关节处于屈曲、内收、内旋位的时候，是极其不稳定的。而关节出现疾病或者是外力所导致对髋关节的稳定结构造成破坏引发关节不稳定，从而出现创伤性骨关节炎、关节半脱位指关节功能部

分丧失、关节脱位是指关节功能几乎丧失、关节脱位合并骨折是指关节功能完全丧失。

影响人工髋关节置换稳定性的因素

1. 假体设计的匹配以及稳定性的程度：假体与假体之间的稳定性；假体与骨之间的稳定性：有生物固定的非骨的水泥型假体和骨水泥型的假体以及杂合型的假体，不能一概而论；可以根据不同的患者来选择不同的假体类型以及品牌和型号等，其中在进行模板测试时，应主张三人为众取多数人的意见，并且使用三维元素分析结果来选择最理想的假体型号。

2. 病变的关节对自身稳定性的影响：骨强度不够或者骨丧失以及软骨丧失。负重力线不正髋骨出现内翻和外翻的现象；韧