

急性心肌梗塞患者院前急救护理措施

□ 覃桂婷

急性心肌梗塞(AMI)是心血管疾病中的一种紧急医疗情况,它要求即刻和专业的院前急救护理措施介入。院前急救是否得当对患者的生存率和预后具有决定性影响。护理人员需迅速识别症状,提供专业的心血管支持。本文旨在普及关键的院前急救护理措施,以提高公众的应急反应能力。

一、院前急救的重要性

急性心肌梗塞发生时,心脏冠状动脉的血流被急剧阻断,导致心肌缺血、损伤甚至坏死。院前急救是指在医疗机构外进行的紧急医疗服务,它开始于患者或旁人拨打急救电话的那一刻,一直持续到患者被送至医院接受专业治疗。

二、心肌梗塞的急救措施

患者评估:①识别AMI症状:必须迅速识别并评估疑似急性心肌梗塞(AMI)的症状,包括剧烈胸痛、呼吸短促、异常出汗、恶心或上腹部疼痛。此步骤要求护理人员高度警觉和快速的临床判断能力。②初步评估:对患者进行彻底的初步检查,评估包括意识状态、呼吸频率和心血管系统状况,是急救响应和治疗计划制定的基石。③疼痛评估:对胸痛进行详

尽评估,确定其特性、准确部位和持续时间,对诊断AMI和紧急介入策略的选择至关重要。

立即采取的措施:①启动紧急呼叫:一旦怀疑AMI,立即启动紧急医疗服务,确保专业护理团队可以及时到达并提供必要的医疗援助。②心电图监测:心电图(ECG)是急性护理中不可或缺的诊断工具,可迅速提供心脏功能信息,指导紧急医疗决策。③心脏功能支持:遇到心跳停止情况,立即实施心肺复苏(CPR),并在可能的情况下使用自动体外除颤器(AED),这是挽救生命的关键环节。

临床支持措施:①给氧治疗:对表现呼吸困难的患者实施给氧,可以提高患者的氧合水平,对缓解心脏缺氧具有重要作用。②镇痛措施:应用硝酸甘油和吗啡类镇痛药物不仅能减轻胸痛,还有助于降低心脏负荷,并可能优化心血管功能。③维护血流动力学稳定:监控患者血压和循环状态是维持患者生命体征稳定的关键。确保血流动力学稳定对于预防AMI后续并发症至关重要。

药物治疗:①抗血小板治疗:初期管理中,阿司匹林的快速给药是关键,它能

够抑制血小板聚集,减少血栓形成,降低急性心肌梗塞后续并发症的风险。②药物干预:根据患者具体的临床表现,医生可能会考虑抗凝药物,如肝素,这有助于进一步稀释血液,预防血栓扩大,从而减轻心肌的损伤。

心理支持和镇静:①缓解焦虑:心理稳定对于紧急情况下的患者来说至关重要。有效的沟通与专业的支持有助于降低患者的焦虑水平,促使其更加积极地参与到紧急治疗中来。②心理援助:在整个紧急救援过程中,应提供心理援助,确保患者情绪稳定,避免恐慌和压力对身体状况造成进一步的负面影响。

患者转运:①转运准备:确保在转运至医院前,患者的生命体征如心率、血压和呼吸频率保持稳定,并且所有必要的急救措施均已就绪,以确保转运过程中的安全。②选择合适的医疗设施:必须将患者迅速送往能够提供高级心脏护理的医院,这对于处理AMI以及进行可能的介入手术或其他必要治疗至关重要。③监测与支持:在患者转运过程中,持续对生命体征进行监测,并随时准备进行必要的医疗干预,确保患者在到达最终治

疗设施前的生理状态尽可能稳定。

三、院前护理人员的教育和训练

院前护理人员的专业培训对提高急性心肌梗塞救治成功率至关重要,因为及时有效的院前急救是心脏病患者“黄金一小时”救治的关键。

教育重点:不断刷新护理人员对心梗识别的知识,尤其要警觉非常规症状,同时提高他们的CPR和AED操作水平以及紧急情况下的临床决策能力。

实践训练:通过模拟训练增强护理人员应对紧急状况的实际操作技巧,并通过定期急救演练强化团队合作和决策效率,同时鼓励其参加继续教育以掌握最新医疗知识。

资质评估:确保护理团队获得ACLS等关键资质认证,并定期复审技能以维持高标准的救援效能。

四、结语

急性心肌梗塞的黄金救治时间极为宝贵,专业的院前急救措施能显著提高患者的生存率。因此,不断提升公众和专业人员的心梗识别与急救技能是我们共同的责任。

(作者单位:广西横州市中医医院)

骨折后的正确护理方法

□ 覃凤妹 谢金妹

每年全球有数以百万计的人遭受不同类型的骨折,这不但给他们的身体带来剧烈疼痛,还严重干扰了他们的日常生活与工作。正如那句老话“伤筋动骨一百天”所描述的,骨折的康复过程往往漫长且复杂。然而,采用科学而精心的护理措施,可以大幅提升恢复速度,并降低再次受伤的可能性。在接下来的内容中,我们将深入探讨骨折护理与康复的各个方面,让患者更快恢复。

一、骨折的分类及其影响

分类概述:骨折,这一外伤类疾病在医学上按照受伤程度和特点主要分为闭合性骨折和开放性骨折。闭合性骨折是指骨折发生时,皮肤不破;开放性骨折则表现为皮肤破损,骨头可能暴露,这增加了感染的风险。骨折的具体种类直接影响着治疗的选择和恢复的路径。

身体影响:骨折不仅限于局部的损伤,其后果可能波及全身。它可能影响到患者的运动能力,损及邻近的神经和血管,甚至因长时间卧床而诱发诸如肺部感染等一系列系统性并发症。

二、骨折的初期处理

现场急救:一旦发生骨折,迅速采取措施稳定伤肢是至关重要的。这包括使用夹板或

其他支撑物固定肢体,以减少移动所导致的进一步损伤。对于开放性骨折,应当立即用无菌敷料覆盖伤口,以防止细菌感染。立刻呼叫紧急救护车,并为患者提供安抚,确保他们处于安全舒适的状态等待救援。

急诊处理:抵达医院后,医疗团队会立即对患者进行全面评估。常规的影像学检查如X光或CT扫描将被用来确诊骨折的类型和程度,这是制定治疗方案的基础。在必要情况下,如伤势严重,可能会推荐进行紧急手术以修复损伤。

治疗决策:治疗的选择应根据骨折的种类与复杂性进行。简单的闭合性骨折多数情况下可通过保守治疗,例如施加石膏固定或者使用支架。对于那些涉及到严重骨碎或者伴有软组织损害的复杂骨折,外科手术可能是必须保证正确的骨骺对位和功能恢复。

三、骨折后的日常护理

生活照料:为了促进伤口的愈合,必须保持固定装置的干燥和清洁。需要定期检查,确认装置未对血液循环造成阻碍,也没有对皮肤造成过多的压力。根据医嘱调整生活习惯,为骨折愈合创造有利条件。

营养支持:营养在骨折愈合过程中发挥着关键作用。确保摄入充足的钙和优质蛋白

质是必要的,如奶类、蛋类和瘦肉等,它们是骨修复和重建的基石。维生素D对于促进钙的有效吸收至关重要,因此应确保饮食中包含这一关键营养素。

疼痛控制:疼痛管理对于骨折患者的恢复体验至关重要。根据医嘱使用止痛药物,并可辅以冷敷或热敷等物理治疗方法,以缓解疼痛并促进局部血液循环。

四、功能恢复与康复训练

恢复时机:伤口愈合和疼痛控制之后,在专业医护人员的指导下开始康复练习,是恢复患肢功能的关键步骤。

康复原则:康复训练应该循序渐进,从简单的非负重活动开始,逐步过渡到增加肌肉力量和关节活动范围的练习。过早或过度的训练可能导致骨折复位不当,从而延缓康复进程。

进度监控:通过功能性评估和定期复查,根据患者的恢复情况和疼痛水平,适当调整治疗及护理的方案,以确保康复计划的有效实施。

五、心理护理

情绪支持:骨折除了身体上的创伤,对心理的影响也不容忽视。提供心理支持和必要的心理咨询,帮助患者在康复过程中保持积

极的心态。

社交互动:保持社会和家庭联系,参与适当的社交活动,对减轻患者的孤独感和焦虑感有积极作用。

六、预防复发

骨质管理:通过精心规划的饮食与定期的运动计划,可以有效提高骨密度,从而降低未来发生骨折的可能性。根据医生的建议,适时补充钙素和维生素D,以支持骨骼的持续健康与强度。

生活方式调整:积极改善生活习惯,比如戒烟和限制酒精摄入,维持健康的体重,对防止骨折复发至关重要。在家庭和工作场所实施安全措施,以降低因跌倒或撞击导致的骨折风险。

七、结语

骨折的治疗不仅仅是身体上的恢复,还包括心理上的调适和生活习惯的改善。通过综合的康复计划和积极的预防措施,不仅可以促进当前的恢复,还可以增强身体抵抗未来损伤的能力。合理的护理方式,即让骨折恢复更快,又让患者生活、工作受到的影响降到最低。患者、家庭和医疗团队的共同努力对实现最佳恢复结果至关重要。

(作者单位:广西来宾市兴宾区人民医院)

尿路结石的有效排出方法

□ 孙强

尿路结石是一种泌尿系统疾病,常常给患者带来剧痛和不适。然而,幸运的是,有多种方法可以有效排出结石并缓解症状。本文将为大家介绍尿路结石的治疗方法,包括非手术疗法和手术疗法,以帮助患者更好地了解如何处理这一问题。

一、诊断尿路结石

尿路结石是一种常见但令人不适的健康问题,因此及早的准确诊断非常重要。下面是一些用于诊断尿路结石的常见方法:

1. 症状分析:医生首先会询问患者有关症状的详细信息,如腹痛、腰痛、尿频、血尿、恶心和呕吐等。这有助于初步判断是否存在尿路结石的可能性。

2. 体格检查:医生可能进行身体检查,以寻找可能与尿路结石相关的体征,如腹部压痛或肾区叩击痛。

3. 影像学检查:影像学检查可以提供更直接的信息,帮助医生确定结石的存在、类型、位置和大小。

4. 尿液培养:有时候,医生可能会进行尿液培养,以排除尿路感染的可能性,因为感染也可以引起类似的状况。

5. 血液检查:血液检查可以帮助评估肾功能和尿酸水平,这对于确定尿路结石

的类型和可能的并发症非常重要。

二、膳食调整

合理的饮食对治疗和预防尿路结石至关重要。以下是膳食建议:

1. 减少高盐食物摄入:高盐饮食会增加体内钠的排出,增加结石形成的风险。建议降低盐的摄入量,避免过咸的食物。

2. 控制高蛋白饮食:高蛋白饮食可能会导致尿液中尿酸和钙的浓度升高,进而促进结石的生成。建议适量摄入肉类和鱼类,更多地选择植物性蛋白质来源。

3. 增加蔬菜和水果的摄入:蔬菜和水果富含维生索、矿物质和纤维,可以帮助降低结石的风险。例如,富含钾的食物如香蕉和土豆对预防结石有益。

4. 控制草酸的摄入:摄入过多的草酸可能促进尿酸结石的形成。应减少摄入含有高草酸的食物,如菠菜、花生和巧克力。

三、非手术疗法

1. 饮水治疗:保持充足水分摄入是治疗尿路结石的基础。足够的水分可以稀释尿液中的矿物质,降低结石形成的风险。通常,医生会建议患者每天至少饮用2升水,具体量根据个人情况而定。在炎热天气或剧烈运动后,增加水摄入量尤为重要,这有

助于尿液稀释,促进结石排出。

2. 药物治疗:药物可以辅助结石的排出。医生可能会开具解痉药、利尿剂或其他药物,以帮助减小或排出结石。某些药物能改变尿液的化学性质,从而减少结石的生成。但需注意,药物治疗的效果会根据结石的类型和大小而有所不同,因此必须严格遵守医生的指导和处方。

四、手术治疗

当非手术治疗方法无法有效消除结石,或者症状非常严重时,可能需要考虑手术治疗。以下是一些常见的手术选择:

1. 震波碎石术(ESWL):ESWL是一种常用于治疗小型结石的非侵入性手术方法。在这个过程中,医生使用外部设备产生的高能震波来将结石碎成小块,使其更容易排出体外。这个过程通常不需要切口,因此恢复较快。

2. 内镜手术:内镜手术是一种侵入性手术,通常用于大型结石或无法通过其他方法排出的情况。医生通过尿道或小切口将内镜送入尿路系统,直接移除结石。这种手术通常需要麻醉,恢复期较长,但可以有效地排除结石。

3. 开放手术:开放手术是一种罕见的

手术选择,通常仅在其他方法无效或不适用的情况下考虑。这种手术需要开刀,直接移除结石。尽管这是一种侵入性手术,但在某些复杂的情况下可能是唯一的选择。

4. 输尿管镜手术:输尿管镜手术是一种内镜手术,专门用于排除位于输尿管内的结石。医生通过输尿管插入一根细长的镜子,然后使用工具将结石取出或碎成小块。这种方法通常用于较小的结石,并且具有较短的恢复时间。

五、结论

尿路结石是一种常见的泌尿系统疾病,给患者带来巨大痛苦。然而通过正确的诊断和个性化治疗,大多数患者可以成功排出结石,解除痛苦。本文系统介绍了结石的诊断方法、膳食调整、药物和手术治疗等信息。其中膳食和饮水治疗尤为重要,改变生活方式可以有效预防结石再次产生。尽管结石会反复发作,但通过科学治疗、定期检查和积极配合,患者可以取回健康。医患双方通力合作,科学应对结石病症,是提高生活质量,重拾生活乐趣的关键。

(作者单位:河北省唐山南湖医院泌尿外科)