

手术是治疗白内障的有效方法

□ 陈保印

白内障,一种常见的眼科疾病,主要特征为眼睛晶状体混浊。随着年龄的增长,晶状体的蛋白质结构会发生改变,导致视力逐渐下降。对于许多患者来说,白内障手术是一种有效的治疗方法。本文将详细介绍白内障手术的原理、过程、风险和注意事项,帮助大家更好地了解这一治疗方式。

一、白内障手术的原理

白内障手术的原理是通过手术移除混浊的晶状体,然后植入一个人工晶状体(IOL)来替代天然晶状体。手术过程中,医生使用特殊工具将混浊的晶状体从眼睛中取出,再植入一个人工晶状体。人工晶状体可以矫正视力下降的问题,帮助患者恢复正常的视觉功能。

二、手术过程

白内障手术通常需要局部麻醉或全身麻醉。手术过程中,医生会在眼睛的前

房内注入一些液体,使眼球变得柔软,以便于操作。手术切口通常在眼睛的角膜(黑眼珠)上,切口的大小通常在几毫米左右。医生会用特殊工具将混浊的晶状体从眼睛中取出,然后将人工晶状体植入到眼内的合适位置。最后,医生会缝合切口,完成手术。

三、手术风险和注意事项

任何手术都存在风险,白内障手术也不例外。一些常见的风险包括术后感染、前房出血、眼内炎等。因此,患者在术前需要做好充分的准备,遵循医生的建议,如保持健康的饮食、避免过度用眼、戒烟戒酒等。同时,患者需要按照医生的指示按时服用药物,如有不适,应及时就医。

此外,患者在进行白内障手术后,需要注意以下几点:

1. 保持眼部清洁:术后需要保持眼部清洁,避免用手揉眼睛。

2. 遵循医生的建议:患者需要遵循医生的建议,按时服用药物、定期复查等。

3. 注意休息:手术后需要充分休息,避免过度用眼。

4. 避免剧烈运动:手术后需要避免剧烈运动,以免影响手术效果。

5. 定期复查:患者需要在医生的指导下定期进行复查,以便医生了解手术恢复情况。

四、治疗效果和恢复时间

白内障手术后,患者通常能够立即恢复正常的视力。术后需要一定的恢复时间,具体时间因个体差异而异。一般来说,手术后患者需要休息一段时间才能恢复正常的日常生活。在此期间,患者需要注意以上提到的事项,以确保手术效果和恢复速度。

五、其他治疗方法

除了白内障手术外,还有一些其他治疗方法可以缓解白内障的症状,如药物治疗、物理治疗等。药物治疗主要是使用一些药物来延缓白内障的发展,如抗氧化剂和维生素等。物理治疗则包括一些眼部按摩和锻炼,可以改善眼部血液循环,有助于延缓病情发展。但是这些治疗方法的效果有限,如果病情严重,最终还需要进行手术。

总之,白内障手术是治疗白内障的有效方法之一。通过了解手术原理、过程、风险和注意事项,患者可以更好地应对这一疾病。同时,其他治疗方法也可以作为辅助手段,帮助患者缓解症状,提高生活质量。在面对白内障时,患者应保持积极的心态,遵循医生的建议,相信科学的治疗方法,相信自己的选择。

(作者单位:河北省正定县人民医院)

前庭功能检查的注意事项

□ 陈红

前庭功能检查作为人体检查中不可缺少的一项,用于判断人体前庭功能是否发生病变,由于检查内容过多,整个过程比较复杂,例如原地踏步实验,观察眼睛正常与否,影像CT检查等。大家是否了解前庭功能检查时需要注意的相关事项,希望接下来的说明对大家有所帮助。

一、前庭功能检查的常见项目

1. 听力检查,通过对患者的听力进行检查,可以观察到患者是否能正确地分辨听到声音等情况,也有利于筛查前庭神经是否存在异常。

2. 临床检查,通过对患者在正常睁眼行走的过程中,或者是闭目行走的过程中,以及正常站立或者是倾倒的情况下,是否存在有明显的头晕或者恶心、呕吐等的异常,以及是否有眼震发生,来确定是否存在前庭神经功能的异常。

二、前庭功能检查需注意哪些

1. 提前询问病史

患者前往医院检查前庭功能,需要第一时间将自身病史详情告知医务人员,例如是否曾经患有高血压、颈椎、心脏不健康等疾病,避免患者在检查过程发生意外情况,例如头晕、恐慌、呕吐等不良反应,影响身体健康。

2. 正确佩戴眼罩

医务人员要在患者到院检查前期,向患者以通俗易懂的方式,介绍佩戴眼罩的作用,摆正患者身体佩戴眼罩,合理调整固定带至合适位置,在屏幕中显示左右眼,保证除医务人员发布具体指令之外身体不要动来动去。

3. 注意身体保护

在检查过程中指导患者迅速躺下,根据医护人员指令转头,但要注意动作期间的安全性,避免发生跌倒可能,做好全面防护措施密切跟随,集中注意力避免患者跌落下床所致软组织损伤或骨折。遵医嘱对患者的膝盖以及手腕等部位做

好防护工作,同时选择开展检查的地面环境,要尽量保持光滑,且没有明显的阻碍,否则容易引发擦伤或者是扭伤的情况出现。

4. 重视心理反应

大多数患者接受前庭功能检查之后,都有可能出现恐慌、焦虑、紧张等不良心理反应,甚至伴随呕吐现象的出现,对心理状态可以积极调整,例如保持大脑放空、深呼吸与适当走动,避免哭闹或大吼大叫。

三、检查禁忌有什么

1. 患者在进行检查前,应当首先明确自身的身体状态,如果目前正处于某些身体基础性疾病的急性发作期,或者是属于有下肢残疾等的情况,是不可以进行前庭功能检查的。

2. 对于患者在眩晕发作期,前庭检查会加重患者的身体眩晕症状,一定要等待眩晕症状有所缓解方可就诊检查。

3. 有特殊眼疾的患者不可进行检查,包括斜视、白内障、失明、角膜白斑、视力极差等情况。

4. 对于脑卒中急性期患者而言,存在严重冠心病、高血压、癫痫等疾病者,以及其他各种不耐受检查可能诱发的恶心呕吐、气短心慌不适者。

5. 完成检查之后半小时之内会得到报告结果,在等待期间患者不可离开检查室,适当休息避免摔倒,神经衰弱及严重眩晕患者,或是身体状况一般的患者则需要家属陪同。

通常患者进行临床前庭功能检查过程的痛苦自感并不严重,但是由于大多数患者的心理素质较差,可能会出现焦虑、头晕等情况,如果发生要第一时间告诉医务人员,必要时需要中断检查避免身体受伤。

(作者单位:河北省香河县人民医院)

乙肝患者的日常护理常规

□ 陈蕾

乙肝是一种常见的慢性疾病,它会影响到肝脏的正常功能,甚至可能导致肝硬化和肝癌。对于乙肝患者来说,日常生活中的自我护理是非常重要的,可以帮助患者控制病情,提高生活质量。下面为大家介绍一些乙肝患者的日常护理常规。

一、注意个人卫生

乙肝患者的个人卫生非常重要,因为它能够预防病毒的传播。首先,乙肝患者应该保持良好的个人卫生习惯,勤洗手,尤其是在饭前和便后。此外,乙肝患者还应该避免与他人共用餐具、牙刷、剃刀等物品,以防止病毒传播。如果需要照顾患者或与患者密切接触,应进行乙肝疫苗接种或注射乙肝免疫球蛋白。

二、多注意休息

乙肝患者的日常护理中,休息是非常

重要的。因为肝脏是人体代谢的主要器官,乙肝患者的肝脏功能可能会受到影响,导致身体疲劳、乏力等症状。因此,乙肝患者应该保证充足的睡眠时间,避免熬夜和过度劳累。同时,适当的运动也有助于提高身体免疫力,增强身体的抵抗力。

三、留意和观察大小便

乙肝患者的日常护理中,留意和观察大小便也是非常重要的。这是因为肝脏功能受损可能导致胆红素代谢异常、肝细胞损伤或炎症等,进而影响大便的形状和颜色。因此,乙肝患者应该留意大便的形状、颜色、气味等变化,如果出现异常情况应及时就医。同时,乙肝患者的尿液颜色也可能发生变化,因此需要观察尿液的颜色是否正常。如果出现异常颜色,也应及时就医。

四、均衡的摄入营养

乙肝患者的日常护理中,均衡的摄入营养也非常重要。因为肝脏是人体内最大的消化腺,也是人体新陈代谢的中心,它需要充足的营养来维持正常的生理功能。乙肝患者应该摄入足够的蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素和矿物质等营养物质,以保持身体的健康和免疫力的提高。此外,乙肝患者应该避免过度饮食辛辣、油腻等刺激性食物,以免加重肝脏负担。

五、谨慎服用药物

乙肝患者的日常护理中,谨慎服用药物也是非常重要的。因为有些药物可能会对肝脏造成损害,甚至加重病情。因此,乙肝患者在服用药物前应该咨询医生,了解药物的副作用和注意事项。在医

生的指导下谨慎选择药物,避免滥用药物或随意停药。

总之,乙肝患者的日常护理常规包括注意个人卫生、多注意休息、留意和观察大小便、均衡的摄入营养以及谨慎服用药物等方面。这些措施可以帮助患者控制病情,提高生活质量。

在日常生活中,乙肝患者还应该保持乐观的心态和积极的心态,积极参与各种活动,保持身心健康也是控制病情的重要因素。同时,定期到医院进行肝功能检查和病毒量检测也是非常重要的,以便及时了解病情的变化和调整治疗方案。最后,呼吁大家加强对乙肝的认知和预防措施,共同为健康社会贡献力量。

(作者单位:河北省廊坊市第三人民医院)

呼吸衰竭的预防措施

□ 陈丽萍

呼吸衰竭是一种严重的慢性或急性病症,其主要症状包括呼吸急促、呼吸困难、乏力、头晕和食欲不振等。呼吸衰竭通常是由于各种原因导致肺部无法有效地交换氧气和二氧化碳,从而使机体长时间缺氧或二氧化碳滞留。在预防呼吸衰竭的过程中,我们需要关注并改变生活方式和习惯,以降低患病风险。

一、戒烟限酒

烟草和酒精是呼吸衰竭的主要风险因素之一。戒烟和限制酒精摄入可以有效降低呼吸衰竭的患病风险。如果无法完全戒烟,至少应避免吸入二手烟,以减少吸入有害物质的机会。

二、合理饮食

饮食对呼吸系统的影响不容忽视。均衡饮食,摄入足够的蔬菜、水果、全谷物、健康脂肪和优质蛋白质,有助于保持身体健康。此外,饮食中应含有足够的维生素C和E,它们有助于保护呼吸系统免受自由基的伤害。同时,应限制高盐、高糖和高脂肪食物的摄入,这些食物可能会加重呼吸系统的负担。

三、定期锻炼

定期进行适度的体育锻炼可以增强心肺功能,提高身体对氧气的利用率。有氧运动如慢跑、游泳和骑自行车是提高心肺功能的有效方式。此外,进行肌肉锻炼如重量训练也有助于增强身体的整体

健康。重要的是要根据个人的健康状况和体力选择适当的运动强度和时长。

四、睡眠充足

良好的睡眠对呼吸系统至关重要。应避免夜间打鼾和呼吸暂停,这些情况可能会导致睡眠中缺氧,从而对呼吸系统产生不利影响。如果有睡眠问题,可以考虑咨询医生以获取适当的建议。

五、保持良好的精神状态

精神压力和焦虑可能与呼吸衰竭的发生有关。通过放松技巧如深呼吸、冥想和音乐放松来缓解压力,有助于保持良好的精神状态。此外,与亲朋好友保持联系,参加支持团体,以及寻求专业心理咨询也是缓解精神压力的重要途径。

六、定期健康检查

定期进行健康检查可以及早发现潜在的健康问题,如慢性阻塞性肺病(COPD)等,这些疾病可能会增加呼吸衰竭的风险。定期检查可以及早发现并治疗这些问题,从而降低呼吸衰竭的患病率。

总结,通过戒烟限酒、合理饮食、定期锻炼、充足睡眠、保持良好的精神状态以及定期健康检查等生活方式和习惯的改变,我们可以有效降低呼吸衰竭的患病风险。了解这些预防措施并付诸实践,将有助于我们保持呼吸系统的健康,提高生活质量。

(作者单位:河北北方学院附属第一医院呼吸与危重症医学科)