

病案的重要性：为诊断、治疗、科研提供依据

□李相莹

病案，这一看似普通的医疗档案，其实蕴含着丰富的医疗信息，为我们的诊断、治疗和科研提供了重要的依据。今天，我们就来深入探讨一下病案的重要性。

病案为诊断提供了宝贵的依据。病案详细记录了患者的病史、症状、体格检查、实验室检查结果等信息。医生通过阅读病案，可以了解患者的病情，找出疾病的特点和规律，从而做出准确的诊断。病案中的信息对于医生判断疾病的类型、分期、严重程度等具有无可替代的价值。

病案为治疗提供了科学的基础。在确定了诊断后，医生会根据病案中的信息制定治疗方案。病案中的信息有助于医生了解患者的身体状况，选择最适合的治疗方法，如手术、药物治疗、物理治疗等。同时，病案也为医生提供了监测治疗效果的重要工具，有助于及时调整治疗方案，确保患者得到最佳的治疗效果。

病案为科研提供了丰富的资源。病案中包含了大量的临床数据和病例信息，这些数据和信息对于科研人员来说具有极高的价值。通过分析病案中的数据和

病例，科研人员可以发现疾病的规律和特点，提出新的诊疗方法，推动医学的发展。此外，病案还可以为临床试验提供数据支持，为新药、新疗法的研究和应用提供科学依据。

病案的重要性并不仅仅局限于医疗领域。在教育领域，病案可以作为教学案例，帮助学生了解疾病的成因、诊断和治疗的方法。在公共卫生领域，病案可以为预防和控制疾病提供参考，帮助我们制定更加科学、有效的公共卫生政策。

当然，病案的利用也需要遵守相关的

法律法规和伦理规范。在获取和使用病案时，我们必须尊重患者的隐私权和权益，确保数据的合法、合规使用。同时，我们也要加强病案的管理和保护，防止数据泄露和滥用，确保医疗信息的真实性和完整性。

总之，病案作为医疗信息的载体，具有极高的价值。它为我们的诊断、治疗和科研提供了重要的依据，是医疗领域不可或缺的重要资源。我们应该充分认识到病案的重要性，加强病案的管理和利用，推动医学的发展和进步。

(作者单位：河北省大城县中医医院)

脑梗死溶栓过程中并发症的识别与护理

□李明

脑梗死是一种常见的神经系统疾病，而溶栓是治疗该疾病的一种常用方法。然而，在溶栓过程中，可能会发生一些并发症，这些并发症可能对患者的健康造成威胁。本文将介绍脑梗死溶栓过程中的常见并发症及其识别与护理方法。

一、出血

溶栓过程中，药物可能会影响血液凝固系统，导致出血。常见的出血部位包括脑、心脏、肺等。识别出血并发症的方法包括观察患者的生命体征、观察是否有头痛、恶心、呕吐等症状。护理方法包括

密切观察患者的生命体征，及时处理出血症状，如止血、补液等。同时，应避免剧烈运动，以免加重病情。

二、再灌注损伤

溶栓后，血栓溶解，可能会对脑组织造成再灌注损伤。识别再灌注损伤的方法包括观察患者的意识状态、瞳孔变化等。护理方法包括给予患者足够的营养支持，保持患者的水电解质平衡，避免过度使用止痛药物，以免加重病情。

三、过敏反应

溶栓药物可能会引起过敏反应，如皮

疹、呼吸困难、血压下降等。识别过敏反应的方法包括观察患者的皮肤、呼吸、血压等指标。护理方法包括及时给予抗过敏药物，如肾上腺素等，并密切观察患者的生命体征，确保患者安全。

四、其他并发症

除了以上几种常见的并发症外，脑梗死溶栓过程中还可能发生其他并发症，如感染、电解质紊乱等。感染是溶栓后常见的并发症之一，护理方法包括保持患者口腔、皮肤等部位的清洁卫生，避免交叉感染。电解质紊乱是由于溶栓过程中

液体入量过多或过少导致的体内电解质失衡，护理方法包括密切监测患者的电解质水平，及时调整液体入量，确保患者体内电解质平衡。

总之，脑梗死溶栓过程中的并发症可能对患者的健康造成威胁，因此医护人员应密切关注患者的生命体征，及时发现并处理并发症。同时，患者及其家属也应了解相关知识，积极配合医护人员的治疗和护理工作。

(作者单位：辽宁省大连市第二人民医院)

正确预防和治疗脊椎问题的方法

□李莹

脊椎是人体的重要支撑部位，它承载着上半身的所有重量。然而，由于各种原因，脊椎问题已经成为了一个日益严重的健康问题。这篇文章将为大家详细介绍脊椎问题的预防与治疗方法，帮助大家远离脊椎疾病的困扰。

一、预防脊椎问题的方法

1. 正确的坐姿和站姿：保持良好的坐姿和站姿是预防脊椎问题的基础。站直、坐直，避免长时间弯腰或过度伸展。如果需要长时间坐在电脑前，可以适时地伸展背部，或使用靠垫来支撑腰部。

2. 合适的床垫：过软的床垫和枕头会加重脊椎和脖子的负担，容易导致脊椎问题。选择一个适合自己的床垫和枕头，以保持身体平衡，减轻脊椎压力。

3. 适当的运动：定期进行适当

的运动，如瑜伽、游泳、慢跑等，可以增强肌肉力量，提高身体的柔韧性，从而减少脊椎问题的发生。

4. 避免过度负重：尽量避免长时间背负重物，尤其是单肩负重。这会增加脊椎的负担，容易导致脊椎问题。

5. 定期检查：定期进行脊椎检查可以帮助及早发现潜在的脊椎问题。如有不适，应及时就医。

6. 饮食调理：合理的饮食有助于身体健康，包括摄入足够的维生素、矿物质和蛋白质等。

二、治疗脊椎问题的方法

1. 休息与热敷：如果出现了轻微的脊椎问题，首先需要休息，避免过度活动，同时可以进行热敷或冷敷，以减轻疼痛和炎症。

2. 药物治疗：如果疼痛较为严重，可以在医生的指导下使用适当的

止痛药或消炎药进行治疗。

3. 物理治疗：物理治疗包括按摩、针灸、推拿等，可以帮助缓解疼痛，促进血液循环，加速康复过程。

4. 锻炼肌肉：加强背部和颈部的肌肉锻炼可以帮助减轻脊椎的负担，预防和改善脊椎问题。常见的锻炼方法包括平板支撑、燕子飞等。

5. 手术治疗：如果脊椎问题严重到需要手术治疗，医生可能会建议进行手术。在进行手术前，请务必咨询专业医生的意见。

总之，正确的坐姿、站姿、合适的床垫、适当的运动、避免过度负重和定期检查等预防措施可以帮助我们远离脊椎问题。如果出现脊椎问题，应根据症状的严重程度选择合适的治疗方法，如休息、热敷、药物治疗、物理治疗和锻炼肌肉等。

(作者单位：河北省故城县医院)

血液透析前如何做好充分准备

□李琳

血液透析是针对肾衰竭患者的一种治疗方式。在透析前，患者需要做好充分的准备，以确保透析过程的顺利进行。本文将向您介绍血液透析前的准备工作，包括心理准备、饮食调整、身体准备以及医疗设备准备等方面的内容。

一、心理准备

患者在接受血液透析前，可能会感到焦虑、恐惧或不安。这是很正常的反应，但请记住，您的医生和医疗团队已经为这种情况做好了准备，并且他们会在整个过程中为您提供支持。您需要了解血液透析是一种安全、有效的治疗方法，可以帮助您维持健康并延长生命。通过与医生沟通，了解自己的病情和治疗方案，您可以更好地应对心理压力。同时，保持积极的心态，相信自己能够战胜疾病，也是做好透析

前准备的重要一环。

二、饮食调整

在血液透析前，患者需要调整饮食习惯，以帮助维持身体状况并减轻肾脏负担。首先，应保持足够的热量摄入，以维持身体的基本需求。其次，应限制蛋白质和盐的摄入，控制高钾食物的摄入，以避免身体负担过重。此外，为了保持水分平衡，患者应遵循医生的建议，控制水的摄入量。此外，根据医生的要求，可能需要调整其他营养素的摄入量，如维生素、铁等。

三、身体准备

在血液透析前，患者需要进行身体检查和评估，以确定是否适合进行透析。这包括检查患者的血压、血糖、心脏和肺部状况等。此外，还需要进行血液检查，以评估患者的身体状况和可能存在的并

症。在透析前几周内，应避免进行剧烈运动或手术，以避免影响透析效果。如果需要透析前的特殊检查或治疗，应提前与医生沟通，了解自己的安排，并确保在透析前身体状况良好。

四、医疗设备准备

在血液透析前，医务人员会将事先准备好的透析器、管路等用品提前安装和调试好。患者需要了解这些设备的用途和使用方法，并遵守医生的指示。

总之，血液透析前的准备工作非常重要。患者需要做好心理准备，调整饮食习惯和身体状况，准备好所需的医疗设备。通过与医生密切沟通，了解自己的病情和治疗方案，患者可以更好地应对挑战，顺利度过血液透析过程。

(作者单位：河北省故城县医院)

帕金森病是一种常见的神经系统疾病，患者常常会出现手部震颤、肌肉僵硬、姿势异常等症状。然而，由于人们对帕金森病的认知不足，常常陷入一些误区，导致治疗不当或病情加重。本文将介绍帕金森病常见的误区，并给出正确的认知和注意事项。

误区一：帕金森病是一种老年病，无需治疗

实际上，帕金森病是一种慢性神经退行性疾病，需要积极治疗。早期发现和治理可以减轻症状，提高患者的生活质量。

误区二：帕金森病患者不能运动

许多患者认为运动会导致症状加重，因此不敢进行任何运动。实际上，适当的运动可以帮助患者增强肌肉力量，改善平衡能力，减少跌倒的风险。

误区三：帕金森病患者只能服用药物

实际上，除了药物治疗外，手术治疗也是一种有效的治疗方法。手术可以提高患者的运动能力，改善生活质量。同时，患者还可以通过针灸、按摩等中医治疗方法来缓解症状。

误区四：帕金森病是不可治愈的

虽然帕金森病无法治愈，但通过积极的治疗和护理，可以延缓病情的发展。患者可以通过调整饮食、保持健康的生活方式、适当运动等方法来延缓病情的进展。

误区五：帕金森病会遗传给后代

虽然帕金森病具有一定的遗传倾向，但并不是所有患者都会将疾病遗传给后代。此外，环境因素、生活方式、神经系统老化等因素也会影响帕金森病的发病风险。

注意事项：

1. 定期就医：患者应定期就医，根据医生的建议进行治疗和护理。同时，患者应了解自己的病情和治疗方案，以便更好地配合医生进行治疗。

2. 保持健康的生活方式：患者应保持健康的生活方式，包括合理的饮食、适当的运动、充足的睡眠等。同时，患者应避免过度疲劳和精神压力，以保持身体和心理的健康。

3. 避免不良刺激：患者应避免接触不良刺激，如吸烟、酗酒、过度使用药物等。这些刺激会加重病情或导致病情反复。

总之，帕金森病是一种常见的神经系统疾病，需要积极治疗和护理。患者应了解自己的病情和治疗方案，避免陷入误区，保持健康的生活方式，坚持锻炼，以便更好地应对疾病带来的挑战。

(作者单位：河南中医药大学第一附属医院)

帕金森病的几个误区

□李毛