

中医如何治疗湿疹?

□ 孟抗抗

你了解什么是湿疹吗?出现湿疹后会表现出哪些特征呢?湿疹作为一种生活中较为常见的皮肤病,并具有反复发作、瘙痒剧烈的特点。

中医认为,湿疹通常是由于体内湿热、阴虚血燥、风邪侵袭肌肤所引起的。首先,湿热属于导致湿疹发生的重要因素,在体内湿气过重的条件下,湿邪会浸淫肌肤,从而促使皮肤表现出红肿、糜烂、渗液、瘙痒等症状。另外,阴虚血燥可能引起湿疹的情况,在体内阴血不足时,肌肤难以得到有效滋养,从而变得干燥、脱屑,甚至是瘙痒。风邪侵袭也属于湿疹发生的原因,在风邪侵入至肌肤时,多会表现出肌肤瘙痒、红肿的现象,并且

多伴随有发热、恶寒的情况。

中医会将湿疹进行分型,例如,对于湿热型而言,通常表现出皮肤潮红、肿胀的特点,并且多伴随有丘疹、渗出等症状;对于脾虚型来讲,该类湿疹多表现出淡红斑、丘疹,少许渗出的情况,有时会伴随着口渴、食欲不振等症状;针对血虚型而言,该类湿疹的皮疹特点属于皮疹颜色淡红,并表现为肥厚性皮疹,并且皮沟加深、皮屑隆起。

在明确了湿疹的主要症状后,中医如何治疗湿疹呢?

首先,可采用中药内服治疗。针对湿热型,症状表现为皮肤红肿、糜烂、渗液、瘙痒剧烈,并伴随着口干、口苦、大便秘

燥等情况。中医倡导遵从清热利湿的原则进行治疗,常用药物包括黄芩、黄连、大黄、茯苓等。针对阴虚血燥型,对应症状多表现出皮肤干燥、脱屑、瘙痒,并且常伴随有失眠、盗汗、舌红少苔等情况。中医倡导应用养血润燥的原则实施治疗,常用药物包括当归、白芍、麦冬等。

其次,可采用中药外敷的方法进行治疗。按照湿疹膏的应用原理,会将对应中药研成细末状,并添加适量的蜂蜜或者植物油将其调制糊状,随后涂抹于湿疹部位,就可展现出消炎、止痒、祛湿的效果。此外,还可对中药进行煎煮,完成后利用纱布或者棉球蘸取药液将其湿敷到湿疹部位,就能够发挥出清热解毒、祛

风止痒的作用。

再者,可采用针灸疗法。中医认为针灸能够疏通经络、调和气血,可展现出止痒、消炎的效果。治疗期间,可对患者的曲池、合谷、血海穴位进行针灸,促使湿疹情况得到改善。

另外,还可借助拔罐疗法。拔罐主要是利用负压吸引原理,促使体内湿气及淤血顺利排出,进而促进湿疹消失。

总之,中医在治疗湿疹时可供选择的方法种类较多,涉及到中药内服、中药外敷、针灸疗法、拔罐疗法等。在治疗期间,要听从中医师的指导和建议,并在生活中注意保持卫生,养成良好的作息、饮食习惯,让湿疹远离我们。

(作者单位:河北省邢台市中医院)

什么是新生儿黄疸?新手妈妈要知道

□ 尚小姣

新生儿黄疸是一种非常常见的现象,许多新手妈妈可能会对这种症状感到困惑和担忧。那么,新生儿黄疸究竟是什么?它有哪些表现?新手妈妈应该如何应对呢?本文将为你一一解答。

一、新生儿黄疸的定义

新生儿黄疸是指新生儿时期,由于体内胆红素代谢异常,导致血胆红素水平升高,从而出现皮肤、黏膜、巩膜等部位黄染的现象。根据发病时间,新生儿黄疸可分为生理性黄疸和病理性黄疸。生理性黄疸与新生儿特殊的生理特点有关,而病理性黄疸则是由多种疾病因素引

发。

二、新生儿黄疸的表现

新生儿黄疸通常在出生后的几天内出现,表现为皮肤黄染,最早可能出现在面部,然后逐渐蔓延到躯干、四肢等部位。此时,新生儿精神状态良好,食欲正常,无其他不适症状。然而,如果黄疸症状持续加重,可能会出现食欲减退、精神萎靡、嗜睡等症状,严重时甚至会出现抽搐、呼吸困难等表现。

三、新手妈妈应对新生儿黄疸的方法

1. 观察黄疸变化:新手妈妈应密切观察新生儿皮肤黄染的部位和范围,了

解其发展趋势,以便及时就医。

2. 区分生理性黄疸和病理性黄疸:生理性黄疸通常无需特殊处理,会自行消退。而病理性黄疸则需要及时就医,以免延误治疗。

3. 保持充足喂养:新生儿的消化系统尚未发育完全,需要频繁喂养以促进胆红素代谢。新手妈妈应确保新生儿摄入充足的奶量,避免因饥饿而影响身体发育。

4. 避免过度晒太阳:虽然晒太阳可以促进维生素D的合成,但过度晒太阳可能会加重黄疸症状。因此,新手妈妈应

避免让新生儿长时间暴露在阳光下。

5. 定期带新生儿就医检查:新生儿黄疸的症状可能会因个体差异而异,因此新手妈妈应定期带新生儿就医进行检查,以便医生了解其身体状况,及时采取相应治疗措施。

总之,新生儿黄疸是一种常见的生理现象,但也可能会因疾病因素而成为问题。新手妈妈应对此有所了解,学会正确应对方法,以便及时发现并处理新生儿黄疸。同时,新手妈妈在育儿过程中还应注意其他方面,如喂养、睡眠、卫生等,以促进新生儿的健康成长。

(作者单位:河南省叶县人民医院)

腹部超声检查的细节和注意事项

□ 孙佳

随着医学技术的不断进步,腹部超声检查已经成为一种常见的诊断方法,被广泛应用于腹部疾病的诊断和治疗中。本文将详细介绍腹部超声检查的细节和注意事项,帮助大家更好地理解这项技术,从而更好地配合医生进行检查。

一、腹部超声检查的细节

1. 检查前准备:在进行腹部超声检查前,需要提前预约,并告知医生自己的身体状况和正在服用的药物。检查前一天应保持清淡饮食,避免食用高脂肪和高蛋白的食物,以免影响检查结果。同时,需要排空膀胱,避免影响泌尿系统检查的结果。

2. 检查姿势:在进行腹部超声检查时,需要采取正确的姿势。通常需要平卧位或侧卧位,具体姿势取决于检查部位和医生的建议。在

保持正确姿势时,应注意不要移动或扭曲身体,以免影响检查结果。

3. 观察部位:腹部超声检查的部位因疾病而异。通常需要进行肝脏、胆囊、胰腺、脾脏、泌尿系统等部位的检查。在进行检查时,应保持注意力集中,以便医生能够准确判断病情。

4. 观察细节:在进行腹部超声检查时,应注意观察细节。例如,在观察肝脏时,应注意观察肝脾韧带、肝内胆管等部位;在观察胆囊时,应注意观察胆囊壁、胆汁等情况;在观察泌尿系统时,应注意观察肾脏、输尿管等部位的情况。

二、腹部超声检查的注意事项

1. 理解超声检查的局限性:尽管腹部超声检查是一种常见的诊断方法,但并非万能的。它不能确诊所有的疾病,因此,在进行腹部超声检查

时,需要配合其他检查方法,以便全面了解病情。

2. 不要隐瞒重要病史:在进行腹部超声检查时,医生会询问一些重要病史,如家族史、过敏史等。因此,应如实回答医生的问题,以便医生更好地判断病情。

3. 保持良好心态:腹部超声检查是一种无创的检查方法,通常不会给患者带来痛苦。但是,在进行检查时,可能会感到一些不适,此时应保持冷静,不要过于紧张或焦虑,以免影响检查结果。

总之,腹部超声检查是一种常见的诊断方法,被广泛应用于腹部疾病的诊断和治疗中。在进行腹部超声检查时,应了解其细节和注意事项,以便更好地配合医生进行检查。

(作者单位:河北省张家口市万全区医院)

肾移植是一种复杂而精细的手术,术后感染是常见的并发症之一。感染不仅会影响患者的康复,还可能对移植肾造成损害,甚至导致移植肾丧失。因此,了解如何预防感染非常重要。本文将介绍肾移植术后感染的预防措施。

一、保持良好的个人卫生

保持良好的个人卫生是预防感染的关键。患者应该保持口腔卫生,每天刷牙两次,使用软毛牙刷和适当的牙膏。定期洗澡,避免使用刺激性的沐浴露或肥皂。定期更换内衣和床单,以减少细菌的滋生。此外,保持皮肤清洁干燥也是重要的,因为皮肤是细菌进入体内的主要途径之一。另外注意饮食卫生,切忌暴饮暴食,不吃生、冷、腐败变质以及腌制的食品食物。

二、遵循医生的建议

患者应该遵循医生的所有建议,包括用药、饮食和活动方面的指导。在术后早期,患者需要避免剧烈运动和高强度的活动,以免影响移植肾。患者应严格按时服用抗排斥药物,在服用其他药物之前,患者应该咨询医生,以确保药物不会增加感染的风险。

三、保持呼吸道健康

保持呼吸道健康对于预防感染非常重要。患者应该避免吸烟、饮酒和吸二手烟。此外,患者应该避免到拥挤的公共场所,以减少感染的风险。如果需要外出,患者应该戴口罩,以减少吸入细菌的风险。如果感到呼吸困难或咳嗽,患者应该及时就医。

四、定期检查

定期检查有助于及时发现感染的迹象,并采取相应的措施。具体安排:术后3个月内,半月复查一次;术后3-6个月内,每月复查一次;术后6-12个月内,两个月复查一次;术后一年以上者,三个月复查一次。注意:有排斥迹象(突然出现尿量减少、体重增加等)及调整药物期间,要随时复查。复查项目:他克莫司药物浓度、血常规、尿常规、肝功能、肾功能、血糖、甘油三酯及胆固醇其他项目根据病情而定,如果发现任何异常症状或体征,患者应该及时就医。

五、避免接触传染源

肾移植术后感染的风险增加,因此患者应该避免接触传染源,不接触患有传染病的人或动物。

总之,肾移植术后感染的预防非常重要。保持良好的个人卫生、遵循医生的建议、保持呼吸道健康、定期检查并避免接触传染源是预防感染的关键措施。患者在术后应与医生密切合作,确保及时发现并处理任何感染的迹象,从而促进康复并保护移植肾的健康。

(作者单位:河南省郑州人民医院)

急危重症须掌握的急救技巧

□ 申文娟

在我们的日常生活中,急危重症是一种常见的医疗紧急情况。这些疾病可能在一瞬间改变一个人的生活,甚至威胁生命。因此,掌握急救技巧,争分夺秒守护生命,就显得尤为重要。本文将向大家介绍一些基本的急救技巧,帮助大家遇到急危重症时能够迅速采取行动,为患者争取更多的救治时间。

一、心肺复苏术(CPR)

心肺复苏术是一种基本的急救技巧,用于恢复心脏停跳和呼吸中断的人的生命体征。首先,对现场进行评估,确定患者是否有呼吸和心跳。如果没有,应立即进行CPR,包括胸外按压和人工呼吸。正确、持续地进行CPR可以为患者争取更多的救治时间。

二、止血技巧

止血是急危重症中常见的急救

技巧。根据不同的出血部位,可以采用不同的止血方法。例如,对于四肢出血,可以抬高受伤部位,用干净的布或绷带进行加压止血;对于内脏出血,则需要根据情况进行紧急手术或药物止血。

三、异物处理

异物处理是急危重症中常见的急救技巧之一。当遇到呼吸道或消化道内存在异物时,可以尝试用海姆立克急救法、腹部冲击法等方法将异物排出。此外,对于儿童和婴儿,也可以使用拍背和压迫胸部的方法进行急救。

四、应对抽搐和惊厥

抽搐和惊厥也是急危重症中常见的症状,可能与神经系统疾病有关。遇到这种情况时,应保持患者平躺,移开周围的尖锐物品,防止受伤。同时,解开患者的衣领,保持

呼吸通畅。在抽搐和惊厥缓解后,应及时就医。

五、预防措施

除了掌握基本的急救技巧外,我们还可以采取一些预防措施来降低急危重症的风险。例如,保持良好的生活习惯,包括健康的饮食、适量的运动、充足的睡眠等;定期进行健康检查,及早发现并治疗慢性疾病;加强安全意识,避免接触有害物质和环境等。

掌握急救技巧,争分夺秒守护生命,是我们每个人都应该了解并实践的。通过了解并掌握心肺复苏术、止血技巧、异物处理、应对抽搐和惊厥等基本的急救技巧,我们可以为患者争取更多的救治时间。同时,我们也要重视预防措施,降低急危重症的风险。

(作者单位:河北省邯郸市中心医院)

肾移植术后如何预防感染

□ 沈松颖