

## 鼻部手术后护理措施

□ 吕春晓

鼻部手术,无论是为了治疗鼻部疾病,如鼻息肉、鼻部肿瘤,还是为了改善鼻子的形态,如鼻整形手术,都需要术后精心的护理。正确的护理措施对于手术后的恢复至关重要。本文将为读者详细介绍鼻部手术后的护理措施,包括饮食、休息、药物使用、清洁和避免的行动等。

### 一、饮食

手术后的一段时间内,应避免刺激性食物,因为这可能会引起伤口的疼痛和不适。建议食用高蛋白、高维生素、易消化的食物,如水果、蔬菜、鱼汤、鸡汤等,以促进伤口的愈合。

### 二、休息

手术后应尽量保持安静,让患者多休息,避免剧烈的运动和体力劳动,以免触碰手术部位,导致伤口裂开或出血。同时,保证充足的睡眠,有助于恢复

体力,促进伤口愈合。

### 三、药物使用

按照医生的指示正确使用药物是非常重要的。抗生素的使用有助于防止感染,止痛药可以缓解疼痛。如果感到不适,应及时告知医生。

### 四、清洁

手术后,应对手术区域进行清洁,避免感染。使用无刺激性的洁面乳或湿巾清洁,动作要轻柔,避免刺激伤口。如果感到疼痛或不适,应咨询医生。

### 五、避免的行动

手术后的一段时间内,应避免让鼻子受到压力或碰撞。这包括游泳、潜水、进行激烈的运动,以及从事需要频繁使用鼻子进行呼吸的劳动。此外,在鼻整形手术中,新植入或移植植物可能需要一些时间来适应,因此应避免触摸或挤压这些部位。

### 六、术后复查

手术后应定期回到医生办公室进行复查。这可以帮助医生评估你的恢复情况,确保没有并发症的发生。通常在手术后的一周、两周和一个月都需要回到医生办公室。在此期间,如有任何不适或问题,都应及时联系医生。

### 七、心理调适

鼻部手术后的护理不仅仅是身体上的,还包括心理上的调适。许多人在经历鼻部手术后会感到焦虑或不安。这是完全正常的反应,我们建议你与亲朋好友分享你的感受,寻求他们的支持和理解。同时,可以阅读相关的健康手册或咨询专业的医疗心理健康机构来帮助你应对情绪上的困扰。

### 八、日常护理

在手术后的恢复期结束后,你需要继续保持一些良好的日常护理习惯。例

如,保持鼻腔的清洁,避免用力擤鼻或挖鼻,因为这可能会导致鼻血流出或使伤口裂开。同时,注意保持口腔卫生,以防止感染。避免过度劳累和压力过大,因为这些都可能影响你的恢复过程。

### 九、防晒和保湿

手术后的一段时间内,你需要特别注意防晒和保湿。避免长时间暴露在阳光下,因为这可能会引起色素沉着。同时,使用温和的保湿产品来保护你的皮肤。

总的来说,鼻部手术后的护理是一项需要耐心和细心的任务。遵循医生提供的建议和本文的指导,你将能够顺利地度过这个阶段,恢复到最佳的健康状态。最后,请记住,如果你有任何疑问或担忧,都应该及时向你的医生咨询。

(作者单位:河北省香河县人民医院)

## 核磁共振在神经系统疾病诊断中的应用

□ 吕京虎

核磁共振(MRI)是一种无创、无辐射的医学影像检查技术,广泛应用于神经系统疾病的诊断。它通过磁场和射频脉冲,对生物组织进行成像,能够提供有关神经系统疾病的详细信息,有助于医生制定精确的诊断和治疗方案。本文将详细介绍核磁共振在神经系统疾病诊断中的应用。

### 一、脑部肿瘤的诊断

脑部肿瘤是神经系统疾病中常见的病症之一,核磁共振是诊断脑部肿瘤的首选方法。通过核磁共振,医生可以清晰地看到肿瘤的大小、形状、位置以及是否

出现转移等情况。与其他检查方法相比,核磁共振能够更准确地评估肿瘤的性质,如良恶性。此外,核磁共振还可以检测到微小的肿瘤,这在早期诊断和治疗中具有重要意义。

### 二、脊髓疾病诊断

脊髓疾病,如脊髓压迫症和脊髓损伤,会对患者的运动、感觉和自主神经功能造成严重影响。核磁共振能够清晰地显示脊髓的结构和病变,为医生提供准确的诊断信息。通过核磁共振,医生可以评估脊髓损伤的程度、位置以及是否需要手术治疗。

### 三、脑部血管疾病诊断

脑血管疾病,如脑梗塞和脑出血,是常见的神经系统疾病。核磁共振可以清晰地显示脑血管的形态和血流情况,为医生提供准确的诊断信息。核磁共振还可以检测到微小的血管病变,如动脉粥样硬化和脑微出血点,这对于早期发现和

### 四、神经退行性疾病诊断

神经退行性疾病,如阿尔茨海默病和帕金森病,是常见的神经系统疾病。核磁共振可以提供有关神经退行性病变的详细信息,如脑萎缩、脑部斑块和神经纤维

损失等。通过核磁共振,医生可以评估病情的发展和变化,为患者制定个性化的治疗方案。

核磁共振在神经系统疾病诊断中具有广泛的应用,包括脑部肿瘤、脊髓疾病、脑部血管疾病和神经退行性疾病的诊断。它能够提供有关神经系统疾病的详细信息,帮助医生制定精确的诊断和治疗方案。在进行核磁共振检查时,需要注意一些事项,如检查前后的饮食和活动限制,以及必要的准备工作,以确保检查的准确性和安全性。

(作者单位:河北省赵县人民医院)

## 妊娠期高血压疾病的护理方法

□ 吕艳丽

妊娠期高血压疾病是妊娠期常见的并发症,对于孕妇和胎儿的健康都可能产生影响。了解并掌握妊娠期高血压疾病的护理内容,对于孕妇的康复和胎儿的正常发育都非常重要。

### 一、心理护理

妊娠期高血压疾病的孕妇常常会感到焦虑、紧张,担心自己的身体和胎儿的健康。因此,心理护理是非常重要的。家庭成员应该给予孕妇足够的支持、关爱和鼓励,以帮助她们放松心情,积极面对疾病。同时,孕妇自身也需要学会调整心态,保持乐观积极的态度,这对疾病的治疗和康复非常重要。

### 二、饮食护理

妊娠期高血压疾病的孕妇需要特别

注意饮食。首先,要保证充足的营养摄入,特别是蛋白质和钙质的摄入。其次,要控制盐分的摄入,因为过多的盐分可能导致血压升高。建议孕妇食用低盐、清淡的食物,避免腌制品和含盐量高的食品。此外,孕妇还需要摄入足够的蔬菜和水果,以保持身体健康。合理的饮食有助于控制血压,同时也有利于胎儿的生长发育。

### 三、休息与活动

妊娠期高血压疾病的孕妇需要保证充足的休息时间,避免过度劳累。适当的休息有助于降低血压,缓解症状。同时,孕妇也需要适当活动,以促进血液循环,增强体质。建议在医生指导下进行活动,避免剧烈运动。

### 四、监测病情

妊娠期高血压疾病的孕妇需要定期进行病情监测,包括测量血压、检查蛋白尿等。孕妇应定期到医院进行检查,并按照医生的建议进行相应的治疗和护理。同时,孕妇也需要学会自我监测病情,如出现头痛、恶心等症状,应及时就医。

### 五、预防并发症

妊娠期高血压疾病可能会引发一系列并发症,如胎盘早剥、子痫等。因此,孕妇需要密切关注身体状况,预防并发症的发生。在日常生活中,孕妇应避免过度劳累,保持充足的睡眠和休息时间。同时,孕妇应避免接触有害物质和药物,以减少对胎儿的伤害。如果出现异常情况,应及时就医。

### 六、健康教育

对于妊娠期高血压疾病的孕妇,健康教育是非常重要的。孕妇需要了解妊娠期高血压疾病的发病原因、治疗方法、注意事项等知识。家庭成员也应该积极参与健康教育过程,帮助孕妇更好地了解自己的病情,增强自我护理能力。

总之,妊娠期高血压疾病的护理内容包括心理护理、饮食护理、休息与活动、病情监测、预防并发症和健康教育等方面。孕妇和家庭成员需要密切关注这些方面,积极配合医生的治疗和建议,以帮助孕妇早日康复,保障胎儿的健康发育。

(作者单位:河北省承德县下板城中医院)

## 霉菌性阴道炎的病因与症状

□ 马春星

霉菌性阴道炎,也称为念珠菌性阴道炎,是一种常见的妇科炎症。它通常由白色念珠菌引起,这种真菌通常存在于阴道内,是一种正常菌群。然而,当某些因素改变时,例如免疫力下降、使用抗生素、怀孕、糖尿病等,念珠菌数量会增加,导致炎症。

霉菌性阴道炎的症状主要包括阴道分泌物增多,呈豆腐渣样或乳凝块状,同时伴有瘙痒、灼热感、疼痛等。如果炎症持续存在,还可能出现性交疼痛、尿频尿痛等症状。

### 一、霉菌性阴道炎的病因

1. 免疫力下降:当身体疲劳、营养不良、过度饮酒或使用抗生素时,免疫力下降,容易导致念珠菌过度生长。

2. 阴道环境改变:频繁使用阴道冲洗剂或护理产品,破坏了阴道本身的自然酸碱平衡,为念珠菌提供了生长环境。

3. 怀孕或糖尿病:怀孕期间激素水平的变化和糖尿病患者的糖代谢异常也会影响阴道环境,增加感染风险。

### 二、正确应对霉菌性阴道炎

1. 保持清洁:保持外阴清洁干燥,勤换内衣裤。避免使用含有香料或化学物质的洗液或护理产品。

2. 调整生活习惯:避免过度劳累,保证充足的睡眠,饮食清淡均衡,避免过度饮酒。

3. 正确使用抗生素:在使用抗生素时,要遵医嘱,正确使用抗生素疗程和剂量,以免破坏阴道环境。

4. 及时就医:如果出现严重的瘙痒、分泌物异味等症状,应及时就医,寻求专业医生的帮助。

5. 健康生活方式:保持适当的运动,增强身体抵抗力;保持规律作息,保证充足的睡眠;避免压力过大,放松心情。

6. 药物应对:在医生的指导下,可使用抗真菌药物进行治疗。通常为局部用药,如克霉唑栓剂、咪康唑栓剂等。一般治疗疗程为一周左右,症状消失后需进行复查,医生会根据结果进行后续治疗和

### 三、预防霉菌性阴道炎的方法

1. 增强免疫力:保持健康的生活习惯,包括充足的睡眠、均衡的饮食、适量的运动和避免过度饮酒和滥用药物。

2. 避免过度使用阴道冲洗剂或护理产品:这些产品可能会破坏阴道的自然酸碱平衡,导致炎症。

3. 定期检查:对于怀孕或糖尿病患者,定期进行妇科检查和阴道分泌物检查,可以及早发现并治疗炎症。

4. 及时治疗其他疾病:如糖尿病等全身性疾病应及时治疗,以减少霉菌性阴道炎的发生风险。

总之,霉菌性阴道炎是一种常见的妇科炎症,通过了解病因和症状,以及正确的应对方法,我们可以有效地预防和

治疗这种疾病。保持良好的生活习惯和健康的生活方式是预防和治疗各种妇科炎症的关键。

(作者单位:河北北方学院附属第一医院)