

脑出血急救护理知识

□ 康圆圆

脑出血是一种常见的急性脑血管疾病，通常是由于患者的大脑血管破裂导致血液流入脑组织所引起的。这种疾病通常起病急，病情发展迅速，需要及时进行现场急救护理。本文将向大家科普脑出血急救护理的知识，帮助大家遇到类似情况时能够正确应对。

一、症状与体征

脑出血的症状主要表现为突然出现的头痛、恶心、呕吐、意识障碍、偏瘫、失语等。如果家中有人出现这些症状，应立即拨打急救电话，同时进行初步的急救护理。

二、急救护理步骤

- 保持冷静：在遇到脑出血患者时，一定要保持冷静，不要惊慌失措。
- 维持呼吸：应将患者平卧，解开其领口、胸襟，使呼吸通畅。如有呕吐物，应将头部偏向一侧，以免呕吐物阻塞呼吸道。
- 紧急送医：在等待救护车到来期间，不要随意搬动患者，尤其是头部搬动更应避免。救护车一到，应尽快将患者送至医院治疗。
- 观察生命体征：在急救过程中，应密切观察患者的生命体征，如血压、呼吸、脉搏等，如有异常应及时就医。

三、护理要点

- 饮食护理：脑出血患者在急性期应给予清淡易消化的食物，多吃蔬菜、水果，保持大便通畅。如有呕吐或腹胀不适，应咨询医生建议。
- 情绪护理：家属应保持冷静，稳定患者的情绪，避免过度紧张、焦虑而影响患者情绪。
- 康复训练：在病情稳定后，应尽早开始康复训练，如按摩、被动运动等，以促进神经功能的恢复。如有偏瘫、失语等情况，应在医生的指导下进行相应的康复治疗。

4. 家庭防灾：为预防脑出血的发生，家庭应注意防灾，如定期检查血压、血糖、血脂等指标，避免过度劳累、情绪波动等诱因。家中应备有急救药品和器材，以备不时之需。

总之，脑出血是一种严重的急性脑血管疾病，需要及时进行现场急救护理。在遇到类似情况时，我们应保持冷静，维持呼吸，紧急送医，并密切观察生命体征。在护理过程中，我们应注重饮食、情绪、康复训练等方面的护理要点。为了预防脑出血的发生，家庭应注意防灾，备有急救药品和器材。

(作者单位：河北省盐山县人民医院)

心脏超声检查：了解心脏结构和功能的窗口

□ 李凤艳

你是否曾经对心脏的健康状况感到困惑？是否曾经对心脏的结构和功能感到好奇？那么，今天我们就来谈谈一种神奇的医学检查——心脏超声检查，它就是一扇窗口，帮助我们了解心脏的结构和功能。

首先，让我们来了解一下什么是心脏超声检查。简单来说，心脏超声检查是一种利用超声波来检测心脏的医学技术。超声波是一种声波，当它遇到心脏的各个部分时，会产生不同的反射和回声，这些回声被仪器接收并转化为图像，医生就可以根据这些图像来评估心脏的健康状况。

那么，心脏超声检查是如何帮助我们

了解心脏的结构和功能的呢？首先，通过心脏超声检查，我们可以看到心脏的各个部分，如心房、心室、瓣膜等。这些结构是否正常，有无异常，都可以通过超声波的图像得到清晰的显示。此外，超声波还可以检测心脏的运动情况，如心跳的节律、心室的充盈情况等，这些都是评估心脏功能的重要指标。

此外，心脏超声检查还有许多其他的好处。首先，它是一种无创的检查方法，也就是说，它不会对病人造成伤害。其次，它是一种非常敏感和特异的检查方法，可以检测到非常微小的变化，这对于早期发现心脏病有着重要的意义。最后，心脏超声检查可以在短时间内完成，非

常适用于评估病情的紧急情况。

当然，我们不能仅仅因为一项检查就做出过于绝对的结论。然而，对于大多数健康的人来说，定期进行心脏超声检查是非常必要的。如果发现有任何异常情况，医生可能会建议进行进一步的检查或治疗。

现在，你已经了解了心脏超声检查的重要性，那么你是否想过如何去操作这项检查呢？其实，过程非常简单。当你走进诊室时，医生会为你解释如何配合检查，并为你安排一个舒适的体位（如左侧卧位或平卧位）。然后，医生会使用超声波探头在你的胸部进行检查。在这个过程中，你只需要放松身体，按照医生的指

示进行呼吸和身体移动。

总的来说，心脏超声检查是一种非常实用的医学工具，它可以帮助我们了解心脏的结构和功能。通过这个窗口，我们可以早期发现心脏病，及时采取治疗措施，从而提高生活质量。因此，我强烈建议每个人都应该定期进行心脏超声检查。

最后，我想提醒大家的是，健康的生活方式对于心脏健康至关重要。保持良好的饮食习惯、适度的运动、戒烟或酒等行为都对心脏健康有着重要的影响。记住：健康的的心脏是我们生命的基础，让我们一起保护它吧！

(作者单位：河北省承德县医院)

带你看懂你的病理报告

□ 李国芬

病理报告，是医生用来诊断疾病的重要依据之一。它包含了关于你身体内部发生的一切的详细信息，包括细胞的结构、功能和变化。然而，许多人对这份报告感到困惑和恐惧，不知道如何解读其中的信息。本文将为你提供一份通俗易懂的指南，帮助你轻松读懂自己的病理报告。

首先，病理报告通常包含以下内容：

- 病例描述：这是报告中最基本的部分，包括组织类型、病变部位、取材方法等信息。
- 显微镜下的观察结果：这是报告的核心部分，描述了病变组织的显微镜下形态特征，如细胞形态、结构、染色反应等。
- 诊断意见：医生根据显微镜下的观察结果，结合患者的临床表现

和病史，给出相应的诊断意见。

接下来，让我们逐一解读这些内容：

病例描述：这部分通常比较简单，只需了解你提供的是哪个部位的病变组织即可。

显微镜下的观察结果：这是报告中最关键的部分。细胞的变化是诊断疾病的重要依据。病理医生会根据细胞的形态、结构、染色反应等特征，将病变组织分为不同的类型和级别。例如，癌细胞通常具有异型性（即不同于正常细胞的形态），而良性肿瘤则没有这种特征。如果你对显微镜下的描述感到困惑，可以寻求医生的解释。

诊断意见：医生会根据上述观察结果，结合患者的临床表现和病史，给出相应的诊断意见。例如，“肺癌，分化良好”表示你患有肺癌，但癌细胞

与正常细胞的形态相似，病情相对较轻。需要注意的是，同一病变可能有多种可能的诊断，医生会根据具体情况给出最可能的诊断。

除了上述内容外，病理报告中还可能包含其他信息，如免疫组化结果、基因检测结果等。这些信息可能对某些疾病的诊断和治疗具有重要意义。如果你对报告中的其他信息感到困惑，可以向医生咨询。

总之，读懂病理报告需要一定的专业知识和耐心。通过了解上述内容，你应该能够轻松读懂自己的病理报告。需要注意的是，病理报告只能作为诊断疾病的一种依据，医生还需要综合考虑患者的临床表现、病史、影像学检查结果等才能做出最终的诊断。

(作者单位：河北省盐山县人民医院)

低血糖危害大，及时预防是重点

□ 李俊迎

在我们的日常生活中，低血糖并不罕见。许多人都可能遇到低血糖的症状，比如头晕、乏力、注意力不集中等。严重的低血糖如果不及处理，可能会对生命健康造成威胁。因此，了解低血糖的危害，并学会如何预防，显得尤为重要。

一、低血糖的危害

- 神经系统损伤：低血糖会影响大脑的正常运作，导致认知障碍、记忆力减退，甚至引发老年痴呆。
- 心血管问题：低血糖可能导致心律不齐、心肌梗死等心血管问题。
- 精神健康问题：长期低血糖可能导致情绪不稳定，影响工作和生活。
- 糖尿病并发症：糖尿病患者如果血糖控制不当，容易引发各种并发症，如低血糖性昏迷等。
- 运动能力受损：低血糖会影响

运动能力，导致疲劳、无力，影响日常活动。

二、预防低血糖的重要性

预防低血糖的方法有很多，其中最重要的是保持良好的饮食习惯、适量的运动和规律的生活作息。此外，定期监测血糖也是预防低血糖的关键。对于糖尿病患者，定期咨询医生调整药物剂量也有助于防止低血糖的发生。

三、应对低血糖的策略

- 保持规律饮食：定时、定量、均衡的饮食是保持血糖稳定的关键。尤其是对于糖尿病患者，更应注意饮食的调控。
- 适量运动：适量的运动有助于提高身体对血糖的调节能力，减少低血糖的发生。但要注意，应根据个体情况，适量运动。
- 随身携带糖果或食物：在可

能发生低血糖的场合，应随身携带糖果或高糖食物，以备不时之需。

- 定期监测血糖：对于糖尿病患者，应定期到医院监测血糖，了解血糖控制情况，以便及时调整治疗方案。
- 规律生活：保持充足的睡眠，避免过度劳累，有助于身体对血糖的调节。
- 学习应对策略：如果出现了低血糖的症状，如头晕、乏力等，应学会如何通过摄入高糖食物或饮料来缓解症状。

低血糖虽然常见，但其危害不容忽视。了解并预防低血糖，对于维护我们的生命健康至关重要。我们每个人都应关注自己的血糖状况，养成良好的生活习惯，定期检查身体，以防止低血糖的发生。

(作者单位：河北省盐山县人民医院)

在现代社会中，我们每个人都可能会遇到各种各样的突发状况，如意外受伤、突发疾病等。这些情况如果得不到及时的处理，可能会对生命安全造成威胁。因此，掌握一定的急救知识，在遇到突发状况时能够正确应对，就显得尤为重要。

一、急救知识的重要性

- 保护生命安全：在遇到意外受伤、突发疾病等紧急情况时，能够及时采取有效的急救措施，为伤病员赢得宝贵的抢救时间，从而保护生命安全。
- 减轻伤情：在遇到意外伤害时，如溺水、骨折等，掌握正确的急救方法可以减轻伤情，为专业医疗人员接治伤者创造有利条件。
- 提高社会安全感：在遇到突发状况时，能够正确应对，避免因慌乱、惊恐等原因造成不必要的恐慌。

二、常见急救方法

- 心肺复苏术(CPR)：心肺复苏术是急救中最常用的方法之一，适用于心跳、呼吸骤停的伤病员。在进行CPR前，应尽快拨打120呼救，同时清理伤病员口鼻异物，保证呼吸通畅。
- 止血方法：常见的止血方法包括加压包扎、止血带止血等。对于小伤口，可采用加压包扎的方法；对于大伤口或出血较多的伤口，可使用止血带止血。在使用止血带时，应注意标识、记录使用时间等事项。
- 骨折固定：对于骨折的伤者，应避免随意移动，及时用夹板、树枝等物品固定骨折部位，避免伤情加重。
- 应急救护饮食：对于发生晕厥、呕吐等状况的伤者，应及时给予饮用水、果汁等应急饮品，补充水分和电解质。

三、如何正确使用急救设备

- 正确使用AED：在公共场所配备的AED是一种自动除颤器。使用AED前，应首先确认伤病员是否为心脏骤停，并在指导下进行操作。如果没有操作过AED，建议先查看使用说明或寻求专业人员的指导。
- 正确使用止血带：如需使用止血带，应选择合适的止血带型号，并在显眼处标识使用时间及注意事项。在使用过程中，应注意观察伤情变化，避免因使用不当造成二次伤害。

总之，掌握急救知识不仅有助于保护自己的生命安全，还能在遇到突发状况时为他人提供帮助。因此，我们应该加强对急救知识的了解和学习，提高自己的应急处理能力。

(作者单位：河北省保定市第一中心医院西院区)

掌握急救知识，应对突发状况

□ 李乐