

痔疮的症状及其治疗必要性

□王新平

痔疮,这一常见的肛周疾病,不仅普遍存在于各年龄层中,往往给患者日常生活带来显著的不适和困扰。在现代快节奏的生活压力和饮食习惯变化的影响下,正确理解和积极应对痔疮的治疗与预防显得尤为重要。因此,广泛的公共健康教育和深入的科普知识普及,对于提升整体社会的健康水平有着重要作用。

1. 痔疮定义:痔疮是一种常见的肛肠疾病,其本质是肛管和直肠下端部位的静脉丛发生病理性扩张和变形,形成特有的瘤状结构。这些结构可能位于肛门内部、外部或同时存在于两者之间,根据其位置不同,分为内痔、外痔和混合痔。痔疮的形成与多种因素相关,包括长期便秘、腹压增高、久坐久立、饮食习惯以及遗传因素等,其典型症状包括肛门出血、脱出、疼痛和瘙痒等。

2. 痔疮类型详解

2.1 内痔:内痔患者主要症状为排便时出血,血色鲜红且不与粪便混合,表明出血点位于直肠与肛管之间。在病情更加严重的情况下,痔核可因腹压增高

而从肛门内脱出,称之为痔核脱垂。脱垂的痔核可能自行回缩或需要手动复位。

2.2 外痔:外痔患者通常表现为肛门外围的疼痛与不适,特别是在痔核内发生血栓形成时,疼痛可急剧加重。肛门边缘可见到肿物,触之较硬,可能伴随皮肤红肿和疼痛感。

2.3 痔疮:混合痔患者同时具有内外痔的症状,包括排便时的鲜血、痔核脱垂以及肛门外围的疼痛和肿块。治疗混合痔时需同时考虑到内外痔的治疗策略,综合治疗以取得最佳疗效。

3. 为什么需要治疗:痔疮的慢性疼痛和不适,会使得患者在工作 and 日常生活中受到极大的影响,影响范围可能从简单的坐立不安扩展到影响睡眠质量,久而久之,这可能会导致患者出现心理和社交问题。未经治疗的痔疮可能导致持续性出血,引发贫血;痔核的嵌顿可能导致组织坏死;此外,患者还面临着感染的风险。此外,痔疮所引发的症状不仅仅会导致身体上的不适,还会引发患者的尴尬和焦虑,影响患者的心理健康。

4. 痔疮治疗的重要性

4.1 症状管理:积极的治疗可以大幅缓解甚至根除疼痛,有效遏制出血,显著减轻患者的身体不适和由此产生的心理负担。

4.2 预防并发症:及时医治不仅减少嵌顿和感染风险,也避免了因长时间出血导致的贫血等更严重的健康问题,从而降低对进一步治疗的需求。

4.3 改善生活质量:正确及时的痔疮治疗显著提高生活质量,使患者能够快速回归日常生活,减少对心理和社交活动的影响,全面提升健康和社会参与度。

5. 痔疮的治疗方法

5.1 家庭和自我照护通常是治疗痔疮的初始步骤,其关键措施包括:**①坐浴:**通过温水浸泡,促进肛区血液循环,有效缓解肿胀和不适感。**②饮食调整:**增加食物中的膳食纤维含量和充足水分的摄入,有助于柔软大便并减轻排便时的压力。**③保持肛卫生:**定期用温和且无刺激性的清洗方法,以减轻刺激和症状。

5.2 药物治疗是另一治疗策略,主要包括:**①镇痛药物:**例如非甾体抗炎药物

(NSAIDs),它们可以有效缓解疼痛。**②软便剂和高纤维补充剂:**这些药物通过软化大便,帮助预防或改善便秘,从而减少对肛管的压力。**③局部药物治疗:**包括应用含有皮质类固醇、局部麻醉剂或其他活性成分的药膏或栓剂,以减少炎症和瘙痒。

5.3 外科治疗通常保留给那些对保守治疗方法反应不佳的严重病例:**①橡皮圈结扎术:**这种微创手术通过在痔核上放置橡皮圈来切断其血供,适用于未伴有明显外痔的内痔患者。**②硬化疗法:**该方法涉及将硬化剂注入痔核内部,促使痔核组织发生硬化并最终萎缩。**③痔核切除术(痔切除术):**这是一种更为激进的治疗手段,适用于重度痔疮患者,手术可以在局部麻醉或全身麻醉下进行,以移除痔核。

6. 结论:痔疮,尽管为多数人所熟知,却常因羞于提及而被忽视。重视痔疮的预防和及时治疗,能够显著提升生活质量。记住,健康不应是沉默的牺牲品,对话和行动是疗愈之钥。

(作者单位:山东省利津县中医院(利津县第二人民医院))

子宫肌瘤的形成原因及手术治疗的考量

□王亚楠

子宫肌瘤是许多女性会遇到的一种普遍且通常是良性的健康状况,尽管如此,它们有时会导致一系列不适症状和治疗决策上的考量。了解肌瘤的成因和针对性的治疗选项对于每位女性来说都是至关重要的。本文致力于阐释子宫肌瘤的形成机理和在不同情形下的治疗方案。

1. 子宫肌瘤的定义:子宫肌瘤是女性常见的生殖系统良性肿瘤,被医学界称为子宫平滑肌瘤。这些肿瘤多发于育龄女性,并且在一定程度上受内分泌影响。统计数据显示,在育龄期妇女中,约20%至50%的人群可能发展出子宫肌瘤,但其中很多并不引起任何症状,因此很多情况下这类肿瘤并没有被正式诊断。在绝经后妇女中,肌瘤可能会因为激素水平的变化而自然缩小。

2. 形成机制:激素影响:雌激素和孕激素的作用,这两种激素对子宫肌瘤的形成至关重要。雌激素水平在月经周期中波动,特别是在排卵期间达到高峰,可能会刺激肌瘤的生长。孕激素,另一方面,也在子宫内膜和肌瘤的增长中起作用。遗传因素:遗传易感性,家族史在子宫肌瘤的形成中

扮演了一定角色。特定基因变异,如MED12突变,与子宫肌瘤的发生有较高的相关性。生活方式的影响:包括肥胖、饮食习惯和运动量的改变等也被认为是影响子宫肌瘤形成的重要因素。高脂肪饮食和缺乏运动可能会增加患病风险。

3. 症状:子宫肌瘤虽常无症状,但可导致周期性出血增多或引起贫血,较大肌瘤可能引起腹部不适或增大,肌瘤对膀胱的压迫可引起排尿问题,且其位置若影响子宫内腔或输卵管,可能影响生育。

4. 治疗需要评估:在治疗子宫肌瘤时,医生需权衡肌瘤的大小与增长速度、其位置对症状的影响、患者的生育愿望、以及年龄和整体健康。较大或快速生长的肌瘤通常需要立即处理,而对于处于生育年龄的女性,可能会优先选择保守疗法,以保护生育能力。相对地,绝经女性或不再考虑生育的患者,手术可能是更可行的方案。

5. 非手术治疗选项:在无临床症状或症状轻微的肌瘤,特别是绝经期附近的患者中,医生可能会建议定期监测肌瘤的情况,而非立即治疗。激素疗

法:应用如生育激素类药物(GnRH-a)能临时减小肌瘤尺寸,适用于短期治疗,但不宜长期使用。抗雌激素药物:可用芳香酶抑制剂来抑制雌激素的合成,影响肿瘤生长。避孕药:有助于调节周期,控制过多出血,且能有效缓解由肿瘤引起的疼痛。

6. 手术治疗选项

6.1 传统的开腹手术:当肌瘤体积较大或位于复杂位置,开腹手术可能成为必要的选择,以确保完整地移除肌瘤。

6.2 微创手术技术:腹腔镜和宫腔镜手术作为微创技术,通过较小的切口进行,特点是恢复迅速且手术风险较低。

6.3 肌瘤剔除术与子宫切除术的选择:肌瘤剔除术旨在去除肌瘤同时保留子宫,适合有生育计划的女性。而子宫切除术则完全移除子宫,常为那些不再计划生育或其他疗法未能缓解症状的女性所选用。

7. 术后管理和复发预防

7.1 术后监护:恢复期的护理是关键,有助于快速康复和最小化并发症。医生会提供全面的术后护理建议,涉及疼痛控制和活动量的适当调整。

7.2 复发的风险因素和监测:子宫肌瘤可能再次出现,尤其在仅接受肌瘤剔

除术的患者中。定期复查能早期侦测新生肌瘤。

7.3 生活方式调整和药物预防:健康的生活方式调整,例如保持理想体重,有助于减少肌瘤复发的机会。而特定药物,如避孕药,可控制症状并减少新肌瘤生成的可能性。

8. 特殊情况下的治疗决策:妊娠时期肌瘤的处理:在妊娠期间如检出肌瘤,医生一般建议先行观察,避免手术风险,以免增加患者流产或早产的可能性。面向绝经期女性的策略:对于即将进入或已处于绝经期的女性,医生可能倾向于采取较为保守的治疗方法,因为在绝经后肌瘤的体积往往会自然减小,症状也可能改善。考虑遗传因素和家族病史:存在遗传倾向或明显家族史的患者,在制定治疗计划时需格外谨慎。这类患者可能需要定期的密集监控,务必要早采取干预措施。

9. 总结:了解子宫肌瘤的形成和治疗对患者极为重要。个体化的治疗计划可以帮助每位患者找到最合适的治疗方案。随着医学研究的进步,未来可能会有更多的治疗选择可用。患者教育和自我管理对于提高生活质量也非常重要。

(作者单位:河北省文安县妇幼保健院)

手术室优质护理的实施方法

□王亚丽

手术室是医院的重要组成部分,它的运作直接影响患者的生命与健康。优质的手术室护理能够减少并发症,提高手术成功率,以及提升患者的满意度。本文旨在探讨手术室中的优质护理要点和策略,希望为医护人员提供实践建议,并为患者创造一个更安全、舒适的治疗环境。

1. 执行严格的护理流程

手术室中的每一步操作都关乎患者的安全与健康。因此,实行严格的护理流程显得尤为关键。**①术前准备:**这是确保手术成功的第一步。确保所有必要的器械、药物和设备已准备就绪并通过检查。患者的全面评估也是此阶段的核心,包括与患者及其家属沟通,理解患者的焦虑和担忧,确保患者进入手术室时身心都处于最佳状态。**②术中关注:**在手术过程中,密切监测患者的生命体征和手术进程,确保及时应对任何突发情况。**③术后恢复:**术后即刻观察患者的恢复情况,对生命体征进行密切监测,早期发现并处理潜在的并发症。

2. 维持设备的最佳状态

手术室内的各种设备,无论是基础的还是高科技的,都直接影响手术的效果。**①日常检查:**每日对关键设备,如吸引器、电刀、麻醉机等,进行严格的功能检查。这不仅可以确保其正常工作,还可以及早发现潜在的问题。**②定期维护:**定期进行专业的维护和校准,可以确保设备的持续稳定性和精确性。

3. 明确团队成员的职责与合作

手术室内的团队工作是一个高度精细化、协同的过程,每个成员的职责都应明确且清晰。从器械护士到巡回护士,再到麻醉医生,每个人都应有明确的工作职责和操作标准。确保团队成员之间有良好的沟通和协作机制,这样在手术过程中,各环节可以高效、流畅地进行,确保患者的安全和手术的成功。

4. 患者的全程关怀与沟通

手术不仅仅是一个医学过程,更是与患者心灵深处的交流和信任。针对手术,患者常常带有恐惧和紧张的

心理。护士与患者及家属之间的信任关系建立起来是至关重要的,细致询问患者的担忧,主动分享手术相关信息,为其解答疑问,能够减轻患者的焦虑,尊重患者的隐私,确保在更衣、清洁等关键时刻,为患者提供私密的环境和空间。

5. 强化感染控制措施

手术室是微生物感染的高危区域,因此护理团队在此方面的工作显得尤为重要。**①严格执行手卫生:**正确的手卫生技术可以显著减少交叉感染的风险。**②无菌操作:**确保每次操作都严格遵循无菌技术,从器械准备到手术操作。**③器械灭菌:**所有的手术器械都应经过严格的消毒和灭菌流程。**④预防性使用抗生素:**对于高风险感染手术,应在手术前适当时间给予预防性抗生素。

6. 始终优先考虑患者的安全

无论是手术的大小,患者的安全都是首要任务。对手术部位、手术类型进行多次核对,避免手术差错。确保患者在手术过程中的生命体征始终在正

常范围内,及时响应任何异常情况。

7. 培训与继续教育

随着医疗技术的进步,手术室护理团队必须不断学习和更新知识,以确保为患者提供最优服务。**①定期的技能培训:**手术室的设备和技术不断更新,护理团队应接受定期的技能培训,确保他们能熟练、安全地使用新技术和设备。**②知识更新与分享:**通过参与学术会议、研讨会或工作坊,护理团队可以获取最新的医疗知识。此外,他们还可以与同行分享经验和最佳实践,共同提高。**③患者护理方法的创新:**随着研究的进展,患者护理的方法和策略也在不断变革。继续教育课程可以帮助护理人员了解和采纳这些新的方法,以提供最佳的患者护理方式。

手术室,一个生命与技术交汇的神圣之地,每一个细节都关乎着患者的生命安全和健康。优质的护理并不仅仅是技术的完美执行,更是对患者无微不至的关怀和尊重。每一位进入手术室的患者,都期待能够得到最好的医疗服务。而作为医疗团队的一部分,我们有责任和使命确保这一点。不断学习、持续改进,让每一次手术都成为医患之间信任的桥梁,有效提升医患之间的信任度,这就是手术室优质护理的真正意义。

(作者单位:河北省威县人民医院)