

重症肌无力患者的综合治疗

□ 唐宁

在日常生活中,人们做出的各种动作都需要肌肉力量的支撑,比如正常的走路、跑步等等。但是,有一种疾病可能会影响人们正常的肌肉力量,从而出现难以维持正常活动,甚至会出现呼吸困难风险,那就是——重症肌无力。说到重症肌无力,大部分人都听说过这种疾病,也认识到这种疾病的危害。在出现重症肌无力之后,对患者的治疗是非常重要的,早期的良好治疗能够恢复患者的肌肉无力症状,促进患者疾病的恢复。那么,重症肌无力应该如何治疗呢?接下来就给大家科普一些相关知识,希望对大家有所帮助。

一、重症肌无力的急性期治疗

重症肌无力可能会引发患者出现很多症状,比如上眼睑无力、四肢无力、面部肌肉无力等等。但是,如果患者出现呼吸肌无力,此时属于急性发作期,可能会引起患者出现呼吸困难,严重者会因此窒息而亡。在患者出现呼吸肌无力之后,可能会伴随面色青紫、呼吸短促等现象,应当第一时间给予患者气管切开或气管插管治疗,并采取人工吸氧措施,保证患者的呼吸处于通常状态,维持患者的血

氧含量,从而抢救患者的生命。

二、重症肌无力的胆碱酯酶抑制剂治疗

胆碱酯酶抑制剂属于药物治疗的类型,也是重症肌无力治疗的首选药物,不但能够适用于刚患上重症肌无力的患者,还可以对轻型、慢性长期肌无力患者起到治疗效果,能够有效改善患者的肌无力症状。除此之外,胆碱酯酶抑制剂在重症肌无力患者中,还可以对轻型、慢性长期肌无力患者起到治疗效果,能够有效改善患者的肌无力症状。在出现重症肌无力之后,患者应当及时前往医院诊断,并由医生选择胆碱酯酶抑制剂进行治疗。需要注意的是,根据患者实际症状和身体状况的不同,胆碱酯酶抑制剂的用法和用量也各不相同,患者应当严格遵医嘱使用药物,避免擅自更改药物服用量和服用方式。除此之外,胆碱酯酶抑制剂存在一定不良反应,可能会引起患者出现痰液增多、口水增多、心动缓慢、胃肠痉挛、腹泻、恶心等症状。

三、重症肌无力的免疫抑制药物治疗

想要治疗重症肌无力,免疫抑制药物的使用也是必不可少的,主要包括糖皮质激素、硫唑嘌呤、环孢素、他克莫司、环磷酰胺和吗替麦考酚酯。

糖皮质激素的使用能够有效改善大多数

患者的症状,但是不适用于病情危重的患者,可能会引起患者出现其他不良反应,并且需要在治疗期间密切关注患者的身体状况。

硫唑嘌呤主要适用于全身型重症肌无力和眼肌型重症肌无力患者,与糖皮质激素联合使用的效果更好,大多数患者的症状都可以得到改善。但是硫唑嘌呤属于长效药物,坚持服用半年才可能会起到效果。

环孢素同样适用于全身型重症肌无力和眼肌型重症肌无力患者,属于糖皮质激素和硫唑嘌呤的替代药物。

他克莫司属于短效的免疫抑制剂,在半个月内就可以起到明显效果,也可以通过长期服用来改善症状。

环磷酰胺主要适用于重症肌无力伴随胸腺瘤患者使用,也可以作为上述治疗方法不佳的患者使用。

吗替麦考酚酯同样也能够起到治疗效果,但需要注意的是应当避免与硫唑嘌呤联合服用。

四、重症肌无力的手术治疗

如果重症肌无力患者伴随胸腺瘤,则需

要通过手术进行治疗,手术方式为胸腺摘除手术。一般来说,如果在胸腺瘤早期就接受手术,患者可以获得良好的预后,而随着胸腺瘤的发展,手术的风险越来越高,医生需要根据患者实际情况来评估是否通过手术治疗。

五、重症肌无力的血浆置换治疗

如果患者存在慢性重症肌无力,并且在疾病恶化、病情危急等现象,可以使用血浆置换进行治疗。除此之外,对于接受胸腺摘除手术的患者,在术前也可以先进行血浆置换治疗,从而确保手术治疗的有效性。除此之外,对于手术治疗之前的患者,还可以进行用丙种球蛋白的静脉注射治疗,能够提高手术治疗的效果。

六、重症肌无力的胸腺放射治疗

如果重症肌无力患者存在胸腺瘤未彻底切除、胸腺摘除手术后复发、胸腺瘤不耐受手术,或者药物治疗效果不佳、全身无力、胸腺增生的患者,可以采取胸腺放射治疗。需要注意的是,医生需要先对患者的身体进行评估,确保患者身体能够耐受胸腺放射治疗。

(作者单位:广西南宁市武鸣区中医医院)

儿童免疫力提升必知秘籍

□ 蒙安辉

在孩子们的成长过程中,一个健全的免疫系统是保障他们身体健康的基石。儿童时期,免疫系统处于不断发展和完善的阶段,容易受到各种病原体的侵扰。因此,了解如何增强儿童的免疫力,对于预防疾病、促进健康成长至关重要。本文将提供一些实用的方法和策略,帮助父母提升孩子的免疫力,确保他们能够健康快乐地成长。

一、均衡饮食:营养免疫的基础

蛋白质:蛋白质是构成免疫细胞和抗体的基础物质。儿童在成长发育期需要足够的高质量蛋白质,以确保免疫系统的细胞能够不断更新和修复。优质蛋白质来源包括瘦肉、鱼、禽、蛋、奶及其制品,以及豆类和豆制品。

维生素:维生素A维持黏膜组织健康,作为身体的第一道防线,黏膜组织在呼吸道和消化道起到阻挡病原体的作用。维生素C是著名的抗氧化剂,它可以保护免疫细胞不受自由基的侵害,同时促进受损组织的修复。维生素E也是一种强力的抗氧化剂,能够增强机体的免疫反应。富含维生素A的食物有胡萝卜、甜薯和绿叶蔬菜;维生素C丰富的食物包括柑橘类水果、草莓、猕猴桃;维生素E可以从坚果、种子和植物油中获得。

矿物质:锌和铁是免疫反应中不可或缺的矿物质。锌对于细胞免疫功能至关重要,而铁负责运输氧气至各细胞,包括免疫细胞。锌的食物来源包括肉类、豆类、坚果和全谷物;而铁则可以从红肉、豆类、绿色蔬菜和强化谷物中获取。为了最大化铁的吸收,可以与富含维生素C的食物一同摄入。

二、适量运动:提高自身防御力

增强心肺功能:规律的运动可以提高心脏的泵血能力和肺部的通气能力,这样一来,免疫细胞能更有效地被输送到身体的各个部位。例如,每天中等强度的跑步或游泳,可以增强儿童的心肺耐力,为免疫细胞的快速响应提供物理基础。

促进循环:运动通过加快血液循环,帮助免疫细胞及时到达病原体入侵的区域,并迅速进行清除。这种加速循环的效果不仅限于运动期间,长期规律的身体活动可以持久提升血液循环效率。

调节免疫系统:适量的运动能够平衡免疫系统的反应,防止免疫细胞过度活跃导致的自体损伤。

三、充足睡眠:重建免疫防线

促进生长激素分泌:生长激素在深睡眠

期间分泌,它不仅促进儿童身体的生长,还参与调整和维修免疫系统。缺乏睡眠会干扰这些激素的正常节律,从而影响免疫功能。

调节免疫细胞:充足的睡眠可以帮助调整免疫细胞的种类和活性,特别是T细胞的功能。T细胞对抗病毒感染至关重要,睡眠可以增强它们对细胞受损区域的定位和杀伤能力。

减少应激反应:缺乏睡眠会增加身体的应激激素水平,如皮质醇,这些激素长期处于高水平会抑制免疫系统。确保儿童有规律的睡眠模式和充足的睡眠时间,可以最大限度地减少这种应激反应,保护免疫系统。

四、个人卫生:阻断病原体入侵

勤洗手是最基本也是最重要的习惯,尤其在接触宠物、玩耍后以及就餐前后。正确的洗手方法要使用肥皂和流动水至少20秒,这能有效减少病原体的传播。呼吸道卫生同样重要,教育孩子咳嗽或打喷嚏时要用纸巾或肘部遮掩,并养成不用手直接接触面部的习惯。此外,定期清洁居住环境和孩子常接触的物品,如玩具和桌面,以及确保食品安全和伤口的恰当处理,都能显著降低感染风险,为孩子营造一个更加健康的成长环境。

五、心理健康:情绪与免疫的联系

在儿童健康成长的过程中,心理健康是免疫力的重要影响因素。孩子们需要参与各种减压活动,如趣味游戏和户外娱乐,这些活动不仅能够丰富他们的生活经验,还能帮助他们缓解日常生活和学习中的压力。家长的情感支持对孩子来说尤为关键,它能够提供一个安全和鼓励的环境,减轻他们的心理负担,增强他们的自信心和自我价值感。与此同时,与同龄人的积极社交互动对于孩子的社会技能和情感调节能力的发展至关重要,这些互动有助于他们建立健康的人际关系,提升情绪状态,从而为一个健康免疫系统的形成奠定基础。

提升儿童免疫力是一个系统工程,需要父母、教育工作者乃至整个社会的共同努力。通过营养均衡的饮食、适当的运动、充足的睡眠、良好的个人卫生习惯和稳定的心理环境,我们可以为孩子构建一个强大的免疫防御系统。这些“秘籍”虽然简单,但需要长期的坚持和细致的关注。让我们从今天起,就为孩子们的健康成长打下坚实的基础。

(作者单位:广西壮族自治区南宁市上林县三里镇中心卫生院)

手术室护理人员应急处理技巧

□ 徐丽

在高风险且充满不确定性的手术室环境中,护理人员不仅要提供日常的专业护理,还要具备快速有效的应急处理能力。无论是患者出现意外状况、设备故障还是手术团队间的沟通问题,护理人员都是保障手术顺利进行和患者安全的关键。本文将为大家介绍手术室护理人员在应对突发事件时的应急处理技巧,以期提高整个手术团队的应变能力,确保患者安全和手术质量。

一、基本准备与心态调整

护理团队需要通过实战演练和理论学习,不断提升包括心肺复苏(CPR)在内的急救技能,以及处理突发状况的能力。同时,通过心理辅导,增强应对紧急情况心理素质,使护理人员在面对压力时能保持冷静,有条不紊地执行救援措施。

二、患者监测与初级反应

细致的观察可以及时发现任何异常情况,从而迅速采取应对措施。一旦患者出现不稳定的生命体征,护理人员须立刻进行初级反应,例如提供氧气支持或调整监测仪器的参数设置。这种快速反应不仅限于技术操作,同样包括有效的紧急沟通,确保能够迅速将情况通报给手术团队中的医生和其他相关人

员,以便协同作出更进一步的医疗决定。

三、环境和设备的安全性检查

为预防手术过程中可能出现的设备相关的紧急情况,护理人员需对手术室内所有设备和环境进行定期的安全检查。确保所有设备,特别是生命支持设备,如麻醉机和监护器,都处于良好的工作状态,并有相应的备用系统可以在需要时启用。若设备发生故障,护理人员应知晓并能迅速执行标准操作流程,包括立即报告故障、迅速更换备用设备,及时记录相关情况,确保手术室的正常运转。

四、紧急情况下的团队协作

预先明确每位团队成员在紧急情况下的具体职责和角色,是确保快速有效响应的关键。在紧急情况发生时,无缝的沟通机制可以确保信息的快速传递和接收,无论是通过呼叫系统、对讲机还是手势信号。团队成员之间的默契和协作能力需要通过定期的协作演练来强化和维护,这样才能在实际的紧急情况下,以最高效的方式共同工作,确保患者安全。

五、应对临床突发事件

1、快速诊断与处理:每一位手术室护理人员都应当掌握快速对临床突发事件进行诊

断的技能。以心脏骤停为例,护理人员需迅速识别心脏骤停的迹象,如无脉搏、无呼吸或意识丧失,并立即调用紧急代码。护理人员必须能够立即开始心肺复苏(CPR)并请求紧急医疗支援。在等待医生到来的同时,根据患者状况进行基本生命支持,并准备必要的急救设备,如自动体外除颤器(AED)。对于其他紧急情况,如严重过敏反应,护理人员应能迅速识别症状(如皮疹、呼吸困难、低血压等),立即停止可能导致反应的药物,提供高流量氧气,并迅速准备急救药物。

2、紧急药物使用:护理人员应熟练掌握如何快速地从急救车或药物柜中获取急救药物,并知晓各种药物的适应症、剂量、使用方法和可能的副作用。例如,护理人员应了解肾上腺素在心脏骤停或重度过敏反应中的使用指南,包括稀释比例、推荐剂量及注射部位。紧急使用抗组胺药物,如地塞米松或苯海拉明,以控制过敏反应,同时密切监测患者的反应和生命体征。

3、紧急转运准备:若患者需要迅速转移到更高级别的医疗机构,护理人员应立即准备紧急转运。这包括确保携带所有必要的监护设备、药物以及支持患者生命的物资。他们

必须熟悉急救车的设备布局,并确保通讯设备的有效性,以便在转运途中与目的地保持联系,并传达患者的最新状况和治疗需求。

六、危机情况下的心理支持

在紧急情况下,给予患者必要的心理安抚,帮助他们保持平静,减轻恐慌情绪。与患者家属保持开放和及时的沟通,提供准确的信息,并给予必要的支持和指导。护理人员要学会压力管理,在长期和紧张的工作环境下,提供护理人员心理支持和压力管理,确保他们能够长期稳定地工作。

手术室是一个需要高度协调和快速反应的环境,而护理人员在其中发挥着至关重要的角色。掌握应急处理技巧,对预防和处理手术过程中可能出现的突发情况至关重要。通过不断的培训、模拟演练和团队沟通,护理人员可以提升自己的应急能力,从而为患者提供更安全、更高效的护理服务。同时,这也有助于提高手术团队的整体运作效率,确保患者在接受手术时的最大安全。而最终目标,无疑是减少手术并发症,提高手术成功率,为患者的健康保驾护航。

(作者单位:重庆市公共卫生医疗救治中心歌乐山院区麻醉科)