

微生物检测的注意事项

□梁姝琳

培养基:含特殊成分,阻止某些细菌生长,但不影响其他细菌生长、繁殖。鉴别培养基:含有使某些细菌呈特殊性生长的成分,通过颜色变化等方式区分不同的微生物。通过培养细菌、真菌等在培养基上生长形成可见的菌落,经涂片染色后,显微镜下初步判断细菌、真菌的种类,为后续的鉴定提供重要的参考,再进一步分离和鉴定。分离出的纯种病原微生物是后续测试的基础。

三、生物化学试验

分纯后的病原微生物将进行相应的生物化学试验,这些试验基于它们特有的代谢途径。例如,某些细菌能发酵糖类产生酸;而某些细菌能利用某些化合物作为唯一的碳源等。这些试验通常包括但不限于糖发酵试验、产硫化氢试验、酶活性试验等。通过对生化特性的分析,可以鉴定病原微生物的种类,甚至是菌株水平的鉴定。

四、分子诊断技术

分子诊断技术是现代微生物学检测的重要组成部分。聚合酶链反应(PCR)技术可以快速扩增微生物的DNA,即使在样本中微生物的数量非常少时也能进

行检测。基因测序则可以精确识别微生物的遗传序列,从而确定其种类甚至是耐药性。这些技术尤其适用于难以通过传统培养方法生长的微生物,或者当需要快速确诊时。它们不仅可用于识别已知的病原体,还能鉴定出新一类的病原微生物种类。

五、药物敏感试验

药物敏感试验是测定抗菌药物对病原微生物有无抑菌、杀菌作用的方法,对指导临床用药,及时控制感染起到关键的作用。药敏鉴定常用的方法包括:纸片扩散法、稀释法等。检测出致病菌对药物的敏感、中介或耐药。这些测试结果帮助医生选择最有效的抗菌药物,避免使用无效或可能加剧抗药性问题的药物。如今,也有基于分子技术的药物敏感试验,它们可以检测病原体基因中与抗药性相关的特定序列,为临床治疗提供更加精确的指导。

六、质量控制

质量控制是微生物检测中扮演着不可或缺的角色,确保了测试的精确性和可靠性。它包括监测和验证实验室设备的性能、检测用培养基和试剂的有效性,以及使用标准对照菌株进行准确性检查。实验室还必须遵守严格的标准操作流程,并定期进

行室内质控和室间质评检测,确保结果的准确发出。此外,准确记录操作步骤和检测结果也是保证可追溯性和合规性的基础。

七、实验室专业人员的培训

实验室技术人员的专业知识掌握,对微生物检测的准确性至关重要。他们需要具备对微生物学原理、标准化测试方法和新兴技术的深入理解。因此,定期培训和教育是实验室工作的一个重要方面,不仅包括新员工的初步培训,也包括资深员工提供继续教育,操作实践。这样可以确保实验室人员能够准确执行测试,并对复杂的微生物学问题做出专业的判断,在遇到疑难病例时,要及时与临床沟通,培养临床思维。

八、总结

微生物检测是一个非常复杂而精细的过程,它需要精确的技术和深厚的专业知识。从无菌条件下的样本采集到最终的病原体鉴定,每个环节都必须严格执行,确保得到的检测结果准确无误。医生需要根据药敏结果来做出精确的诊断和治疗方案,而公众对这一过程的理解则提高了对医学检验价值和准确性的认识,对推动医疗卫生服务的质量提升具有重要意义。

(作者单位:广西南宁市第二妇幼保健院)

高血压的治疗方法有哪些

□施洁琦

定期锻炼:增加体力活动可以帮助降低血压,提高心脏健康。建议每周至少进行150分钟的中等强度锻炼。

3.限制酒精摄入

过度饮酒会增加血压。建议男性每天不超过两杯,女性每天不超过一杯。如果有酒精滥用问题,应寻求专业帮助。

4.戒烟

吸烟会暂时提高血压,并对心血管造成长期损害。戒烟是控制高血压的关键一步。寻求戒烟计划和支持可以增加成功戒烟的机会。

5.压力管理

通过瑜伽、冥想、深呼吸或其他放松技巧来减轻压力。长期的压力会导致高血压,因此学会有效地管理压力对健康至关重要。

二、药物治疗

1.降压药物的种类

利尿剂:例如氢氯噻嗪和呋塞米,这些药物帮助肾脏排除多余的水分和盐分,从而减轻血管的压力,有助于降低血压。

ACE抑制剂:如普利和贝那普利,这类药物作用于血管,能够放松血管,有效地降低血压,常用于高血压的治疗。

钙通道阻滞剂:例如硝苯地平和非洛

地平,这些药物通过阻止钙进入心脏和血管的肌肉细胞,降低血压,是高血压患者的一种常见治疗选择。

ARB药物:包括洛卡特普和厄贝沙坦等,这类药物也能有效地放松血管,减轻心脏的负担,以降低血压,常被用于高血压管理。

β受体拮抗剂:如美托洛尔和阿莫洛尔,这些药物通过减慢心率和降低心脏的收缩力来降低血压,常用于心血管疾病的治疗。

2.个体化药物治疗

在制定个性化的治疗方案时,医生会深入评估患者的健康状况,包括检查心血管健康、肾功能和任何可能的合并症。医生还会考虑患者对不同药物的耐受性和可能的副作用。这样的个体化治疗方案有助于选择最合适的降压药物,以确保最佳的治疗效果。

3.长期服药

高血压通常需要终身管理,患者需要长期服用降压药物来维持血压在正常范围内。这是因为高血压是一种慢性疾病,没有永久性的治愈方法。因此,患者应严格遵循医生的建议,按时服用药物,不可自行中断治疗。

三、监测和评估

1.定期血压监测:定期测量血压是追踪高血压控制的关键。患者可以使用家庭血压监测仪来监测自己的血压,但也应定期进行

医院或医疗诊所的血压检查,以确保准确性。

2.医学评估:定期就医至关重要。医生会评估患者的整体健康状况,包括检查心血管健康、肾功能以及任何可能的并发症。医生还会审查治疗计划,以确保其有效性。

3.药物调整:如果患者正在服用降压药物,医生可能需要调整药物的剂量或种类,以确保高血压得到充分控制。这通常需要在医学评估的基础上进行。

四、心理健康管理

1.心理支持:与专业心理医生或心理医生合作,或者参加支持小组,可以帮助您处理高血压带来的情感挑战。这些支持系统可以提供情感支持和应对策略。

2.生活方式调整:积极的生活方式选择有助于改善心理和心脏健康。保持健康的饮食、定期锻炼、足够的睡眠以及避免过度饮酒和戒烟,都是降低心理和生理压力的方法。高血压治疗方法众多,包括生活方式改变、药物治疗和定期监测。最重要的是要认识到高血压需要长期管理。积极与医疗专业人士合作,采取措施,可降低并发症风险,提高生活质量,迈向更健康的未来。希望本文有助于您更好地理解高血压治疗的重要性和方法。

(作者单位:浙江省湖州市吴兴区环渚龙泉街道社区卫生服务中心)

急诊患者心理护理的有效方法

□覃桂婷

掌控自己的生活,失去了对未来的信心。

二、心理护理的基本原则

1.同理心:护理人员需要尽可能理解患者的感受,尊重他们的情感体验。通过表现出理解和关心,可以帮助患者感到更安心。

2.尊重:维护患者的尊严与自主权是至关重要的。在治疗和护理过程中,不侵犯患者的个人隐私和权益,是每位医护人员的职责。3.保密性:患者的隐私权必须得到严格尊重。医护人员不应泄露患者的个人信息,以确保他们的隐私得到保护。

三、心理护理的具体措施

1.建立有效沟通:良好的沟通是心理护理的基础。这包括主动倾听患者的需求和担忧,鼓励他们表达情感。非言语交流也非常重要,因为肢体语言和面部表情能够传递同理心和关心。

2.环境调节:创建一个安静、舒适的环境对于减轻患者的紧张感非常重要。适当的床位、灯光和温度可以提供患者更好的舒适感,有助于他们应对急诊环境中的紧张情况。

3.应对策略教育:教导患者应对策略是帮助他们应对焦虑和恐慌的关键。这包

括深呼吸和放松训练,以及引导正面思考。患者还可以学习应对技巧,以应对紧急情况,帮助他们更好地应对急诊情境。

四、心理支持的重要性

1.患者与家属的心理支持:患者在急诊室通常感到害怕和不安,需要医护人员的情感支持。医护人员表现出理解和同情,鼓励患者表达情感和担忧。家属的支持也很重要,因为他们通常也会感到焦虑和担忧,帮助患者更好地应对急诊情境。

2.社会与精神支持资源:除了医疗护理,患者可能需要额外的社会和精神支持。医护人员可以引导患者寻求专业心理医生或社会工作者的帮助。这些专业人员提供更深层次的情感支持和心理治疗,帮助患者处理创伤和焦虑。

3.心理危机干预:在某些情况下,患者可能经历心理危机,如严重的焦虑、自杀倾向等。医护人员需要具备心理危机干预的技能,迅速采取行动,以减轻患者的情感压力。心理危机干预包括寻求专业帮助、安抚患者情绪和确保他们的安全。

五、心理护理的挑战与对策

1.管理护理人员的心理压力:急诊环

境通常紧张快节奏,医护人员可能承受高工作压力。因此,他们需要有效地应对心理压力,包括获得定期的心理健康支持和接受应对技巧培训。

2.跨学科合作的挑战:急诊护理要求与其他医疗专业人员协同工作,以提供全面护理。医护人员必须具备团队合作和沟通能力,以确保患者获得综合的医疗和心理护理。

3.持续教育和技能提高:急诊环境不断变化,医护人员需要持续学习和提升技能,以满足新需求。定期的培训和教育有助于增强在各种情况下的应对能力。

六、结语

在急诊室中,我们见证了生命的曙光,也面对了生死的考验。急诊患者的心理护理是我们医护人员的一项伟大任务。通过关心患者的情感需求、提供心理支持、积极沟通和应对焦虑,我们可以让他们感到温暖和安心。我们的努力不仅有助于患者更快地康复,还为维护他们的心理健康树立了典范。让我们始终牢记,除了治疗疾病,我们还在治疗一个充满情感和希望的人。急诊患者的心理护理,是医疗的一部分,也是对人性的尊重和关怀的体现。

(作者单位:广西横州市中医医院)

高血压,也被称为高血压病,是一种常见的慢性健康问题,它会增加心脏疾病、中风和其他健康问题的风险。幸运的是,高血压可以通过一系列方法进行有效的治疗和管理。在本文中,我们将为大家介绍一些常见的高血压治疗方法,以帮助您更好地理解如何维护健康的血压水平。

一、生活方式的改变

1.健康饮食

减少盐的摄入:过多的盐分会导致水分滞留,从而提高血压。建议每日盐摄入量不超过6克,可通过少加盐烹饪和选择低盐食品来实现。

增加水果和蔬菜的摄入:富含钾的食物可以帮助平衡体内的钠水平,如香蕉、橙子、菠菜和土豆等。每日推荐至少摄入5份水果和蔬菜。

限制饱和脂肪和总脂肪的摄入:有助于降低胆固醇水平,减少心血管疾病的风险。选择低脂食品,减少油炸和加工食品的消费。

2.体重管理

控制体重:超重和肥胖是高血压的重要风险因素。通过控制饮食和增加体力活动,如快步走、跑步、游泳或骑自行车,来维持健康的体重。

急诊室是医疗体系的第一道防线,为需要紧急医疗救治的患者提供关键的医疗服务。然而,在这个高压环境中,患者不仅面对生理健康问题,还承受着巨大的心理压力。急诊患者的心理护理,常常被忽略,但却是医护人员义不容辞的责任。本文将为大家介绍如何做好急诊患者的心理护理,以确保他们在身体康复的同时,也能获得必要的心理支持和关怀。

一、急诊患者的心理状态

1.创伤后应激反应(PTSR):许多急诊患者在经历创伤后,可能出现PTS症状,包括频繁的噩梦、创伤事件的回忆以及情感波动。这些症状可能持续很长时间,对患者的生活产生负面影响。2.急性应激反应(ASR):在急诊室中,患者常常面临紧急情况,这可能导致急性应激反应。他们的情感可能会变得非常激动、焦虑和混乱,这会严重影响他们的思维和决策能力。3.焦虑与恐慌:急诊患者通常在面对不确定性和疾病的严重性时感到极度焦虑和害怕。他们担心自己的健康和未来,这种焦虑可能会增加他们的痛苦。4.抑郁情绪:一些患者可能在急诊环境中感到孤独和无力,这可能导致抑郁情绪的出现。他们可能感到无法