

# 警惕!

## 孩子哮喘有时只咳不喘



在很多人的印象中，哮喘肯定是要“喘”的，其实不然。哮喘中有一大类叫做“咳嗽变异性哮喘”，这种哮喘就会表现为只咳不喘，约占了哮喘的三分之一，此类哮喘常常会被误诊为支气管炎，孩子白白吃了很多抗生素不说，病情得不到控制，成人后发展为慢阻肺的几率也远高过其他孩子。医生提示，如果孩子反复咳嗽，孩子属于过敏体质，或有哮喘家族史，都应当警惕是否为哮喘。

儿童哮喘分为两大类。一类是典型的哮喘，叫做“支气管哮喘”，在宝宝哮喘发作时，呼吸中可以听到“丝丝”的喘鸣音，会立即引起家长的警觉，而带孩子就医。另一类叫做“咳嗽变异性哮喘”，发作时呼吸中听不到明显的喘鸣音，而会表现为反复的咳嗽，一般不会发烧，而且咳嗽也有一定规律可循，比如一接触过敏源（如冷空气）就会发作，一用哮喘治疗的特效药，咳嗽会立即缓解。这类咳嗽变异性哮喘约占哮喘的三分之一，这就是说儿童哮喘中有三分之一是只咳不喘的。

这类哮喘在基层医院易被误诊为支气管炎。当孩子出现反复咳嗽时，如果家族有哮喘病史，或孩子属于过敏性体质，尤其是有过敏性鼻炎，都应当考虑是否为哮喘。

要诊断是否为咳嗽变异性哮喘并不难。如果正处于急性发作期，做“支气管舒张实验”即可；若是非急性发作期，做“支气管激发试验”，并结合症状即可确诊。

如果孩子确实被诊断为哮喘，家长要做好充分的心理准备，要打一场持久战。哮喘并不像大家想象的那样是“不治之症”，只要坚持用药，孩子的病情完全可以控制，像其他孩子一样正常生活。不过要打一场持久战，用药时间至少一到两年。最好还要找到引起孩子反复咳嗽（哮喘）的过敏源，接受脱敏治疗或在日常生活中尽量减少孩子与过敏源的接触。

家长不要对这种哮喘不以为然不去治疗。反复的发作会导致孩子气道狭窄，增大成年后患慢阻肺的几率。

(羊晚)



### 化浓妆，当心眼睛长“结石”

沙眼、慢性结膜炎等慢性眼病的患者，由于发生炎症时，眼睛结膜上脱落的上皮组织或者黏液的分泌物堆积在结膜上皮上，时间长了就会形成小结石。在以前，眼结石常发生在慢性结膜炎患者及老年人身上，因为年龄增大出现结膜上皮退化病变，给眼结石的发生创造机会，但现在因戴隐形眼镜、化浓妆而导致眼结石的年轻患者呈现出越来越多、越来越严重的趋势。

#### 第二危险因素：隐形眼镜

戴隐形眼镜也是一个诱发眼结石的重要诱因。年轻人爱美，有事没事都爱戴一副美瞳。虽然看着的确有美容效果，但是对眼睛却可能有潜在的危害。由于隐形眼镜镜片和结膜角膜接触，会刺激眼睑导致分泌物增多，一旦小颗粒或者灰尘进入眼睛，就会和眼内物质及分泌

物结合，日久易形成眼结石。

起初眼结石比沙子要小得多，往往没有任何不适的症状，一旦结石越来越大，或突出结膜表面，就会摩擦眼球，造成眼球红肿充满血丝，使人有种刺痛感。

另外，在戴隐形眼镜时，再使用过多睫毛膏、眼线、眼影，卸妆时又不彻底清理干净，粉屑会掉在眼睛里，就易刺激结膜，诱发结石。

#### 预防炎症防止眼结石再生

眼结石的治疗比较简单，在眼部表面麻醉下，用注射针头剔除即可，但由于眼结石往往是由眼部炎症引起的，在炎症没有完全消除的时候，只将结石剔除，治标不治本，稍不注意，眼结石还会复发。因此，治疗眼结石的重点是预防眼睛炎症。

(张华)

## 晚期乳腺肿瘤化疗宜“细水长流”

晚期乳腺肿瘤无法进行手术，一般只能采用药物化疗来杀灭肿瘤细胞。但传统的化疗方案在对肿瘤细胞进行“穷追猛打”的同时，也损害了患者的健康。

对于晚期乳腺肿瘤患者来说，最新的化疗策略讲求“细水长流”，通过维持化疗，可延长患者的生存期并保证良好的生活质量。也不是所有化疗药物都适用于维持化疗。患者选择疗效显著又有利于患者坚持的化疗药物，能显著提高治疗效果。目前，随着化疗领域的长足发

展，疗效高、方便性高、经济性高及副作用低的口服化疗药渐渐改变了人们对化疗的固有看法。这类药物以其疗效显著、副作用低、使用方便，尤其适合作为晚期乳腺肿瘤的维持化疗，且已被著名专家教授作为首选推荐，例如卡培他滨。研究发现，卡培他滨进入患者体内后，能直接作用于肿瘤组织，使化疗更具有针对性、直接性，对正常细胞危害也较轻，因而更易帮助患者实现维持化疗。

(北晨)



天气转凉，干燥携着“热气”找上门来，令很多人都遭遇便秘的尴尬。整天在办公室里的“久坐族”更易受到便秘的困扰，出现便血、疼痛和瘙痒的现象。然而，“冬痔”虽然让人有苦难言，但专家提醒，千万不要小瞧痔疮，不遵医嘱盲目用药会使病情加重。

痔疮是一种柔软的静脉团，由于人们在排便时持续用力，造成静脉内压力反复升高，而造成静脉曲张扩张，最终形成瘤样的痔核。以IT工作者为代表的办公室“久坐族”，工作强度大、长时间面对电脑，再加上极少运动，使肛门部位的血液回流困难，进一步导致静脉丛曲张，最终可能引起痔疮。

“十痔九不治”基本是多数人对痔疮的普遍心态。虽然痔疮患病率高，但正视疾病、积极治疗的患者却很少，对疾病的忍耐和忽视往往导致非常严重的后果。

症状较重到医院就诊的患者，大部分是属于Ⅲ期甚至Ⅳ期痔病，需要手术治疗。在痔病中，其真正需要做手术的只有10%左右，有些医院可能把手术指征放得宽了。

通常只在大便时出血频繁，药物治疗效果不明显，或痔疮频繁脱出，不能自行回纳，甚至平时也脱垂于肛门外，这些患者很容易发生嵌顿，并有可能由此引起剧烈的疼痛，则要考虑尽早采取手术的方法进行治疗。

治疗痔疮不要过度“被手术”，早期的痔疮可以通过保守治疗。在临床上，对于痔疮是无症状不治疗，有症状重在消除、减轻主要症状。因此，当患者初次发现痔疮，就已经是有症状的痔，必须引起重视并开始保守治疗。一般来说，肛门周围皮肤瘙痒、干裂、肿痛时，选用乳膏比较合适；出现出血、坠胀等症时，可选用含有角酸酯的肛门栓剂。

不爱运动、吸烟嗜酒、爱吃辣椒、喜欢“厕所文学”以及没有固定的排便时间等生活不良习惯，都是容易引起痔疮的重要因素。因此，建议痔疮患者及易感人群，通过保持健康的生活方式，如均衡膳食、适当运动、养成规律的排便习惯，以远离痔疮困扰。

(余燕红)

## 反复烧心 当心食管癌

餐后出现烧心，很多人以为是小事。其实因为胃动力障碍、食道下段括约肌功能障碍等，才导致餐后胃内酸性物反流至食管，出现烧心、胸痛等症状，严重者甚至难以忍受，直接导致摄食障碍。但长期胃食管反流，还可造成食道的严重损害，甚至恶性病变，比如食道癌。

食管癌是常见的一种恶性肿瘤。我国北方较南方多见，男多于女，发病年龄大多在40岁以上。食管癌分为鳞状细胞癌和腺癌两种。食管癌的主要症状是吞咽困难。在早期，病人无任何症状，仅在吞咽干饭或馒头时，有哽噎感或停滞在胸骨后的感觉，但稍等片刻即可自行消失，因而易被病人忽视。

就目前临床的情况看，早期发现的比例不超过5%，使得治疗成本大大提高，严重影响到患者的生

活质量和存活率。

哪些人易“惹”食管癌上身？有些人长期喜进烫食、粗食，浓饮茶，多食辣椒等刺激性食物，可引起食管黏膜损伤、引起食管黏膜增生间变，也可能是致癌因素之一。吸烟、饮烈性酒与食管癌发病有一定关系。各种长期不愈的食管炎可能是食道癌的癌前病变。

同时还要改善用水条件，减少饮用水的硝酸盐和亚硝酸盐的含量；加强粮食保管，常晒粮食、防霉去胺，不吃发霉变质的食物；提倡不吃酸菜，多吃鲜菜水果。

有肿瘤家庭史、癌前病变或息肉病史或40岁以上的人群，一定要定期进行体检；对于有症状的人群，更应随时进行检查，以免发生癌变、错过早期的最佳治疗机会。

(陈辉)