

## 浅谈急危重症患者的心理护理

□ 李治坤

随着现代医学技术的发展,除了对急危重症患者的身体治疗外,心理护理也日益成为医护人员关注的重点。特别是在面对急危重症患者时,他们的心理状态对病情的影响不可忽视。恐惧、焦虑、无助和不安,这些都是急危重症患者常见的心理反应。因此,心理护理对于这类患者来说至关重要。本文将探讨急危重症患者的心理护理,如何安抚恐惧,传递温暖与希望。

首先,我们要了解急危重症患者常见的心理问题。恐惧是他们最普遍的情绪,担心病情恶化、担心无法恢复到正常生活、担心疼痛等等。此外,焦虑和无助也是常见的心理反应,他们可能会感到不知所措,不知

道如何应对自己的病情。因此,医护人员需要关注患者的这些心理反应,提供必要的心理支持。

针对这些心理问题,我们可以采取以下措施进行心理护理:

1. 安抚恐惧:医护人员应以亲切、耐心的态度对待患者,倾听他们的感受,给予积极的回应。对于他们的担忧和恐惧,要给予合理的解释和安慰。同时,可以提供一些轻松的音乐、书籍或影片,帮助他们转移注意力,缓解紧张情绪。

2. 传递温暖:医护人员应以关心和爱护的态度对待患者,让他们感受到温暖。可以通过触摸的方式传递关爱,如轻拍患者

的肩膀、握手或拥抱。这样的举动可以增强患者的信心,让他们感到不那么孤独和恐惧。

3. 给予希望:对于急危重症患者来说,希望是他们坚持下去的动力。医护人员应向患者及其家属传递积极的信息,让他们了解目前的治疗方案、康复进程和预后效果。同时,也要鼓励他们相信自己的能力和医生的专业水平,坚定战胜疾病的信心。

4. 建立良好的沟通渠道:与患者建立良好的沟通渠道非常重要。医护人员应倾听患者的需求和感受,解答他们的疑问,让他们感到被尊重和理解。通过沟通,可以更好地了解患者的心理状态,制定更为合适

的护理方案。

5. 建立支持系统:家属和亲友的支持对患者来说至关重要。医护人员应与患者家属沟通,让他们了解患者的心理状态,提供必要的支持和鼓励。此外,可以邀请心理咨询师为患者提供专业的心理辅导,帮助他们应对心理压力。

总之,心理护理在急危重症患者的治疗过程中起着至关重要的作用。通过安抚恐惧、传递温暖与希望、建立良好的沟通渠道、建立支持系统等措施,我们可以更好地帮助患者应对心理压力,提高治疗效果和生活质量。

(作者单位:河北省邯郸市中心医院)

## 内镜的清洁与消毒方法

□ 曹雪昆

亲爱的读者,当您在医院的消化科、呼吸科、急诊科等众多科室看到内镜的身影时,您可能对内镜的清洁与消毒的重要性感到好奇。内镜,即内部观察或操作的工具,如胃镜、支气管镜、胸腔镜等,它们在医疗诊断和治疗中发挥着关键作用。然而,这些精密的医疗设备在为患者提供帮助的同时,也可能成为细菌和病毒的传播源头。因此,了解如何正确清洁和消毒内镜,对于保障我们的健康至关重要。

### 一、内镜清洁与消毒的重要性

内镜的清洁与消毒是防止医院感染的重要环节。医院感染是指在医院内发生的感染,与患者自身的疾病无关,而是由于医疗操作引起的。内镜的清洁和消毒不当,可能导致病菌和病毒在患者之间传播,进而引发医院感染。

### 二、科学方法清洁与消毒内镜

1. 清洁:首先,使用温和的洗涤剂和水清洗内镜。注意确保所有的血液、粘液和其他污染物都被彻底清除。

2. 酶清洗:使用特殊的内镜清洗剂,这些产品有助于进一步分解和清除污染物。

3. 消毒:使用高温高压消毒法对内镜进行消毒。这种方法能有效杀灭细菌和病毒,确保内镜的清洁度。

4. 干燥:消毒完成后,确保内镜完全干燥,以防止细菌和病毒的滋生。

5. 储存:将干燥的内镜存放在专门的内镜储存柜中,以避免再次污染。

### 三、消毒设备的使用

除了手动清洁和消毒工具外,许多医院还配备了自动清洗消毒机,这种设备能更高效地完成这一过程。使用自动清洗消毒机时,应确保设备运行正常,并定期检查其性能。

### 四、健康保障

内镜的清洁与消毒不仅关乎医疗设备的卫生,也直接关系到患者的健康。定期清洁和消毒内镜可以降低医院感染的风险,提高医疗质量。对于医护人员来说,他们也需要了解并遵守内镜的清洁和消毒程序,以保护自己免受感染。

### 五、总结

总的来说,内镜的清洁与消毒是一个科学的过程,需要遵循一定的步骤和方法。通过正确的清洁和消毒,我们可以确保内镜的卫生状况,从而降低医院感染的风险,提高医疗质量。这对于我们每个人的健康都是一个重要的保障。在这个过程中,我们需要了解并信任我们的医疗团队。他们将使用最新的技术和科学方法来维护内镜的清洁度,以确保我们的健康。让我们共同期待并信任我们的医疗系统。

(作者单位:河北省赵县人民医院)

## 淋巴瘤患者的护理要点

□ 陈亚方

淋巴瘤,一种恶性肿瘤,虽然无法完全治愈,但通过合理的护理,可以有效控制病情,提高患者的生活质量。本文将介绍淋巴瘤的护理要点,帮助患者和家属更好地应对这一挑战。

### 一、心理护理

淋巴瘤患者往往面临巨大的心理压力,从最初的恐惧、不安到治疗过程中的焦虑、抑郁。因此,心理护理是淋巴瘤护理的重要环节。首先,家属要给予患者足够的关爱和支持,倾听他们的感受,帮助他们建立战胜疾病的信心。其次,患者自身也需要保持乐观的心态,积极面对疾病,配合治疗。此外,适量的运动和娱乐活动,如散步、阅读、听音乐等,也有助于缓解压力,提高生活质量。

### 二、饮食护理

淋巴瘤患者的饮食应以清淡、易

消化的食物为主,多吃蔬菜水果,保持营养均衡。同时,根据病情的需要,医生可能会建议一些特殊的饮食安排,如静脉营养、高蛋白饮食等,患者和家属应遵医嘱。需要注意的是,过冷、过热、过硬的食物可能会刺激消化道,引起消化道出血等并发症,应尽量避免。

### 三、日常护理

淋巴瘤患者需要特别注意个人卫生,保持皮肤、口腔、肛周的清洁。特别是肛周的护理,因为淋巴瘤可能会侵犯患者的肛门区域,保持肛周的清洁可以预防感染。此外,患者应穿着宽松的衣物,避免刺激皮肤和限制活动。对于化疗或放疗后的患者,可能会出现脱发的现象,此时应加强头发的护理,保持头发的清洁和滋润。

### 四、治疗期间的护理

淋巴瘤的治疗方法包括手术、化疗、放疗等,每种治疗方法都有其特殊的护理要点。在接受化疗或放疗期间,患者应保持配合的态度,遵从医生的建议,定期检查,及时反馈身体状况。同时,家属应关注患者的身体反应,如有异常应及时向医生报告。治疗结束后,患者应定期回诊复查,以便医生了解治疗效果,及时调整治疗方案。

淋巴瘤的护理是一项复杂而重要的工作,需要患者、家属的共同配合。只有全面了解和掌握护理知识,才能更好地应对这一挑战。希望本文的内容能对淋巴瘤患者和家属有所帮助。在护理过程中遇到任何问题,应及时咨询医生或专业护理人员的建议。

(作者单位:河北省邢台市第一附属医院)

心绞痛是一种常见的冠心病症状,通常表现为胸痛、胸闷、呼吸困难等症状。如果不及时处理,可能会对患者的健康造成威胁。本文将介绍中西医结合的方法来应对心绞痛,帮助患者更好地了解和应对这一常见症状。

### 一、心绞痛的原因和症状

心绞痛的原因主要是由于冠状动脉狭窄或痉挛,导致心肌缺血缺氧所致。典型的症状包括胸痛、胸闷、呼吸困难等,通常会持续数分钟到数十分钟,严重时甚至会持续数小时。疼痛部位通常位于胸骨后部,可放射至心前区、颈部、手臂等部位。此外,心绞痛还可能伴有冷汗、恶心等症状。

### 二、中西医结合应对方案

#### 1. 中医方法

中医认为心绞痛的主要病因是气血不足、心脉不畅所致。因此,中医治疗心绞痛的方法主要包括益气养血、通络止痛。常用的中药方剂包括四物汤、人参养荣汤等,可适当加入活血化瘀、通络止痛的中药,如丹参、川芎等。此外,针灸、推拿等中医治疗方法也对缓解心绞痛有一定的效果。

在日常生活中,患者应注意饮食调理,多食用益气养血的食物,如红枣、枸杞、阿胶等。同时,保持心情舒畅,避免过度劳累,戒烟限酒,这些都有助于缓解心绞痛。

#### 2. 西医方法

对于心绞痛的治疗,西医主要采用药物治疗和手术治疗两种方法。药物治疗主要包括抗血小板药物、他汀类药物、硝酸酯类药物等,以改善心肌缺血、缓解症状为主。手术治疗则包括冠状动脉搭桥术、支架植入术等,以解决冠状动脉狭窄或痉挛为主。

在西医治疗过程中,患者应遵医嘱服药,按时按量服用药物,避免擅自停药或更改药物。同时,患者应定期进行心电图、心肌酶谱等检查,以评估治疗效果和监测病情变化。

### 三、预防与保健

预防心绞痛的关键在于控制危险因素,如高血压、高血脂、糖尿病等。患者应积极控制这些危险因素,保持良好的生活习惯,如饮食清淡、适量运动、控制情绪等。同时,定期进行体检,及早发现冠心病症状,及早进行治疗。

在日常生活中,患者可以进行一些简单的保健操,如太极拳、气功等,以增强心肺功能,提高身体免疫力。此外,避免过度劳累和精神紧张,保持心情舒畅,也是预防心绞痛的重要措施。

总之,心绞痛是一种常见的冠心病症状,中西医结合的方法可以有效地应对这一症状。患者应在医生指导下进行治疗,同时注意日常生活中的调理和保养。只有综合运用中医和西医的方法,才能更好地预防和缓解心绞痛,保护患者的健康。

(作者单位:河北省衡水市中医医院)

## 中西医结合治疗心绞痛效果佳

□ 刘翠

## 探讨胆结石的成因、预防与治疗方法

□ 尹东剑

胆结石是一种常见的消化系统疾病,其特征是在胆囊或胆管内形成结石。虽然胆结石并不像癌症那样致命,但其影响不容忽视。本文将深入探讨胆结石的成因、预防与治疗方法,帮助大家揭开其神秘面纱。

### 一、成因

胆结石的形成与多种因素有关,包括饮食习惯、生活方式、遗传因素等。首先,不良的饮食习惯,如长期摄入高脂肪、高胆固醇的食物,会导致胆汁中的胆固醇浓度过高,从而形成结石。其次,长期缺乏运动、压力过大等生活方式因素也会影响胆汁的正常分泌和排泄,增加结石形成的几率。此外,遗传因素也可能在胆结石的形成中发挥作用。

### 二、预防

1. 调整饮食:保持饮食均衡,减少高脂肪、高胆固醇食物的摄入。多吃蔬菜水果,增加膳食纤维的摄入。

2. 规律作息:保证充足的睡眠,避免熬夜和过度劳累。规律的作息有助于维持体内环境的稳定。

3. 适量运动:适当的运动可以促进胆汁的正常分泌和排泄,降低结石形成的几率。

4. 定期体检:定期进行体检,及早发现胆结石并进行干预。

5. 避免过度饮酒和吸烟:酒精和烟草中的有害物质会对身体健康产生负面影响,增加胆结石的风险。

### 三、治疗

治疗方法取决于胆结石的大小和症状的严重程度。一般来说,以下治疗方法可供参考:

1. 非手术治疗:对于小的胆结石,可以通过调整饮食、改善生活方式等方法进行保守治疗。同时,定期检查也是必要的,以便及时发现病情变化。

2. 药物治疗:在医生的指导下,可以使用一些药物来溶解胆结石或缓解症状。但需要注意的是,药物治疗并非适用于所有胆结石患者,需要根据个体情况制定治疗方案。

3. 手术取石:对于较大的胆结石或症状严重的患者,可以考虑手术治疗。手术方法包括腹腔镜胆囊切除术和开腹胆

囊取石术等,具体手术方式需根据患者病情和医生建议来决定。

在选择治疗方法时,患者应与医生充分沟通,了解各种治疗方法的利弊。选择最适合自己的治疗方案。同时,定期体检也是预防和治疗胆结石的重要手段。只有通过全面的预防和治理措施,才能有效地控制胆结石的发展,提高生活质量。

总之,胆结石是一种常见的消化系统疾病,其形成与多种因素有关。通过调整饮食、改善生活方式、定期体检等预防措施,以及选择合适的治疗方法,我们可以有效地控制胆结石的发展。让我们一起揭开胆结石的神秘面纱,提高对这一疾病的认知水平。

(作者单位:华北石油管理局总医院)