

鼻窦炎的诊断与治疗方案

牛凯飞 元氏县总医院

鼻窦炎作为耳鼻喉科的常见疾病，不仅影响生活质量，还可能对身体健康造成潜在威胁。今天，就让我们深入了解鼻窦炎的诊断与治疗方案。

鼻窦炎，是鼻窦黏膜发生炎症的疾病。鼻窦就像隐藏在我们头颅中的“小房间”，围绕着鼻腔，左右对称，共有四组，分别是上颌窦、筛窦、额窦和蝶窦。这些“小房间”平时通过细小的通道与鼻腔相连，保证空气流通和黏液排出。然而，当细菌、病毒入侵，或者受到过敏、鼻腔结构异常等因素影响时，鼻窦黏膜就会发炎，引发鼻窦炎。

鼻窦炎的 symptom 表现多样，鼻塞是最常见的症状之一。患者常常感觉鼻子被堵住，轻者呼吸稍有不畅，重者甚至需要张口呼吸，严重影响睡眠和日常生活。流涕也是鼻窦炎的典型症状，通常为黏脓性或

脓性鼻涕，颜色可能发黄、发绿。头痛也是许多患者的困扰，不同鼻窦发炎引发的头痛位置和特点各异。比如，上颌窦炎多表现为面颊部胀痛，额窦炎则以前额部疼痛为主，且疼痛往往在上午较为明显，午后逐渐减轻。此外，鼻窦炎还可能导致嗅觉减退，让你对美食的香气、花香等各种气味变得迟钝，生活乐趣大打折扣。

如果你出现了上述症状，千万别掉以轻心，应及时前往耳鼻喉科就诊。医生首先会详细询问你的症状，包括症状持续时间、发作频率、是否有过敏史等。随后，会进行一系列检查。前鼻镜检查是初步筛查的重要手段，医生通过前鼻镜可以直接观察鼻腔内的情况，查看鼻黏膜是否充血、肿胀，以及脓性分泌物的来源。鼻内镜检查则更加细致，它能深入鼻腔和鼻窦内部，清晰地观察到鼻窦开口、窦内黏膜

等部位的病变，为医生提供更准确的诊断依据。此外，影像学检查也是必不可少的环节，鼻窦 CT 扫描可以清晰地显示鼻窦的解剖结构、病变范围和程度，帮助医生全面了解病情。

一旦确诊为鼻窦炎，医生会根据具体情况制定个性化的治疗方案。对于急性鼻窦炎，药物治疗是主要手段。抗生素是常用药物，它能有效杀灭引起感染的细菌，减轻炎症。但使用抗生素时一定要严格遵循医嘱，按时按量服用，切不可自行增减剂量或停药，以免影响治疗效果或导致细菌耐药。同时，鼻用糖皮质激素喷雾也是常用的治疗方法，它可以减轻鼻黏膜炎症和肿胀，改善鼻腔通气和引流。减充血剂可以短期使用，快速缓解鼻塞症状，但使用时间不宜过长，否则可能引发药物性鼻炎。此外，生理盐水冲洗鼻腔是一种简单有效的辅助

治疗方法，它能清除鼻腔内的分泌物、过敏原和炎性介质，改善鼻腔环境，促进鼻窦的恢复。

对于慢性鼻窦炎，如果经过规范的药物治疗效果不佳，或者存在鼻腔结构异常等情况，可能就需要考虑手术治疗。目前，鼻内镜手术是治疗慢性鼻窦炎的常用方法，它具有创伤小、恢复快等优点。通过鼻内镜，医生可以精准地清除鼻窦内的病变组织，改善鼻窦的引流和通气功能，从而达到治疗目的。

鼻窦炎虽然常见，但只要我们及时发现、科学治疗，就能够有效控制病情，恢复健康。如果你怀疑自己患有鼻窦炎，一定要及时就医，遵循医生的建议进行治疗。同时，保持良好的生活习惯，如加强锻炼、注意鼻腔卫生等，也有助于预防鼻窦炎的发生。让我们一起关注鼻腔健康，告别鼻窦炎的困扰！

中药与西药：作用机制及差异全剖析

赵翠玲 元氏县总医院

身为一名医生，在日常诊疗过程中，我深刻体会到患者对药物知识的强烈渴望。“中药究竟如何发挥疗效？它与西药又有何不同？” 这些问题频繁出现，今天，我就为大家深入解读中药和西药的作用机制及其差异，帮助大家更好地地了解药物治疗背后的奥秘。

中药：整体调理，平衡阴阳
中药来源广泛，涵盖植物、动物、矿物等。中医理论是其作用的基石，强调人体是一个有机整体，各脏腑、经络、气血相互关联，共同维持人体的生理平衡。一旦阴阳失调，疾病便会乘虚而入。

例如，临床中常见的肝郁气滞型胃脘痛患者，常伴有情绪抑郁、胁肋胀满、胃脘疼痛等症状。此时，我会选用柴胡疏肝散进行调理。方中柴胡疏肝解郁，畅达气机；白芍养血柔肝，缓急止痛；枳壳行气宽中，助柴胡理气之功；炙甘草调和诸药。通过这些药物的协同作用，调节人体的气血和脏腑功能，恢复阴阳平衡，从而缓解患者的不适症状。

从化学成分来看，中药成分复杂多样。以黄连为例，其主要成分黄连素具有抗菌、抗炎、调节血糖血脂等多种药理活性。此外，黄连还含有多种生物碱、黄酮类等成分，这些成分相互协同，共同发挥黄连清热燥湿、泻火解毒的功效。在治疗胃肠道感染、口腔溃疡等疾病时，黄连常能发挥重要作用。

西药：靶向作用，精准治疗
西药多通过化学合成或生物技术制备，作用机制相对明确，通常针对特定靶点发挥作用。以治疗高血压的药物氯沙坦为例，它是一种血管紧张素 II 受体拮抗剂，通过选择性地阻断血管紧张素 II 与受体的结

合，从而扩张血管，降低血压。这种精准的作用方式，使得氯沙坦能够有效控制血压，减少心脑血管并发症的发生。

再如抗生素头孢菌素，它主要作用于细菌细胞壁的合成过程，抑制细菌细胞壁的形成，导致细菌失去细胞壁的保护而破裂死亡，从而达到抗菌的目的。西药的这种靶向作用，使其在治疗许多疾病时能够迅速起效，疗效显著，尤其在治疗急性感染性疾病和危重症时，西药往往能发挥关键作用。

中药与西药的显著差异
成分差异
中药成分复杂，一味中药可能含有数十种甚至上百种化学成分，多种中药组成的方剂成分更是繁杂，且部分成分尚未完全明确。西药成分相对简单，多数为单一化学物质或少数几种化学物质的组合，化学结构和成分清晰明确。

疗效特点差异
中药注重整体调理，作用温和、持久，更适合慢性疾病的治疗和康复。在治疗慢性疾病时，中药通过调节人体的整体机能，从根本上改善患者的体质，提高机体的抵抗力，从而达到治疗疾病的目的。虽然中药起效相对较慢，但能从根源上解决问题，减少疾病复发。西药则起效迅速，在治疗急性疾病和危重症时具有明显优势，能迅速作用于病变部位，缓解症状，控制病情发展。

中药和西药在作用机制和特点上各有优势，在临床治疗中都发挥着重要作用。作为医生，我会根据患者的具体病情、身体状况和药物特点，综合考虑选择最合适的治疗方案。同时，也希望患者能够了解中药和西药的相关知识，积极配合治疗，共同促进健康恢复。

中药一般需要煎煮，有没有方便服用的方式

魏冠欣 元氏县总医院

在中医领域，中药是治病救人、调理身体的重要手段。提起中药，很多人脑海中会浮现出小火慢炖的药锅，以及袅袅升腾的药香，这便是传统的中药煎煮场景。但在快节奏的现代生活中，人们不禁会问：用中药一定要煎煮吗？有没有更方便服用的方式呢？

传统的中药煎煮方式历史悠久，且有科学依据。中药大多由多种药材组合而成，通过煎煮，药材中的有效成分能充分溶解在水中，相互交融、协同作用，发挥出最佳治疗效果。不同的药材有不同的煎煮要求，比如质地坚硬的矿物类药材，像石膏、龙骨等，需要先煎 20 - 30 分钟，才能促进有效成分的溶出；而气味芳香的药材，如薄荷、砂仁等，通常在其他药材煎煮快结束时前 5 - 10 分钟放入，以免有效成分挥发散失。这种

精细的煎煮过程，体现了中医对药材特性的深刻理解和对症效的极致追求。

不过，传统煎煮方式也存在一些缺点。繁琐的煎煮过程需要耗费大量时间和精力，对于忙碌的上班族、学生党或是行动不便的患者来说，实在不太方便。而且，煎煮过程中如果掌握不好火候和时间，比如煎煮时间过长导致有效成分被破坏，或是火候不够使药材有效成分未能充分溶出，都可能影响药效。那么，在科技发达的今天，有没有更便捷的中药服用方式呢？

中药配方颗粒便是一种现代化的创新剂型。它以传统中药饮片为原料，经过提取、浓缩、干燥、制粒等一系列工艺制成颗粒状药物。这些颗粒不仅保留了传统中药的有效成分和功效，服用也非常方便。患者只需按照医嘱，将适量的颗粒

用开水冲服即可，无需煎煮，大大节省了时间和精力。比如，一位经常出差的商务人士，患有慢性脾胃虚弱，以往服用传统中药汤剂十分不便，现在使用中药配方颗粒，出差时只需带上几小包，随时都能冲泡服用。而且，中药配方颗粒剂量准确、易于保存，避免了传统中药饮片在储存过程中可能出现的霉变、虫蛀等问题。

除了配方颗粒，中成药也是常见的方便服用的中药剂型。中成药是将中药经过加工制成的各种成品药，如丸剂、片剂、胶囊剂、口服液等。它们大多经过严格的质量控制和标准化生产，剂量明确，服用方便。例如，感冒清热颗粒对于风寒感冒引起的头痛发热、恶寒身痛等症状疗效显著；六味地黄丸常用于滋补肾脏，改善腰膝酸软、头晕耳鸣等肾虚症状；藿香正气胶囊则

能有效缓解中暑、肠胃不适等问题。这些中成药在日常生活中被广泛应用。

中药膏方也是一种颇受欢迎的剂型。它是将中药反复煎煮、浓缩后，加入蜂蜜、冰糖等辅料制成的稠厚半流体制剂。膏方具有滋补调理、治病强身的功效，尤其适合在冬令时节服用，以达到养生保健的目的。比如，一些体质较弱、容易感冒的人群，在冬季服用膏方，可以增强体质，提高免疫力。服用时，只需用开水冲服，口感相对较好，易于接受。

虽然这些方便服用的中药剂型为我们提供了更多选择，但是要严格按照医嘱服用，不能随意增减剂量。不同的剂型在药效发挥上可能存在差异，医生会根据患者的病情、体质等因素综合考虑，选择最适合的剂型和用药方案。

膝关节病变MRI诊断优势

袁江玲 元氏县总医院

MRI 的成像原理基于强大的磁场和射频脉冲，能够对人体内部的氢原子核进行探测和成像。这使得它对软组织具有极高的分辨能力，而膝关节恰恰是由众多复杂的软组织构成，包括半月板、韧带、肌肉、滑膜等。

以半月板损伤为例，半月板是膝关节内的重要结构，起着缓冲和稳定关节的作用。当半月板发生损伤时，在 MRI 图像上，医生可以清晰地看到半月板的形态、信号变化和类型，是完全撕裂还是部分撕裂，是水平撕裂还是垂直撕裂等。这些详细信息对于制定治疗方案至关重要，比如轻度的部分撕裂可能通过保守治疗就能恢复，而完全撕裂则可能需要手术修复。

对于韧带损伤，无论是前交叉韧带、后交叉韧带还是内外侧副韧带，MRI 都能清晰显示韧带的连续

性、损伤程度以及周围组织的情况。相比之下，传统的 X 线和 CT 检查在显示软组织病变方面存在明显不足，它们主要用于观察骨骼结构，对软组织的分辨能力有限。

多方位成像，全面了解病变情况
MRI 的另一个显著优势是可以进行多方位成像，能够从矢状面、冠状面和横断面等多个角度对膝关节进行扫描。这就好比医生可以围绕着膝关节进行 360 度全方位观察，不放过任何一个角落。

例如，在诊断膝关节的骨关节炎时，不仅可以通过 MRI 观察到关节软骨的磨损情况，还能从不同方位看到关节间隙的狭窄程度、滑膜的增生情况以及关节腔内是否有积液等。这种全面的信息获取有助于医生更准确地评估病情的严重程度，制定个性化的治疗方案。对于一些复杂的膝关节病变，单一方向

的成像往往难以全面了解病变情况，而 MRI 的多方位成像功能则很好地解决了这个问题。

无辐射，安全可靠
与 CT 检查不同，MRI 检查不涉及 X 射线，因此没有辐射危害。这对于需要多次检查的患者，如膝关节病变的康复期复查，或者对辐射敏感的人群，如孕妇和儿童来说，具有重要意义。

孕妇在怀孕期间，如果出现膝关节不适需要进行检查，MRI 可以在不影响胎儿健康的前提下，为医生提供准确的诊断信息。儿童的身体还在发育阶段，对辐射更为敏感，MRI 的无辐射特性使其成为儿童膝关节病变诊断的首选检查方法之一。这不仅保障了患者的健康安全，也让患者和家属更加放心。

早期诊断，把握治疗先机
MRI 能够检测到膝关节病变早期的细微变化，有助于早期诊断和

治疗。许多膝关节疾病在早期可能没有明显的症状，但通过 MRI 检查，医生可以发现关节软骨的早期磨损、微小的骨髓水肿等病变迹象。

比如，早期的膝关节滑膜炎，在症状不明显时，MRI 就可以检测到滑膜的增厚和关节腔的少量积液。早期诊断可以让医生及时采取干预措施，如调整生活方式、进行物理治疗等，避免病情进一步发展，提高治疗效果，减少患者的痛苦和经济负担。

在膝关节病变的诊断中，MRI 凭借其高分辨率、多方位成像、无辐射以及早期诊断等优势，为医生提供了全面、准确的信息，帮助患者得到及时、有效的治疗。如果您有膝关节方面的问题，不妨与医生沟通，了解是否需要进行 MRI 检查，让先进的医学技术为您的健康保驾护航。

处方药与非处方药的区别及使用要点

张丽霞 元氏县总医院

律失常药物来说，它的剂量和使用方法都需要精准把控，稍有差池，就可能引发严重的后果。

而非处方药，英文简称为 OTC (Over The Counter)，是不需要医生处方，患者可自行根据自身症状判断、购买并使用的药品。非处方药经过了长期的临床实践验证，只要正确使用，安全性较高，不良反应相对较少。像我们日常生活中常见的用于缓解感冒症状的对乙酰氨基酚，以及治疗消化不良的健胃消食片等，都属于非处方药。

在标识方面，非处方药有着易于识别的显著特征，以便和处方药区分开来。非处方药分为甲类和乙类，甲类非处方药的标识是在红色椭圆形背景下印有 OTC 字样，乙类非处方药则是绿色椭圆形背景下的 OTC 字样。一般来说，乙类非

处方药的安全性相较于甲类更高，不仅能在药店买到，在一些超市、宾馆等场所也能购买到。反观处方药，并没有这样特定的标识。

在获取方式上，两者也截然不同。购买处方药时，患者需要先前往医院就诊，医生经过详细诊断后开具处方，患者再凭借处方在医院药房或者具备相应资质的社会药房购买。而非处方药的购买过程则便捷许多，患者直接前往药店的非处方药专柜，就可以自行挑选购买，无需医生处方。

在使用风险和使用要点上，处方药和非处方药同样有着较大的区别。由于处方药具有较高的专业性和潜在风险，患者务必严格按照医生的处方要求用药，包括用药剂量、用药时间以及用药方法等，都不能擅自更改。以抗生素类处方药为例，随意增减剂

量，可能导致疾病治疗不彻底，进而引发细菌耐药问题，下次再使用时，疗效就会大打折扣，甚至可能使病情进一步加重。此外，在使用处方药期间，患者要时刻留意自身身体反应，一旦出现不适或者异常情况，应立即告知医生。

非处方药虽然相对安全，但也不能随意滥用。在使用前，患者一定要仔细阅读药品说明书，全面了解药物的适应症、用法用量、可能出现的不良反应以及禁忌事项等信息。比如，某些非处方药虽能缓解疼痛，但如果超剂量服用，就可能对肝脏、肾脏等重要器官造成损害。而且，非处方药的适用范围是有限的，如果使用一段时间后症状没有得到缓解，甚至出现加重的情况，就应及时就医，切不可盲目加大剂量或延长用药时间。

针灸扎对穴位，这些小毛病轻松搞定

李倩茹 元氏县总医院

针灸作为中医传统疗法，已经有几千年的历史，是中华民族智慧的结晶。其理论基础源自人体经络穴位学说。我们的身体就如同一个庞大而精密的网络系统，经络就像是纵横交错的主干道，而穴位则是分布在经络上的关键节点。这些经络和穴位相互关联，共同承担着运行气血、联络脏腑、沟通内外、调节阴阳的重要职责，是维持人体正常生理功能的关键所在。

头痛：精准施针，快速止痛
头痛是生活中极为常见的症状，其引发原因多种多样，可能是外感风寒、风热，也可能是情志失调、气血亏虚等。不过，神奇的是，针灸在缓解头痛方面常常能发挥出立竿见影的效果。合谷穴，也就是我们俗称的“虎口”，位于手背，第 2 掌骨桡侧的中点处，是治疗头痛的常用穴位之一。当头痛发作时，专业的针灸医生会严格按照操作规范，迅速将针灸针准确刺入合谷穴，然后根据患者的体质、病情以及穴位特点，巧妙运用提插、捻转等手法，激发穴位的经气。一般留针 20-30 分钟，其间医生还会根据患者的感受适当调整手法，许多患者会明显感觉到头痛症状得到缓解。除了合谷穴，太阳穴、风池穴等也是治疗头痛的常用穴位。与目外眦之间，向后约 1 横指的凹陷处，按摩这个穴位大家都并不陌生，而针灸时其刺激强度和效果更具针对性。风池穴位于颈部，枕骨之下，胸锁乳突肌与斜方肌上端之间的凹陷处，刺激此穴位可起到疏风清热、醒脑开窍的作用。多穴位配合针灸，能够根据不同类型的头痛进行精准治疗，无论是因着凉感冒引起的头痛，还是长期精神紧张导致的偏头

痛，都能取得良好的疗效。

失眠：调节身心，重归甜梦
随着现代生活节奏的不断加快，失眠已经成为困扰众多人的一大难题。长期失眠不仅会让人第二天精神萎靡，影响工作和生活，还可能对身体健康造成一系列不良影响。而针灸在改善失眠方面有着独特的优势，能够从整体上调节人体的身心状态。神门穴，作为心经的原穴，位于腕部，腕掌侧横纹尺侧端，尺侧腕屈肌腱的桡侧凹陷处。刺激神门穴可以养心安神，调节心经气血，帮助患者舒缓紧张情绪，放松身心。医生在针灸神门穴时，会根据患者的具体情况，如体质强弱、病情轻重等，精准调整针刺的角度和深度，一般采用平补平泻的手法，使穴位产生适度的刺激，留针一段时间，让经气得以充分激发和传导。此外，内关穴也常被用于治疗失眠。内关穴在前臂掌侧，当曲泽与大陵的连线上，腕横纹上 2 寸，掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间。它具有宁心安神、理气止痛的作用，与神门穴相互配合，从多个维度调节人体的气血和脏腑功能，就像为失眠患者打开了一扇通往甜梦的大门，帮助他们重新找回良好的睡眠质量。

针灸治疗的注意事项
针灸扎对穴位，确实能够帮助我们有效缓解许多常见的小毛病，是一种自然、绿色且有效的健康调理方式。它以独特的理论和方法，为我们的健康提供了一种别样的呵护。然而，在尝试针灸治疗时，我们必须严格遵守科学方法和医生的专业建议，这样才能在安全的前提下，充分享受针灸带来的益处。下次当你再被这些小毛病困扰时，不妨考虑体验一下针灸这一古老而神奇的疗法，感受中医智慧的独特魅力。