

# 小儿肺炎的常见症状与治疗方法

□ 王宏光

小儿肺炎属于常见儿科呼吸道疾病,可在各个季节发生,3岁以内儿童是高发对象,其中春季与冬季发生率最高。肺炎小儿大多年龄幼小,对临床治疗有很高要求,若不能尽早识别、有效治疗,可导致疾病恶化、发生严重并发症,甚至导致小儿死亡。为提高小儿生存率,需尽早明确小儿肺炎常见症状特征,及时提供有效治疗方案,尽早控制患儿病情,提高患儿生存率。

## 一、小儿肺炎的危害

小儿肺炎有轻度与重度两种,患儿的病情严重程度、临床治疗难度、预后情况也不一定。多数轻度小儿肺炎可尽早确诊、治疗疾病,病情大多控制良好,所以治疗效果与预后情况大多理想,肺炎基本不会对人体造成较大危害。但重度小儿肺炎患者的病情比较严重,多因肺部感染导致全身各个系统发生感染,并对人体造成较大危害,主要危害包含以下几种:①呼吸系统危害,可导致呼吸衰竭这一严重并发症,主要症状是呼吸困难、呼吸急促等不适,后遗症较多,临床

治疗难度偏大。②循环系统危害,容易发生肺炎性心衰,主要症状是心率加快,部分患儿甚至超过180次/分钟;呼吸频率明显加快,部分患儿甚至超过60次/分钟;部分患儿存在双下肢浮肿、尿量减少、骤然手足冰冷及面色发白等症状。③病毒性肺炎,可导致一些肺间质病变、肺实质病变,导致间质性肺炎发生。间质性肺炎患者的病程时间大多漫长,部分患儿的病程甚至达到1-2年,治疗效果难以保证,临床治疗难度偏高。

## 二、小儿肺炎的治疗

一般治疗:①保暖:保证患儿皮肤温度适中处于36.5℃,若患儿属于早产儿或是体温迟迟未升高到理想温度婴幼儿需尽早送入暖箱接受治疗。患儿所居病房的温度应控制在20℃左右,湿度应控制在55%-65%,预防患儿呼吸道中的分泌物变干不容易咳出,预防交叉感染发生。②保证营养与水分供应充足:若患儿年龄小、病情较轻,则让家属多次、少量喂奶,禁止过饱,预防呕吐、反流、吸入等不良现象。若患儿病情严重,提供鼻饲

喂养,若年龄在1岁以内,尽量母乳喂养。若患儿进行人工喂养,则需结合患儿的病情严重程度、消化功能决定患儿的喂奶量以及喂奶浓度。若患儿存在腹泻症状,需为患儿提供好消化、清淡营养、维生素多的饮食,尽量以软烂食物为主。若患儿进入肺炎恢复期,则需提供高热量、营养丰富饮食,加快患儿的康复速度。③维持呼吸道通畅:需尽早清除患儿的鼻腔分泌物、鼻痂、呼吸道痰液,改善患儿的通气功能,持续增加患儿的肺泡通气量,尽早消除患儿的缺氧症状,减轻患儿的二氧化碳潴留。若有必要,还可通过反复更换体位、体位引流、叩背等方式帮助患儿排出痰液,可提供祛痰药物。

抗感染治疗:为保证抗感染治疗的有效性针对性,需提前采集患儿的分泌物进行药敏试验,经实验结果合理选择抗生素药物,现今常用抗生素是氨苄青霉素药物、青霉素药物与氨基糖甙类药物等。若患者的感染菌是革兰氏阳性菌,比如肺炎链球菌,首选青霉素药物治疗,若患儿对青霉素过敏,则改用滴红霉

素。若患者的感染菌是革兰氏阴性菌,首选氨基糖甙类或是氨基糖甙类抗生素药物,若患儿属于绿脓杆菌肺炎,则提供菌必治或复达欣等药物治疗。若患者属于支原体肺炎,则提供红霉素或是阿奇霉素治疗。若患者属于病原菌未明确肺炎,则结合患儿的病情严重程度提供广谱抗生素,为保证患儿治疗效果,尽量联合用药,保证抗菌效果。为保证抗感染治疗效果,主治医师需提前明确儿科呼吸道抗生素药物的具体药动力学,不同类型的抗生素药物渗入人体下呼吸道的浓度也不一样。比如氨苄青霉素药物只有在患者呼吸道中存在炎症时,才能增加药物渗透力,其中交沙霉素以及乙酰螺旋霉素等药物在呼吸道有极高药物浓度。

## 三、结语

小儿肺炎的危害性极大,需尽早识别疾病,尽早确诊疾病,尽量在轻度肺炎时进行对症治疗,才能获得最理想的疗效及预后。

(作者单位:河北省保定市莲池区妇幼保健院)

# 宫外孕手术后的护理知识

□ 王辉

宫外孕,作为一种常见的妇科急症,不仅对女性的健康构成重大威胁,还可能影响其未来的生育能力。宫外孕手术后的护理至关重要,它不仅可以帮助患者快速从手术中恢复,还能预防潜在的并发症,保障女性的长期健康。本文旨在提供专业而简洁的护理指导,帮助女性在宫外孕手术后顺利恢复,并采取有效措施保护自身健康。

## 一、宫外孕的概述

1.宫外孕定义:宫外孕是一种常见的妇科状况,其中受精卵在子宫之外的位置(通常是输卵管)着床并开始发育。输卵管的限制导致胚胎增长可能引起输卵管破裂,这会导致严重的内出血,甚至危及生命。

2.宫外孕的症状:腹痛:典型表现为一侧剧烈腹痛,有时伴有恶心和呕吐。阴道出血:可能出现轻到中度的阴道出血,这通常是较早期的症状。头晕和虚脱:宫外孕可能导致内部出血,进而引发低血压和贫血。这种情况下,患者可能会经历明显的头晕和虚脱感,这是由于身体对失血的反应。

3.宫外孕的诊断与治疗:诊断:宫外孕的诊断通常涉及超声检查、血液测

试和体格检查。治疗:宫外孕需要紧急处理,治疗通常包括通过手术切除宫外孕组织,以防止进一步的出血和其他并发症。

## 二、宫外孕手术后的护理

关于宫外孕手术后的护理,以下是详细且具有专业性的建议:

1.术后观察:宫外孕手术后,患者需在医院接受密切观察,以防并发症。医护人员会细心监测患者的血压、心率、呼吸及疼痛情况,确保状况稳定,无出血或感染迹象。

2.疼痛管理:术后患者可能会经历不同程度的疼痛。医生会根据患者的疼痛水平,开具合适的止痛药物,并视情况调整剂量。患者应严格按照医嘱服用止痛药,有效控制疼痛。

3.饮食和液体摄入:术后初期,患者可能需要暂时禁食,以避免胃肠道压力。随后,医生会指导患者逐渐恢复饮食,从易消化的流质食物开始,逐步过渡到更加丰富的固体食物。同时保证充分的水分摄入,对于防止脱水和促进愈合至关重要。

4.安全卫生:术后患者需要特别注意伤口的卫生,以预防感染。建议使用温和

的清洁方法,避免直接在伤口部位使用肥皂,保持伤口干燥清洁。定期更换卫生巾,避免使用卫生棉条,用以减少感染的风险。

5.康复和休息:术后恢复期间,充足的休息至关重要。建议避免进行剧烈的体育活动和重体力劳动,至少在术后几周内。适当的休息有助于减少并发症的风险,加快康复过程。

6.随访和监测:术后定期回访医生进行检查,以监控恢复进程和排除并发症。医生会评估患者的恢复情况,确保没有感染或其他问题。若出现发热、剧痛或出血加重等异常症状,应立即联系医生。

7.情绪支持:宫外孕手术后,患者可能会经历情绪波动,感到焦虑或沮丧。家人和朋友的理解和支持对于患者的情感恢复极为重要。在必要时,患者可考虑寻求心理健康专业人士的帮助,以应对心理上的挑战。

## 三、宫外孕手术后的注意事项

宫外孕手术后的注意事项主要包括以下几个方面:

1.休息与恢复:术后需要确保充足的休息,避免在恢复初期进行剧烈运动或重体力劳动。休息有助于减少并发症风

险并加速康复过程。

2.疼痛管理:服用医生开具的止痛药,以减轻术后疼痛。如果疼痛加剧或持续不减,应及时联系医生。

3.观察伤口:定期检查手术部位,观察是否有红肿、出血或分泌物等异常迹象。保持伤口干燥和清洁,要按医嘱更换敷料。

4.避免性生活和浴缸浸泡:通常医生会建议在一定时期内避免性生活和使用浴缸浸泡,以防止感染和进一步促进伤口愈合。

5.避免怀孕:术后一段时间内,为了确保手术后的顺利康复,医生会根据个人情况和手术类型提供具体的建议,避免再次怀孕。

宫外孕手术后的恢复是一个渐进的过程,需要患者、家属和医疗团队的共同努力。遵循专业的护理建议,如适当的休息、营养摄入、避免剧烈运动和定期复查,对促进恢复至关重要。重要的是,患者应保持积极的心态,面对可能的情绪波动和身体变化。通过这些综合措施,我们希望每位宫外孕手术后的患者都能顺利恢复,重返健康生活。

(作者单位:河北省唐山市中医院)

# 子宫肌瘤患者的日常护理方法

□ 吴苗苗

子宫肌瘤,作为女性常见的妇科疾病之一,虽然大多是良性的,但它的存在和发展可能对女性的生活质量产生显著影响。了解如何在日常生活中进行有效的自我护理对于管理症状、保持健康状态至关重要。本文旨在提供简洁而实用的日常护理知识,帮助子宫肌瘤患者更好地理解 and 应对这一疾病。

## 一、了解子宫肌瘤

子宫肌瘤是发生在子宫肌肉层内的一种通常良性的肿瘤。这些肿瘤可能是单个或多个,大小也各不相同。大多数子宫肌瘤对健康无害,但在一些情况下,它们可能会引起诸如疼痛、异常月经流血及生育相关的问题。了解子宫肌瘤的特征对于识别和处理这些症状至关重要。

子宫肌瘤的症状因人而异,最常见的包括:(1)月经不规律或异常流血,有时伴有过量出血。(2)盆腔区域的疼痛或不适感,可能与月经周期有关。(3)频繁排尿或尿急,这是由肿瘤压迫膀胱引起的。(4)生殖方面的问题,如不孕症,可能是由于肌瘤的位置或大小

影响。(5)腹部胀痛或坠胀感,尤其在肌瘤较大时。(6)经期延长,有时可能持续超过一周。

诊断:医生通常会通过体格检查评估症状,使用超声波或其他影像学检查(如磁共振成像)来确认诊断。这些检查有助于确定肌瘤的大小、位置和数量,从而制定最适合您的治疗方案。

## 二、子宫肌瘤的日常护理

均衡饮食:保持健康的饮食习惯,富含全谷类、新鲜蔬果、精益蛋白和低脂乳制品。增加高纤维食物的摄入有助于减轻便秘,而丰富的铁质食物则有助于补充因月经过多而流失的铁。

保持适当体重:过重或肥胖可能会增加患有子宫肌瘤的风险或使症状加重。通过均衡饮食和适量运动维持健康的体重。

适量运动:定期进行中等强度的运动,如快走、瑜伽或游泳,有助于减轻症状,提高生活质量,并维持健康体重。

避免高脂食物:减少高脂食物的摄入,特别是动物脂肪,因为它们可能会增加体内的雌激素水平,从而加剧肌瘤的

生长。

压力管理:长期的压力可能会影响激素平衡,进而影响子宫肌瘤。学习压力管理技巧,如冥想、深呼吸练习和放松技巧。

定期医疗检查:与医生保持定期的联系,进行定期的妇科检查和必要的影像学检查,以监测子宫肌瘤的大小和生长情况。

药物治疗:根据医生的建议使用药物,如非甾体抗炎药(NSAIDs)来控制疼痛或激素治疗来调节月经。

保持良好的睡眠质量:良好的睡眠对于维持整体健康和激素平衡非常重要。确保每晚获得足够的休息。

心理健康关注:子宫肌瘤的诊断和治疗可能会对心理健康造成影响。如果需要,寻求心理健康支持或加入支持团体。

## 三、子宫肌瘤的并发症和注意事项

并发症:(1)重度出血和贫血:过多的月经出血可能导致缺铁性贫血,这会引发健康问题,如疲劳和头晕。贫血是由于失血过多导致体内铁元素减少所引起的,因此需要特别关注和适当处理。(2)

生殖问题:子宫肌瘤可能会影响生育能力,包括不孕或流产。在某些情况下,肌瘤可能会增加妊娠并发症的风险。(3)盆腔疼痛:随着肌瘤生长,可能会引起持续的腹部或盆腔疼痛。(4)尿路问题:较大的肌瘤可能压迫膀胱,导致尿频或排尿困难。(5)肌瘤扭转:在极少数情况下,肌瘤可能会扭转,造成剧烈疼痛,需要紧急医疗处理。

注意事项:(1)关注症状变化:注意任何新出现或恶化的症状,如突然的剧烈疼痛或异常出血,及时咨询医生。(2)计划怀孕:如果计划怀孕,与医生讨论肌瘤可能对怀孕和分娩的影响,以及任何必要的治疗措施。

## 四、结语

通过适当的日常护理,子宫肌瘤患者可以显著改善自己的生活质量和健康状况。记住,维持健康的生活方式、定期进行医疗检查以及在必要时寻求专业的医疗和心理支持是至关重要的。我们希望本文提供的信息能够帮助您有效地管理子宫肌瘤,保持一个积极健康的生活。

(作者单位:河北省邢台市第九医院)