

口腔溃疡也会癌变

专家提醒:口腔长期反复溃疡要及时就医

本报讯(记者刘联)口腔溃疡是最常见的口腔类疾病,几乎每个人都经历过。那种吃不下饭,睡不着觉的感觉,真让人难受。可是你知道吗,长期复发性口腔溃疡也是口腔癌的重要表现形式之一。专家提醒:市民要注意口腔卫生,特别是中老年人,如果溃疡严重一定要到正规医院检查,以免耽误最佳治疗时机。

市民吴先生舌头反复溃疡了一个月,始终不见好,两个月前他到中大五院就诊,被确诊为舌癌。目前吴先生在该院完成了治疗,口腔颌面系统功能得到保留,现已康复出院。

“我们检查时就发现吴先生的舌体溃疡较为严重,舌体溃疡形成肿块,伴有弹坑状。”中大五院口腔颌面外科副主任医师梁军告诉记者,他初步判断可能是舌癌。切取病理组织化验后得到确诊。医生还在吴先生颈部发现可疑的转移性肿瘤淋巴结。

梁军介绍,口腔癌是口腔局部发生癌变的一种恶性肿瘤疾病,大部分的口腔癌是原发癌,主要症状表现为舌头溃疡、吞咽困难、嘴唇麻木等。吸烟、饮酒是口腔癌发病的重要原因之一,病毒感染和缺乏维生素也可能增加患口腔癌的风险。一旦口腔癌到了中晚期,会引发比较严重的口腔症状,如口腔溃疡、散发恶臭异味等。中大五院肿瘤中心副主任刘志刚提醒市民,口腔癌及时治疗是关键,越早治疗,治愈的几率就越高。口腔内如出现



中大五院口腔颌面外科梁军副主任医师为患者治疗。
本报记者 赵梓 摄

肿块、结节、粘膜白斑,口腔溃疡超过一星期不愈,且逐渐扩大或颈部淋巴结突然肿大时,要尽早到正规医院就诊。此外,平时要减少口腔局部的刺激,如少吃辛辣、刺激性或过烫的食物,加强口腔卫生,定期进行口腔清洁。

据记者了解,口腔溃疡也分多种,其中复发性阿弗他溃疡是最常见的口腔溃疡形式,有典型的“红、黄、凹、痛”的特征。整个发作期往往持续1-2周,具有不治而愈的特性,这类溃疡一般不发生癌变。创伤性溃疡往往是由于口腔局部明确的创伤刺激导致的溃疡,最常见的原因是牙齿残根、残冠和设计不良的假牙导致的。此类溃疡一定要引起重视,如果不及去除刺激物,长期反复刺激最后是有可能会转化为口腔癌的。癌性溃疡即口腔癌以溃疡的形式表现,此类溃疡早期疼痛症状不明显,

往往不会引起足够的重视,等疼痛明显或颈部淋巴结转移时再就医就常常错过了最佳的治疗时期。

小贴士

如何预防口腔溃疡

1. 避免不必要的长时间光照;
2. 避免吸烟、喝酒和其他食物的口腔物理摩擦;
3. 戴假牙的病人,如发现假牙下组织有疼痛、发炎时,要及时就医;
4. 平衡饮食,粗细搭配,合理营养,不吃过烫的水与食物,避免刺激口腔组织;
5. 养成良好的口腔卫生习惯,拔掉牙齿的残根、残冠(不能修复的牙),佩戴良好的假牙,去除不良刺激。

“糖尿病前期”可逆转

关键在于改善生活方式

据新华网北京9月24日电 我国糖尿病患者已经过亿,更为严峻的是,糖尿病还有数量庞大的“后备军”——糖尿病前期人群。什么是糖尿病前期?如何控制糖尿病前期进展为糖尿病?近日,“健康大讲堂”邀请到了天津医科大学代谢病医院糖尿病心脏科原主任、主任医师蔺静,与大家共同聊聊糖尿病前期的相关话题。

蔺静说,糖尿病前期是介于正常糖代谢和糖尿病之间一种中间代谢状况。正常人空腹血糖要小于6.1mmol/L,餐后2小时要小于7.8 mmol/L,糖尿病患者的空腹血糖大于7.0

mmol/L,餐后2小时血糖大于11.1 mmol/L。糖尿病前期血糖介于正常血糖和糖尿病患者诊断标准之间。糖尿病前期人群远大于糖尿病患者人群数量,如果通过适当的生活方式进行干预治疗,可以转变为正常的糖代谢人群;如果控制得不够好,血糖继续升高,那么就会进展为糖尿病。

糖尿病前期的症状很多,又缺乏明显的特殊性,容易被忽略。例如,最近经常口干舌燥,或者总觉得乏力、四肢有沉重感,都是常见的症状,但也可能是血糖在升高。此外,在规律饮食的情况下,餐前

出现饥饿、心悸、大汗等症状,或者经常反复出现口腔感染、皮肤感染、泌尿系统感染等,或者小伤口久治不愈,都有可能是糖尿病前期引起的。

据蔺静介绍,遗传、家族史、肥胖、缺乏运动、压力大等原因都会导致糖尿病前期的发生、发展。如果采取良好的手段进行干预,提高个人的自控能力,有部分糖尿病前期患者是可以逆转成正常的糖代谢。这其中,合理饮食,合理的运动,把体重控制在一个合理的区间,戒烟限酒,选择健康的生活方式是控制好糖尿病前期的关键因素。

医学点滴

突发心脏病急救就讲一个“快”字

掌握基本急救知识关键时刻能救命

每年9月的第二个周六是红十字会与红新月会国际联合会制定的“世界急救日”,希望通过这个纪念日让更多的人掌握急救技能技巧。对于心血管疾病患者来说,每次发病又急又险。掌握一些基本的急救知识能在关键时刻救人一命。

在心血管疾病中,以心绞痛、心肌梗塞和猝死的发生率最高。广东药科大学附属第一医院急诊科主任曾育辉指出,对于不同的心血管疾病,处理方法也有所不同。

1. 心绞痛。心绞痛表现为胸部感觉被捆住一样的疼痛,应立即拨打120。在等待救护车到场期间,旁人可以松开患者衣服,保持水平躺下姿势,口中含服硝酸甘油,保持空气对流。

2. 心肌梗塞。当心绞痛服药后,如果没有缓解,并且还出现呕吐、休克、抽搐、意识模糊等,有可能是心肌梗塞。在等待120期间,同样要让患者立即平卧休息,或在有依靠的地方半卧位。患者尽量克制紧张情绪,可适当做缓慢的深呼吸,速度不宜过快,否则会造成通气过度。如果有条件,吸氧是一个比较好的选择。

3. 猝死、心脏病发作严重时,呼吸骤停有可能引发猝死。猝死黄金救援时间是4分钟,若4分钟内没有有效救治,死亡率相当高。遇到猝死,身边朋友或家人可立即用拳头,规律连续敲击患者心脏,目的是让心脏恢复自主搏动。当敲击心脏无效,则需要马上进行心肺复苏。

(据老人报)

两手血压不一 当心这个病

锁骨下动脉窃血综合征患者会突发失力跌倒

一般来说,双侧上肢收缩压相差一般在20毫米汞柱以上,即可确诊患有锁骨下动脉窃血综合征。广东药科大学附属第一医院心血管内科主任医师曾智桓表示,此病可能会出现脑缺血或上肢缺血症状,主要见于中老年人,多存在高血压、糖尿病、高脂血症及吸烟的动脉粥样硬化危险因素,是一种全身性血管损害。

锁骨下动脉窃血综合征是指在锁骨下动脉或头臂干的椎动脉起始处的近心段有部分的或完全的闭塞性损害,由于虹吸作用,引起患侧椎动脉中的血流逆行,进入患侧锁骨下动脉的远心端,导致椎-基底动脉缺血性发作和患侧上肢缺血性的症候。该病最常见的症状包括眩晕、肢

体轻瘫、感觉异常、双侧视力障碍、共济失调、复视、晕厥。少见的症状还包括间歇性跛行、发音困难、吞咽困难、耳鸣、抽搐、头痛及精神障碍。少数可出现“倾倒症”,突然下肢肌力丧失而跌倒的发作,可没有意识障碍,并能迅速恢复。部分患者可有上肢易疲劳、酸痛、发凉和感觉异常等,极少数引起手指发绀或坏死。

在治疗上,曾智桓表示,没有症状或症状较轻时,患者应注意上肢的运动强度和幅度,睡眠时枕头宜低,辅以药物治疗,控制高血压、高血糖、高血脂,还有抗凝药或抗血小板聚集的药物,大动脉炎患者可加用激素等。症状较重或反复发作的患者多采用外科手术治疗。(据老人报)

不分年龄和性别的尴尬

四种方法解决漏尿

一些女性在爬楼梯、咳嗽时都会不由自主地漏尿。广东药科大学附属第一医院急诊科主任曾育辉表示,这是压力性尿失禁的表现。它可以发生在任何年龄及性别,尤其是中老年女性。

什么原因会导致压力性尿失禁呢?曾育辉介绍,造成压力性尿失禁的原因以下两点最为常见:其一,因为分娩、肥胖、便秘等因素使得盆底支持结构被破坏,当腹腔压力升高时,升高的压力只作用于膀胱而不作用于尿道,致使膀胱内总压力可能超过尿道闭合压力,导致了尿液外流。其二,由于雌激素水平低下或其它原因(如手术、放疗等)导致尿道粘膜萎缩,尿道内自身的“水封”能力下降,容易出现尿失禁。

曾育辉表示,压力性尿失禁的治疗根据不同病程及轻重程度,分为四类方法:

1. 避免便秘、慢性咳嗽等长期腹压增高因素,阻断压力性尿失禁的出现,或控制在很轻的程度。

2. 进行盆底锻炼,适用于轻度的压力性尿失禁患者,或其它治疗的辅助手段。

3. 药物治疗。α-受体激动剂作用于膀胱颈部及尿道起始部,使其张力增加,增强尿道闭合压力;雌激素类药物,可口服或局部运用,改善尿道粘膜的萎缩现象,增加“水封”效应。药物治疗适用于轻中度患者。

4. 手术治疗 采用尿道悬吊的微创手术方式,纠正松弛的盆底结构。(据老人报)