

险！整排假牙掉进支气管，咳嗽、气促别大意

对于上了年纪、牙口不好的老人来讲，假牙可以说是生活中的好帮手。很多牙齿不好的老人都会给自己安装一套完整的假牙。然而，原本有帮助功能的活动假牙，差一点就成了七旬老人邝伯的“夺命工具”。

这是怎么回事？原来，邝伯卧床休息时不慎吞入了从口腔掉落的一排假牙！之后，他出现了明显的气促症状。在附近医院就诊时，邝伯通过接受CT检查发现其假牙掉落在了左侧支气管内，成为了支气管异物。为了取出假牙，邝伯被转到中山大学孙逸仙纪念医院呼吸与危重症医学科病房。

中山大学孙逸仙纪念医院呼吸与危重症医学科副主任医师林小玲为邝伯进行了支气管镜介入手术，经过支气管镜检查，确认假牙位于左主支气管内，堵塞了左侧支气管。

由于假牙较大且表面光滑坚硬，钳子难以将其夹出。支气管镜介入经验丰富的林小玲马上想到可以借用胃镜中套扎息肉用

的圈套器进行异物套取，最终巧妙地将假牙取出，整个过程仅用几分钟就完成。

取出假牙后，邝伯的呼吸困难症状得到了明显的缓解，恢复良好，顺利出院。

助力林小玲为邝伯“快速”解决问题的支气管镜检查及介入术在中山大学孙逸仙纪念医院呼吸与危重症医学科每天都在进行。林小玲透露，邝伯所接受的是常规支气管镜介入手术，病人不需要进行全身麻醉，操作时间短，恢复快，风险低，效果好。而在各种支气管镜介入手术中，在硬质支气管镜下对肿瘤进行消融及植入支架手术难度更大，对医生手术能力要求更高。

日前，这样一例“惊心动魄”的支气管镜介入术在中山大学孙逸仙纪念医院呼吸与危重症医学科支气管镜室上演。

一个多月前，林小玲接到一位特殊的患者。这位原就诊于该院妇科的44岁女性阿云（化名）两年多前患上了宫颈癌，并于近日不幸复发且出现了肺部转移，且在近一个月来病情恶化程度极快。考虑到患者明显的

气促和呼吸困难症状，在胸部CT检查提示气管下段重度狭窄、右主支气管被肿瘤堵塞导致右肺几乎完全不张的情况下，患者被转入呼吸与危重症医学科进行治疗。

对阿云的病情进行了详细了解后，林小玲立刻对她进行了严密的术前评估，经过慎重考虑，团队决定为患者实施硬质支气管镜下气道肿瘤消融和支架植入术。

术前，林小玲副主任医师和患者家属进行了详细的谈话沟通病情，并得到了家属的信任和支持。手术当天，林小玲硬质支气管镜结合可弯曲支气管镜观察到阿云的肿瘤组织已经严重侵犯气管下段，隆突和右主支气管消失，左主支气管开口的粘膜也已经受到影响，情况比CT所见更加严重和棘手。林小玲使用硬镜铲切部分气管内肿瘤后，再通过各种工具和器械小心翼翼地清除右主支气管腔内的肿瘤组织，最终重新暴露隆突和右主支气管开口，并打通右中间干支气管到达右中下叶支气管开口，在气管内置入一个Y型硅酮支架，在右主支气管一右中间干

支气管置入一个金属半覆膜支架，成功重建气道，一方面保证了左肺通气，另一方面也恢复了右中叶和右下叶支气管的通气。

手术顺利结束后，阿云转入ICU，顺利拔管后转回妇科进行后续肿瘤治疗，目前病情稳定。

专家提醒：咳嗽、气促勿大意

林小玲谈到，目前，在该院呼吸与危重症医学科，支气管镜室已开展各种内镜介入技术，包括支气管镜下困难异物取出，气管疤痕狭窄的球囊扩张和冷冻治疗，内镜下气道恶性肿瘤消融，硬质支气管镜下硅酮支架或金属支架植入术，内科胸腔镜等，这些治疗技术可让无法手术的患者有机会进行内镜下治疗从而改善病情，还可以让患者避免可能面临更大损伤的开胸手术，得到最好的治疗。另外，她特别提醒，如果出现咳嗽、气促等不适，需要尽快到医院就诊，在医师指导下选择适当的检查和正确的治疗方法，必要时进行支气管镜检查及介入治疗，守护呼吸健康。

14岁少女尿液异常、急性肾衰，竟是自身免疫性疾病作怪

1个月前，14岁的小欣（化名）咳嗽一周仍不止，还有不断加重的迹象，被家长送往当地医院检查，根据CT胸片结果诊断为肺炎，被建议去武汉大学人民医院儿科接受全面检查。

随后，小欣家长带着她来到武汉大学人民医院（湖北省人民医院）求诊。武汉大学人民医院的医生在治疗过程中了解到，小欣入院前1个月的尿液均呈深茶色，住院检测尿液含大量红细胞及蛋白，伴有急性肾损伤，肌酐值达到180μmol/L（正常值为73μmol/L）且呈上升趋势，已达到慢性肾脏病3期的诊断标准。此外，小欣的肺部显示有病灶和结节，膝关节、肩关节有游走性疼

痛感。医生初步判断，小欣患有血液、呼吸、肾脏、骨骼等多系统损害且合并肺部感染，病情很不稳定。

小欣来院后便被收入儿科重症监护室，医生为她采取了抗感染、浓缩红细胞输注、心电监护、吸氧等紧急治疗手段。在病情稍微稳定后，她从儿科重症监护室转入小儿肾病科，由科主任李弢教授带领团队继续诊治。进一步检查后发现，小欣还具有幼年特发性关节炎、干燥综合征、系统性红斑狼疮等疾病的特点。此外她的抗中性粒细胞抗体（ANCA）呈阳性，肾穿刺活检的病理结果显示她患有ANCA相关性血管炎、ANCA相关性肾炎、急性肾损伤、重叠综合征等。

李弢教授介绍道，ANCA是存在于血液中的一种针对中性粒细胞的自身抗体，ANCA相关性血管炎属于自身免疫性疾病，儿童患者较为罕见，国内报道多为个案。儿童患者一般起病急，临床表现凶险，最易伤及呼吸道和肾等重要器官，并且会发展成终末期肾脏病。

根据国内外治疗指南、文献以及多年的肾脏风湿免疫疾病临床经验，李弢教授团队为小欣定制了个性化的治疗方案：在使用糖皮质激素冲击治疗的同时，为她实施生物免疫制剂治疗，计划每周1剂，第1个月共用4剂。2周后，小欣的病情逐渐稳定下来，肾功能接近正常水平，深茶色尿尿消失，重度贫

血也改善了不少，关节疼痛症状得到了控制。

小欣病情好转后，家长一直悬着的心也终于慢慢放下来了。前几日，小欣再次到小儿肾病科接受生物免疫制剂治疗，欣喜地发现贫血完全得到了控制，肾功能也恢复正常了。李弢教授建议，小欣接下来每月只需要来医院接受一次续贯治疗，根据检查结果继续调整治疗方案。

李弢教授提醒，儿童肾病隐匿性较强，家长们要高度重视孩子尿液的异常变化，注意观察尿色、尿次、尿量等是否异常，以便及时发现肾脏损害及相关的疾病。

小伙吹一夜空调后得面瘫：3个现象一出，可能患上“空调病”

炎炎夏日，空调变成居家必备的消暑神器。

空调吹得虽舒服，但如果吹空调太久，还可能会出事。

近日，江苏常州一位小伙子吹了一夜空调，起床后发现自己口角歪斜而且还面瘫，左眼甚至无法闭合，严重影响日常生活。

所谓的面瘫，其实就是面部神经出现瘫痪损伤，一旦出现损伤，就会影响到了面部表情肌的瘫痪，影响到人体正常的面部动作，比如讲话、微笑以及饮食等。

吹空调，真的会导致面瘫吗？

事实上，面瘫大多数都是发生在秋冬季气温较低的时候，而临床上大多数都是因患者出现疱疹病毒，而温度低恰好又是疱疹病毒高发有关。

因此，低温、冷风都与面瘫有关系，通常面瘫主要是病毒感染导致，普通感冒、中耳炎等疾病都会影响面部神经，引发面瘫，但并不代表吹了空调就会面瘫。

空调多了，的确容易出现“空调病”

严格意义而言，空调病不本身不算是一种疾病，但越来越多数据显示，长期呆在空调房内的人要比在空气流通房间内的人，更容易引发身体上的不适，进而对健康产生负面影响。

例如在空调房里呆久了，有的人会出现喉咙不舒服、手脚冰凉、甚至觉得困乏、没胃口等症状。

1、喉咙难受

空调房的环境相对密闭、工作人员又较多，上呼吸系统疾病非常容易在密闭环境中交叉感染。

一旦感染上呼吸系统疾病，初期症状就主要表现为咽喉不舒服或咽喉炎症状。

此外，空调房相对而言较为干燥，假如待的时间长了，呼吸系统黏膜非常容易干燥血肿，出现喉咙不舒服，总觉得有脏东西。

而针对这些早已身患慢性咽喉炎的人而言，冷冻干燥的环境是造成慢性咽喉炎发病的普遍要素之一。

2、久处空调房会手脚冰凉
长期在空调环境下，室内空气不流通，非常容易滋生发病微生物菌种。

室内室外温度差很大，大部分人会出现鼻子堵、头晕目眩、打喷嚏、手脚冰冷、四肢乏力、记忆力下降、全身全身肌肉关节疼痛等症状。

3、骨节和胃肠易着凉

夏季户外空气炙热，大家广泛穿得少，但房间内的空调冷气机吹得强，衣服裤子穿得很薄弱。

超低温环境会刺激毛细血管大幅度收拢，血液流通不畅，造成骨节损伤、受寒，像颈部和背部肌肉僵硬、腰和四肢疼痛，手脚冰冷发麻是普遍症状。

此外，屋子里太“冷”容易造成肠胃运动变弱，再加上夏季进食忽冷忽热，常常吃冷食，肠胃内外都被“冷”操纵着。特别是女士容易导致月经紊乱。

空调，又该如何正确吹？
因空气不流通，环境无法得到改善，轻

度让人感觉全身上下疲惫，无精神，工作中时还会觉得怠倦、昏昏沉沉、恶心想吐、头昏等。

因此，无论是年轻人还是中老年，开空调时还不宜让室内外温差过大，尽量保持室温在24℃-25℃之间。

同时还需要请专业师傅定期修理或者清洗空调，另外还可以在室内使用加湿器，让室内温度保持在60%-70%之间，让感冒病毒传播能力大大下降。

当然，在使用空调时还需养成喝水，又或者做好皮肤保湿工作。

空调本身吹没关系，不过由于使用时的特殊性，过度使用难免会让有些人产生不适，进而产生潜在的健康隐患。

不过咱们也别因害怕空调病而不用空调，只要觉得热，该用还得用。

不然这种天气下，若不好好防暑降温工作，真的要命啊！

癌症的“帮凶”被拆穿，饮食3不吃，晚上2不做，癌细胞绕道走

虽然说随着全球经济的不断发展，医疗水平也在不断的提升，但是目前对于癌症的治疗，总归是不尽人意的。

因此，很多人对于癌症都是比较害怕的，但现实却往往是残酷的，很多人由于日常不良的饮食习惯，或者是不好的生活习惯，导致身体抵抗能力出现下降，进了给了各种各样的癌细胞可趁之机，特别是日常喜欢吃这些食物，或者经常喜欢做这些事情的人，更应该多加警惕：

癌细胞喜欢的三种食物，主要有这些，你还在吃吗？

1、油炸食物
油炸食物，众所周知都是芳香四溢的，虽然它能够满足人们短暂的口腹之欲，但是长此以往，还是会带来非常严重的健康问题。

因为大部分油炸食物都是经过高温，油炸过后，当中含有非常多的苯并比，这在医

学上被划分到了强制癌物的范围当中，经常食用患有癌症的风险和机率，相对于其他人而言，要高出五倍以上，尤其患是大肠癌的机会更“多”。

2、腌制食品
腌制食品的风味也是非常充足的，这对于喜欢吃一些重口味的人群来说，是极度受到青睐的。

但是大部分的腌制类食品当中都含有丰富的盐类，比方说亚硝酸盐，这类物质在进入人体之后，与蛋白质相结合，会形成亚硝胺，这在医学范畴上，也是属于强致癌物，经常食用这些腌制品的人群，在患有食管癌和胃癌等方面具有非常大的“潜力和机会”。

3、烟熏食品
在中国的西南、西北内陆地区，有部分的特色美食都是长期经过烟熏而制成的，这类食品如果不经正规的手法，相当容易用一些不完全燃烧的烟熏进行烘烤。

由此一来，也会产生一些苯并比致癌物质，如果长期进行食用会导致这些有害物质，在身体当中过量的积累，势必会影响到身体内部组织细胞和器官的健康。

想要远离癌症，晚上坚持不要做这两件事情：

1、不要喝酒

在现实生活当中，有相当一部分人在睡前会有喝酒的一个习惯，认为睡前喝一点酒能够提高睡眠质量，但是有相关研究调查表明，这是完全不合理的一个行为，同时还会对身体产生一些危害，因为酒当中含有的酒精在夜间，相当容易伤害人体的肝脏和胰腺，长此以往，引发酒精肝，肝硬化或者是胰腺癌，肝癌的风险会极大提升。

2、饭后就躺
目前还有很多人喜欢吃夜宵，而且经常在吃完夜宵之后立马睡觉，这样对于身体的危害也是比较大的。

长此以往，不但容易引起消化不良等各种各样的异常情况发生，严重的甚至会直接诱发消化系统方面的癌症。因此想要远离癌症，在平时就要按时吃晚饭，而且在饭后尽量散步半小时，促进消化和吸收。

总而言之，在现代生活当中，患癌的风险和概率还是比较高的，尤其是在日常生活当中，经常吃以上介绍到三类食物的人群，或者在睡觉之前经常喜欢做以上介绍到了两件事情的人，医生劝你最好尽快的改掉，由此一来，才能够更好地远离癌症，同时也极大程度上的削弱癌细胞“有利的生存环境”。

毕竟患有癌症之后，除了会给人的身体带来极大的痛苦之外，还会给心理产生极大的压力，这样是不利于提高人们身体和生活质量的。