

慢性咽炎如何防治

何翠平

四川省巴中市中心医院 636001

【中图分类号】R276.1

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2020) 07-068-02

相信大家大家都在不同平台上听到过有关慢性咽炎治疗的广告,从铺天盖地的广告宣传来看,这种疾病也对于广大社会群体造成了极深的困扰。由此可见这种疾病也极大困扰着广大社会群体。本篇文章就针对慢性咽炎这种疾病在日常生活中的预防措施和治疗方法进行探讨,希望更多慢性咽炎患者及想要预防慢性咽炎的患者能够从中获得些许启示。

1 关于什么是慢性咽炎

顾名思义,慢性咽炎即是一种发生在人体咽喉部位的炎症,而这种炎症属于慢性炎症即称之为慢性咽炎。从临床统计数据来看,大部分慢性咽炎的患者均为成年人。正常的咽喉部位是有一层粘膜的,而这层粘膜在受到外界刺激的情况下或自身出现了感染,则会处于充血状态,进而导致粘膜、粘膜下及周围的淋巴细胞和结缔组织出现增生,由此引起了慢性咽炎。慢性咽炎患者除了感觉到自身咽喉部位有异物感和不适感之外,还会有咽痒、咽痛问题,以及不容易咳出分泌物,经常干咳等临床症状,严重的慢性咽炎会影响到患者日常的交谈和进食。从总体上来说,慢性咽炎并不是一种会严重威胁到患者生命安全的疾病,在经过科学正确的治疗之后,可以保证患者很长时间不会再次复发此种疾病。但如果治疗的不够及时,那么由于疾病而导致的咽喉疼痛和咽喉瘙痒状态会持续不断的反复发作或表现出急性发作症状,对于患者生活质量的影响是非常大的。

2 为何会患慢性咽炎

大部分慢性咽炎患者都是由于自身的急性咽炎反复发作而导致的,人们的呼吸道在较长时间内持续受到慢性刺激、自身生活习惯不良譬如烟瘾过度、饮食中摄入过多的辛辣刺激物质、发声过度等等,都有可能会导致其患上慢性咽炎。在日常生活中,以下几类人群需要警惕自身是否患有慢性咽炎:(1)自身患有鼻部疾病或者是上呼吸道慢性炎症的人群;(2)在粉尘较大的环境当中工作的人群,譬如油漆厂和面粉厂工人;(3)用嗓过度的职业人群,譬如教师、销售员;(4)长期保持过度辛辣饮食习惯的人群,以及有抽烟、喝酒习惯的人群;(5)患有胃食管反流病、心血管疾病以及风湿性疾病的人群。

3 关于慢性咽炎的治疗

在临床上,医师对于慢性咽炎患者所采取的治疗原则主要是针对患者粘膜刺激因素或导致患者粘膜感染的病因进行治疗。在去除致病原因之后,可以尽量减少这些因素对于患者咽喉部位的刺激,继而通过药物治疗的方式帮助患者治疗疾病,必要的时候还可以加上物理治疗。同时,还提倡患者在治疗过程中通过日常锻炼来提高自身机体的免疫力。

3.1 去除致病因素

酒精和香烟当中的成分都会对患者的咽喉部位造成刺激,所以建议慢性咽炎患者一定要戒烟戒酒,并且在日常饮食当中

中尽量少吃辛辣刺激的食物,这些食物当中的辛辣成分也会对咽喉部位造成额外刺激。

口腔卫生也是慢性咽炎患者需要注意的一个方面,日常定时清洁牙齿,并在饭后简单漱口,以清理食物残渣。

某些引起患者患上慢性咽炎的原发病是其治疗过程中的重点所在,譬如急性咽炎、鼻及鼻咽部位的慢性炎症、反流性食管炎等,这些疾病都有可能是慢性咽炎患者的原发病,需要加强重视。

3.2 药物治疗

3.2.1 慢性单纯性咽喉炎的药物治疗

针对慢性单纯性咽喉炎患者临床常使用的药物包括复方硼砂溶液、呋喃西林溶液等等,以漱口的方式使用这些药物溶剂,可以帮助患者清洁口腔内部,并同时兼顾到咽喉部位的清洁。当患者的咽喉部位干痒症状比较严重时,可以使用含服的碘喉片以及薄荷喉片用来缓解。咽喉部位处于炎症和肿胀状态时,可以使用复方碘甘油、5%的硝酸银溶液或者是10%弱蛋白银溶液涂抹咽喉部位,帮助炎症消退,并减轻肿胀。

3.2.2 慢性肥厚性咽炎

慢性肥厚性咽炎患者基本上与前者慢性单纯性咽喉炎患者采取基本一致的用药方式。另外,由于此类患者的咽喉处受疾病影响而处于较为肥大的状态,也可以使用20%的硝酸银溶液或者是铬酸漱口,帮助缩小肥大组织。

3.2.3 慢性变应性咽炎

通常情况下,这类咽炎患者使用到的为抗组胺药物以及白三烯受体拮抗剂,譬如孟鲁斯特,这些药物可以帮助患者抑制过敏反应。可以将糖皮质激素应用在局部病变部位,同样起到的是抑制过敏反应的作用。

3.3 物理治疗

如果在患者接受了药物治疗之后,并没有取得较好的治疗效果,或者是产生了极为明显的副作用,那么可以尝试加入物理治疗的方法,但近些年来物理治疗的应用范围缩小趋势。

从临床治疗经验来看,慢性咽炎患者在接受正确规范的治疗之后,能否取得较为理想的治疗效果,与其患病之初是否及时接受治疗,以及自身慢性咽炎疾病的种类有很大关系。大部分情况下,慢性咽炎患者只要接受了及时的治疗并保持良好的生活习惯,均可以有效缓解其疾病症状,在较长时间内可以做到疾病不再发作。而慢性肥厚性咽炎以及慢性萎缩性咽炎患者在治疗之后是比较容易复发的,但现如今医疗技术水平也在不断的提升,这两种慢性咽炎种类的发病率也在不断下降。

4 如何预防慢性咽炎

首先在预防慢性咽炎方面,我们一定要意识到口腔卫生对于这种疾病的显著影响,确保日常口腔处于洁净状态。早晚

(下转第69页)

胃癌中期怎么治疗最好？

陈焕新

四川省遂宁市第一人民医院普外科 629000

【中图分类号】R735.2

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2020) 07-069-01

胃癌是起源于胃黏膜上皮的恶性肿瘤，胃癌可发生于胃的任何部位，其中半数以上发生于胃窦部、胃大弯、胃小弯及前后壁。绝大多数胃癌属于腺癌，早期无明显症状，或者出现上腹不适、嗝气等非特异性症状，常与胃炎、胃溃疡等胃慢性疾病症状相似，容易被忽略，因此，目前我国胃癌的早期诊断率仍然较低。胃癌的预防措施与胃癌的病理分期、部位、组织类型、生物学行为以及治疗措施有关。

胃癌中期患者最常见的症状就是上腹痛，有的患者还可以出现贫血、厌食、上腹部出现肿块的症状。胃癌的疼痛经常没有明显的规律，与进食无关，主要发生于左上腹，少部分患者可能会出现胃溃疡。

胃癌中期是介于胃癌早期和晚期之间的一个阶段，一般胃癌早期是没有什么症状，发现的时候一般已经到了中晚期。中期的胃癌患者是通过手术的治疗有痊愈的可能，或者配合化疗的形式进行治疗是可以延长生命。

接下来重点阐述下胃癌中期的患者该如何进行治疗能获得最好的疗效。

一、胃癌中期患者如何进行治疗

1. 外科手术治疗

对于中期的胃癌患者，首选的治疗方式是进行外科手术，建议能进行手术的患者要尽量的进行手术治疗。胃癌中期外科手术治疗分为根治性切除手术和姑息性切除手术。对于肿瘤无明显的转移的部分患者，应连同部分组织及相应的区域淋巴结一并切除。对于虽然有远处转移或伴有幽门梗阻、穿孔等严重并发症，但能忍受手术的胃癌中期患者，可采用姑息性手术，该种胃癌手术方法指主观上判断肿瘤已不可能完全切除，但主要的瘤块可切除，从而达到解除症状、延长寿命的目的，为进一步综合治疗创造条件。需注意的是，患者在手术之后，大多数会存在残癌，因此建议患者在术后要及

时的进行辅助性的化疗，并结合一些药物补充有机麦芽硒，通过补硒与化疗结合，可有效的清除术后残癌。元素硒也可以很好修复患者的受损细胞，活化其免疫机能，可有效的降低化疗的副作用，帮助患者进一步的巩固治疗的效果。

2. 化学治疗

很多胃癌中期患者为了使得疾病彻底康复，都常常选择化学治疗方法进行治疗。虽然化疗方法对这种疾病起到一定的改善作用，它也是治疗中期胃癌的常见治疗方法，但是胃癌患者到中期，如果自身的身体状况允许的话就可以选择这种治疗方法，假如身体不允许就千万不要选择这种方法。在选择是否进行化疗时，患者就得特别重视自身的条件能否进行化学治疗，从而避免因治疗不当所造成的严重伤害，在选用治疗方法的时候，患者们要根据自己的身体状况选择适合自己的治疗方法进行有效的治疗。

3. 其他治疗

放疗、热疗、免疫治疗、中药治疗等一些常见的治疗中期胃癌方法。胃癌的免疫治疗包括非特异生物反应调节剂，比如卡介苗、香菇多糖等。细胞因子如白细胞介素、干扰素、肿瘤坏死因子等等。还有一种为过继性免疫治疗，比如有淋巴瘤因子激活的杀伤细胞等临床应用。抗血管生成基因是一种新的基因治疗方法，在中胃癌的治疗中发挥着重要的作用。

胃癌中期的患者，如果恢复身体健康后，还要进行化学药物治疗、靶向药物治疗、免疫治疗、放射线治疗等治疗，这样的话，才有利于自身病情的控制，从而有利于身体健康。

二、小结

由上可知，在临床上，胃癌中期的患者，需要采取以手术切除为主的综合治疗方案，这样才能显著提高胃癌中期患者的生活质量，延长患者的生存时间。

(上接第 68 页)

两次刷牙一定要清洁到位，在日常进食之后还可以简单漱口，来清除口腔污渍。口腔清洁能够有效避免急性咽炎反复发作。

其次，日常通过适当体育锻炼的方式来增强机体体质，提高身体免疫力也是有所帮助的。减少日常生活中感冒的次数，也能够避免咽喉部位受到反复刺激。

日常饮食同样需要注意，烟酒不仅会影响到口腔卫生的保持，同样也会对咽喉部位造成不断的刺激，所以建议戒烟戒酒，也减少辛辣油腻食物的摄入。

慢性咽炎还会受到一定生活工作环境的影响，日常工作不可避免会长时间处于烟尘较大的环境当中的人群，一定要做好自身的呼吸道保护工作，避免粉尘持续不断吸入，对于咽喉部位造成刺激。

如果患者自身存在有可能会进一步引发慢性咽炎的相关疾病，譬如慢性鼻炎、口腔炎症、胃食管反流以及慢性扁桃体炎症，那么一定要引起重视，积极治疗这些原发病，避免其进一步给自身健康造成更加严重的影响。

由于工作而需要过度用嗓的人群也需要注意慢性咽炎问题，譬如教师、销售员等等，可以在必要的情况下借助扬声器来减轻咽喉部位的负担。

日常生活当中有可能引发慢性过敏性鼻炎的一些致敏原，应该要尽量避免接触。

通过这些生活和工作上的诸多防范，应该能很大程度避免自己患上慢性咽炎，人们也需要注意，如果自身表现出了一些较为典型的慢性咽炎症状，一定要第一时间到医院接受检查和治疗，避免由于治疗时机的延误而加重疾病。