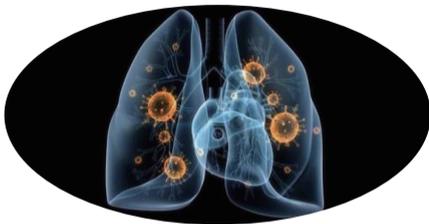


慢性阻塞性肺疾病患者为什么易营养不良?

珠海市第五人民医院 刘华裕

慢性阻塞性肺疾病(COPD)是一种常见的呼吸系统疾病,其主要特征是气道慢性炎症和气道狭窄。COPD患者不仅面临呼吸困难和肺功能下降的挑战,还容易出现营养不良的问题。营养不良是COPD患者常见的并发症之一,其发生率高于一般人群。营养不良不仅严重影响了患者的身体健康,还会导致免疫力下降、易感染和肌肉萎缩等并发症的发生,使得COPD的病情更加严重。因此,深入研究COPD患者易发生营养不良的原因,对于提高患者的生活质量,改善其临床预后具有重要意义。



大气压变化、身体状况、营养不良等因素也可能导致COPD患者病情恶化。总的来说,COPD的病因是多方面的,主要包括吸烟、空气污染、遗传等因素。对于患有COPD的患者来说,需要尽可能避免吸烟,减少接触空气污染物,注意营养,加强锻炼,这些都可以有效地延缓疾病的进展,提高生活质量。

2. 营养不良的定义和原因。

2.1 定义

营养不良通常是指机体无法获得足够的营养物质,从而导致身体的失去平衡和正常功能的受损。营养不良涉及人类的身体各个方面,例如免疫系统、肌肉和体重等,因此它不仅涉及营养摄入不足导致的问题。在慢性阻塞性肺疾病患者中,营养不良的主要特征常常是体重下降、身体虚弱、肌肉损失和营养缺乏。这些症状可能导致患者感到疲倦、免疫系统衰弱、容易受伤、手术风险增加以及其他疾病的恶化等问题。

2.2 原因

常见营养不良的原因包括以下几个方面:
(1)不良饮食习惯:饮食结构不合理、吃得过多或过少、偏食等不良饮食习惯都会导致营养不良。
(2)消化吸收不良:某些疾病或药物的影响会导致消化吸收不良,从而使机体无法充分吸收和利用营养物质。
(3)疾病和手术后康复期:某些疾病和手术后需要康复期,机体能量消耗增加,营养需求量也会增加,如果摄入不足,就会引起营养不良。
(4)肠道微生态失衡:肠道微生态失衡会降低机体免疫力和消化吸收能力,导致营养不良。
(5)社会环境和心理因素:社会生活方式、经济条件等个人社会环境和心理因

素也可能影响饮食习惯和摄入营养物质的量。(6)年龄和生长发育阶段:儿童和老年人的生长和发育需要更多的营养物质,如果摄入不足,就会引起营养不良。

总之,常见营养不良的原因是多方面的,包括不良饮食习惯、消化吸收不良、疾病和手术后康复期、肠道微生态失衡、社会环境和心理因素以及年龄和生长发育阶段等。因此,我们应该采取相应的措施,例如改变饮食习惯、促进消化吸收、提高摄入量、维护肠道微生态平衡、改善社会环境和心理因素等,以预防和治疗营养不良。

3. 慢性阻塞性肺疾病患者易营养不良的原因。

3.1 病理生理的因素



(1)能量消耗增加:COPD患者在呼吸时需要消耗更多的能量。由于肺功能下降,呼吸肌肉需要更多的能量来进行肺部通气。这些额外的代价使患者需要更多的热量来满足身体的需求。
(2)营养吸收不良:COPD患者常常出现胃肠道问题,例如消化不良、胃食管反流病、胃溃疡等。这些问题会影响食物的吸收和消化,从而降低患者的营养水平。
(3)炎症反应:COPD患者由于炎症反应增强,可能导致体内的蛋白质消耗增加。这些炎症反应包括细胞因子、氧化应激等。
(4)味觉改变:COPD患者由于常常服用药物,可能会导致味觉改变。这些药物可能会影响食物的味道,从而影响患者的食欲和营养摄入。

3.2 心理因素

(1)抑郁症:COPD患者常出现焦虑、抑郁等心理问题。这些问题可以影响患者的食欲和营养状态。焦虑、抑郁等情绪问题也可能导致患者饮食不规律,影响营养的摄入。
(2)家庭关系:COPD患者常常需要家人的照顾。不良



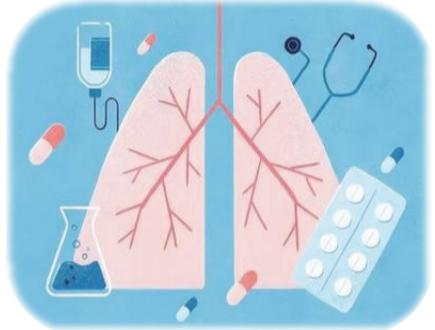
的家庭关系可能会导致患者焦虑、抑郁等问题,从而影响患者的营养摄入。

3.3 社会因素

(1)经济压力:COPD患者需要接受长期的护理和治疗。这些治疗可能会产生经济压力,导致患者的营养水平下降。在一些不发达的地区,收入低下、节食、饮食不均衡等也可能导致慢性营养不良。
(2)教育水平:COPD患者教育水平低可能影响其对营养的认知和注意力,从而影响营养的摄入。

4. 结论。

COPD患者易营养不良的原因是复杂的。除了病理生理的因素外,心理和社会因素也可能影响其营养状态。对于COPD患者,应该全面评估他们的营养状况,并采取适当的措施来改善他们的营养状态。建议患者增加摄入高蛋白、膳食纤维和易消化的食物来提高氮平衡和肌肉质量、维护肠道健康和减轻消化负担。同时,避免过度饮酒与吸烟,不利于身体摄入的营养吸收。此外,建议患者咨询专业营养师的建议,制定适合自己身体状况的膳食方案,并在饮食中加入必要的营养补充剂,如维生素、矿物质等,特别是对于COPD患者可能出现的维生素D、钙、镁等缺乏。



1. 慢性阻塞性肺疾病的病因。

(1)吸烟:吸烟是COPD的主要原因。吸烟会导致气管和支气管内层的纤毛受损,引起黏液堆积和气流阻塞;同时,烟雾中的有害物质会损伤肺组织,引起肺气肿和肺纤维化。
(2)空气污染:空气污染是COPD的另一个主要原因。城市污染物和室内空气污染物,如煤气、灶具烟雾、室内装修等都会对呼吸系统产生损害,导致慢性气道炎症和肺组织气体损伤。
(3)遗传因素:COPD也可能与遗传有关。Alpha-1抗胰蛋白酶缺乏是一种罕见的遗传性疾病,患者易患肺气肿,不少COPD患者的家族中有Alpha-1抗胰蛋白酶缺乏的病史。
(4)早期肺感染:早期肺感染可能增加COPD发病的风险。肺感染会导致呼吸道炎症和破坏性肺组织损伤,特别是在儿童时期发生的肺感染可能对肺功能发育产生长期的负面影响。
(5)其他因素:

宫颈癌科普全解析:认识、预防、治疗一站式指南

上海市浦东新区南汇新城镇社区卫生服务中心妇科 吴阳

宫颈癌也称为子宫颈癌,是发生在子宫颈部位的恶性肿瘤,为目前社会中女性最常见的恶性肿瘤之一,其发生与人乳头瘤病毒(HPV)感染密切相关。此外,多个性伴侣、吸烟、免疫抑制等因素也可能增加宫颈癌的发病风险。HPV包括多种类型,而部分高危型HPV持续感染是宫颈癌的主要病因,从HPV感染到宫颈上皮内瘤变(CIN),再到浸润性宫颈癌,通常需要经过一个漫长的过程。早期宫颈癌常无明显症状,随着病情的发展,可能会出现阴道出血、白带增多、异味等症状。晚期宫颈癌则可能出现局部压迫症状,如尿频、尿急、便秘等,甚至发生癌细胞的远处转移。

1. 健康女性应该怎么预防宫颈癌的发生。

(1)预防的关键在于阻断HPV的感染和传播:例如接种HPV疫苗,这是预防HPV感染和宫颈癌的有效方法。目前临床上常见的HPV疫苗分别有二价、四价和九价疫苗三种,可以预防不同种类的HPV病毒。适龄女性最佳的接种时间是在性行为开始之前进行接种,以便于获得更好的保护效果。
(2)适龄女性需要定期进行宫颈癌筛查:这是早期发现和预防的重要途径。临床医师建议女性从21岁开始,每年进行1次宫颈癌筛查,根据筛查结果和医生建议进行后续检查和治疗。
(3)应保证性生活的安全与卫生:例如避免多个性伴侣、使用安全套等措施以降低感染HPV的风险。同时,还需积极治疗宫颈息肉、宫颈湿疣等原发性疾病,戒烟、保持良好的个

人卫生和生活习惯等也有助于预防宫颈癌。

(4)及时治疗癌前病变:如果发现癌前病变,如CIN,应及时寻求医生进行治疗,以防止其进展为宫颈癌。治疗方法包括冷冻治疗、激光治疗、手术切除等,选择何种治疗方法应根据自身病情和医生建议而定。

2. 得了宫颈癌之后应该怎么进行治疗。

宫颈癌的治疗方法主要包括手术、放、化疗和免疫治疗等。具体选择应根据患者本人的病情、年龄、生育需求、身体素质等因素综合考虑。现将治疗手段介绍如下:

(1)手术治疗:早期宫颈癌患者可通过手术切除肿瘤。通过锥切或单纯子宫切除术(筋膜外全子宫切除术)、根治性子宫切除术加双侧盆腔淋巴结清除术、腹主动脉淋巴结清除术、根治性宫颈切除术等手术治疗,切除病灶及临近组织。患者应注意术后的休息,定期到医院复查。

(2)放疗:指通过高能射线将癌细胞清除体外的一种常见的临床治疗方法。可以帮助晚期或无法手术的患者缓解临床症状、延长其生存期。此疗法常与化疗联合使用,以提高治疗疗效。但放疗也存在一定的副作用。

(3)化疗:指利用化学药物将癌细胞清除体外临床治疗手段。通常选择经过静脉注射或口服给药,使其到达肿瘤部位将癌细胞进行清除。此疗法常与手术或放疗联合使用,以达到使肿瘤减小、缓解不适症状、延长患者生存期的目的。常用化疗药物有顺铂、卡铂、紫杉醇、

吉西他滨、帕姆单抗、贝伐单抗等。但此类药品也会对人体正常细胞、器官、组织等造成损伤,因此患者会有恶心、呕吐、脱发等副作用。

(4)免疫治疗:此方法是通过刺激患者自身的免疫系统,使其针对癌细胞进行免疫反应,以达到清除癌变细胞的治疗手段。目前此方法还处于研究阶段。

3. 宫颈癌病理分型、分期、转移途径。

(1)病理分型:主要有宫颈鳞状细胞癌、腺癌、鳞癌等。其中,宫颈鳞状细胞癌是宫颈癌中最常见的类型,约占80~85%,显微镜检又分为镜下早期浸润癌、宫颈浸润癌;宫颈腺癌则起源于宫颈腺上皮,其显微镜检分为黏液腺癌、宫颈恶性腺癌,近年来在宫颈癌中发病率占比有明显上升趋势。

(2)分期:目前在临床中,宫颈癌的分期主要采用国际妇产科联盟(FIGO)的分期系统,I期:子宫颈癌局限在子宫颈;II期:肿瘤超越子宫,但未达阴道下1/3或达骨盆壁;III期:肿瘤累及阴道下1/3、或扩展到骨盆壁或引起肾盂积水、或肾无功能、或累及盆腔、或主动脉旁淋巴结;IV期:肿瘤侵犯膀胱黏膜或直肠黏膜和超出真骨盆。这些分期意味着病情进展和严重程度,治疗方法及预后也不相同。早期宫颈癌可以通过手术治疗,而晚期宫颈癌(IIIB期及以上)则可能需要放疗、化疗等综合治疗。

(3)转移途径:主要包括直接蔓延和淋巴转移。直接蔓延指癌细胞向邻近器官和组织扩散,如阴道壁、宫腔、输尿管、膀胱、直肠、肺等;

淋巴转移则是指癌细胞通过淋巴管转移、扩散到全身。

4. 宫颈癌的应如何进行早期筛查以降低其风险。

目前筛查的方法主要包括细胞学检查(如巴氏涂片)和HPV检测。巴氏涂片是通过采集宫颈细胞进行显微镜观察,可发现异常细胞;HPV检测则可以检测宫颈是否存在HPV感染,对于预测宫颈癌风险具有重要意义。临床建议女性从21岁开始进行宫颈癌筛查,筛查频率可根据个人具体情况而定。

常用的诊断方法包括查体、实验室检查、阴道镜检查、组织病理学检查等方式。查体为了解患者症状,初步确定范围;阴道镜检查可以直接观察宫颈病变情况,并取可疑部位进行活检,提高诊断准确率;宫颈活检则是通过取宫颈组织进行病理学检查,以明确诊断。

5. 对于宫颈癌的患者,应如何进行康复与护理。

患者应注意保持良好的心态和信心,积极配合医生的治疗和建议。同时,保持健康的生活方式,如均衡饮食、适量运动、充足睡眠等也有助于提高治疗效果和生活质量。

宫颈癌是女性生殖道最常见的妇科恶性肿瘤,但通过接种HPV疫苗、定期进行宫颈癌筛查和及时治疗癌前病变等措施,可以有效地预防宫颈癌的发生。对于已确诊的宫颈癌患者,应根据患者病情选择合适的治疗方法,并积极配合医生的治疗以缓解症状、减轻身体不适。