

中西医治疗糖尿病有何区别

熊英

在现代医学中,糖尿病是一种常见的慢性疾病,它主要影响血糖代谢,导致体内血糖水平过高。糖尿病的病因复杂,包括遗传、环境、生活方式等多种因素。糖尿病的主要症状包括多饮、多食、多尿、体重减轻等,如果不及时治疗,可能导致各种并发症,如失明、肾衰竭、神经病变等。

在西医中,糖尿病的治疗主要包括饮食控制、运动、药物等。其中,药物治疗是最主要的方法之一,包括口服降糖药和胰岛素。西医认为,通过药物治疗可以有效地控制血糖水平,预防并发症的发生。

相比之下,中医对糖尿病的认识和治

疗方法则有所不同。中医认为糖尿病的病因主要是由于饮食不节、情志失调、劳倦内伤等导致体内阴虚火旺,进而影响脾胃功能,导致脾胃运化失常,进而影响水谷精微的吸收和利用,最终导致血糖代谢紊乱。因此,中医治疗糖尿病的主要方法是以调理脾胃为主,通过调节脏腑功能,达到恢复气血、平衡阴阳的目的。

中西医对糖尿病的认识和治疗方法的差异源于其不同的理论基础。西医以解剖学和生理学为基础,通过研究疾病的病因和发病机制来寻找治疗方法;而中医则以阴阳五行、脏腑经络等理论为基础,强调整

体观念和辨证施治。因此,在临床实践中,中西医应该相互借鉴、取长补短,以达到更好的治疗效果。

那么,中西医是如何看待糖尿病的呢?首先,西医认为糖尿病是一种慢性疾病,需要长期治疗和管理。患者需要了解自己的病情,掌握正确的饮食和运动方法,定期监测血糖水平,并根据医生的建议调整药物剂量。同时,西医也强调心理治疗的重要性,鼓励患者保持积极乐观的心态,增强战胜疾病的信心。

相比之下,中医则认为糖尿病是一种身心性疾病,需要从整体角度进行治疗。中

医认为脾胃是人体气血生化之源,调理脾胃是治疗糖尿病的关键。患者可以通过调整饮食、改善生活方式、调节情志等方法来调理脾胃功能,从而达到治疗糖尿病的目的。此外,中医还注重个体化治疗和辨证施治,根据患者的具体情况制定个性化的治疗方案。

总之,中西医对糖尿病的认识和治疗方法存在差异,但都是为了更好地帮助患者控制病情,预防并发症的发生。在临床实践中,中西医应该相互借鉴、取长补短,以提高治疗效果。

(作者单位:河北省承德县中医院)

孕期合理搭配食物的重要性

徐敏

孕期是女性生命中的一个特殊时期,这个时期孕妇的身体和胎儿的发育都需要充足的营养。然而,很多孕妇在孕期体重增长过快,不仅影响自身健康,还会给胎儿的发育带来潜在风险。因此,合理搭配食物,保持健康体重在孕期至关重要。

一、孕期合理搭配食物的重要性

孕期合理搭配食物对于孕妇和胎儿的健康至关重要。首先,营养丰富的食物能够为孕妇提供足够的能量,满足身体的需求。其次,合理的饮食搭配有助于控制体重增长,避免孕期肥胖和妊娠糖尿病等并发症的

发生。此外,健康的饮食习惯还有助于孕妇保持良好的心理状态,从而有利于胎儿的发育。

二、如何合理搭配食物

1. 控制热量摄入:孕妇在孕期要适当控制热量的摄入,不要盲目追求美食,以免摄入过多的热量导致体重增长过快。建议每天的热量摄入量根据个人的体质和身高进行计算。

2. 多样化食物选择:孕妇应尽量选择多样化的食物,保证营养均衡。肉类可以选择鱼、禽、蛋、瘦肉等;蔬菜和水果也是必不可

少的;适当吃一些粗粮、坚果和奶制品,有助于补充身体所需的营养物质。

3. 控制糖分和脂肪摄入:糖分和脂肪摄入过多是导致体重增长过快的主要原因之一。孕妇应避免食用过多的油炸食品、甜食、糖果等高脂肪、高糖分的食物。同时,要控制碳水化合物的摄入量,避免食用过多的精制碳水化合物。

4. 适量饮水:孕妇应保持充足的水分摄入,每天至少喝8杯水。充足的水分有助于代谢废物,帮助控制体重。

三、健康体重的保持

除了合理搭配食物外,孕妇还应保持适当的运动,定期产检,了解自己的体重增长情况。此外,孕妇还要学会调整自己的心理状态,保持心情愉快,这对胎儿的发育也有积极的影响。

结论:孕期合理搭配食物,保持健康体重对于孕妇和胎儿的健康至关重要。通过控制热量摄入、多样化食物选择、控制糖分和脂肪摄入、适量饮水以及保持适当的运动等措施,孕妇可以有效地控制体重增长,确保母婴健康。

(作者单位:河北省石家庄市第四医院)

手术室中的急救措施

薛丽娜

手术室是对病人进行检查、诊断、治疗与抢救的重要场所,是现代医院的关键技术部门,由于其承担着最为复杂、繁重的治疗任务,因此难免会遇到各种突发状况。对此,如何有效而快速地加以应对,是手术室全体医护人员需要面对的重大挑战。这里就来说一说手术室突发状况的紧急应对措施。

1. 突发大批量伤患的应急

此种突发事件主要是因为火灾、车祸、泥石流、食物中毒等意外灾害发生导致的。手术室作为抢救工作的第一线,应急处置水平的高低会直接影响到伤患的生命健康。医护人员在受到大批的伤患抢救通知之后,需要马上询问伤患的入院时间、病情、种类、数量等内容。并立即通知护士长,由其合理分配人手进行急救工作。同时还应及时向医院总值班报告,联系检验科、输血科以及其他相关科室做好工作准备。手术室内则应提前准备并布置好相应的急救

物品与手术用具。

2. 药物过敏的应急处理

如果在手术用药后伤患表现出不适症状,则需要马上停止用药,并告知医生,通知药剂科负责人员。根据医嘱予以针对性处理,严格监控伤患的病情变化、生命体征等情况,并将剩下的药液密封,暂时存于药剂科,方便后续查找具体原因。

3. 术中大出血的应急处理

若是在实施手术的过程中伤患突发大出血,则需要及时建立相应的静脉通路,加快输血、输液的速度,并立即通知护士长组织人手展开抢救,同时还要准备好急救、止血所需要的器械和药品,根据医嘱科学加

以科学止血,严格观察病人情况变化,并做好相应得医疗记录。

4. 呼吸心跳骤停的应急处理

针对手术过程中突然发生的心搏骤停情况,如果病人为进行气管插管的,护理人员则需要应辅助麻醉师对病人插管,并对其心脏进行胸外按压,同时还要开辟合理的静脉通路,根据医嘱对病人用药,仔细观察病人的体征变化,做好对整个抢救过程的记录。

5. 输血反应的应急处理

一旦病人出现输血反应,需要马上停止输血,使用新的输血器对病人输生理盐水,还要在第一时间告知医生,根据医嘱来

给病人用药,做好相应的抢救准备,认真观察对方的病情变化。之后还应把血液密封留存,并进行输血反应记录,方便后续输血科复查。

6. 手术室物品清点有误差的应急

若手术结束后物品清点出现误差,则需要马上上报总护士长与手术医生,仔细检查所有地方,坚决做到术中用物不离室(包括粪便、脓液等)。如果再三查找无效,还应在保证病人病情不受影响的基础上,与其商讨进行X光等项目检查,只有在确认物品不在创口之后,才能彻底封闭创口。同时还应请对方在手术护理记录单上签字,并由巡回护士注明物品查找的具体经过。

手术护理与病人的生命健康息息相关,若是出现事故或缺陷,将会给病人造成巨大的痛苦和损失。为尽可能保障病人的医疗安全,必须建立了一套严密、科学的手术室应急预案,将手术过程中突发状况的危害降到最低。

(作者单位:河北省香河县人民医院)

健康饮食的几点建议

薛先奇

随着生活水平的提高,人们日益注重自身的健康状态。近年来我国民众中糖尿病、心脏病等患病率不断上升,国民饮食类型转变为高糖、高盐型是导致慢性病高发的重要原因。科学的饮食可以避免过多摄取营养物质从而影响身体健康,保持良好的饮食习惯及合理的营养是保证身体健康预防疾病的首要因素。饮食调理得当可以提高机体抗病能力,健康饮食需要养成良好的饮食习惯和生活方式。通过多样化饮食、多吃蔬菜水果、适量摄入蛋白质、选择健康脂肪、控制糖分和盐分摄入、饮食规律性和适度饮酒等措施,可以保持

健康的身体和充沛的精力。

1. 多样化饮食:保持饮食多样化可以确保获得各种营养素,包括蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素和矿物质等。日常生活中每天需要摄入不同种类的食物,包括蔬菜、水果、全谷物、豆类、坚果和种子等,以获得全面的营养。

2. 多吃蔬菜水果:蔬菜和水果富含维生素、矿物质和膳食纤维,是健康饮食的重要组成部分。每天至少食用五份水果和蔬菜,确保获得足够的营养。

3. 适量摄入蛋白质:蛋白质是身体细胞、

组织和器官的基本构建模块,适量摄入蛋白质可以帮助我们保持健康的身体。优质蛋白质的来源包括肉类、鱼类、禽类、豆类和坚果。建议每天摄入适量的蛋白质。

4. 选择健康脂肪:脂肪是身体所需的重要营养素,要选择健康的脂肪来源。橄榄油、鱼类(特别是富含Omega-3脂肪酸的)和坚果是健康的脂肪来源。避免过多摄入饱和脂肪和反式脂肪酸,这些脂肪通常存在于加工食品和快餐中。

5. 控制糖分和盐分摄入:过多的糖分和盐分摄入都会对身体健康造成负面影响。建

议控制糖分和盐分的摄入量,避免高糖和高盐的食品,如糖果、甜饮料、加工食品等。

6. 饮食规律性:保持饮食规律性有助于维持稳定的血糖水平,避免饥饿感或过度饮食。建议定时定量地进食,坚持三餐规律避免暴饮暴食或晚餐。

7. 适度饮酒:适度饮酒或避免饮酒是保持身体健康的重要措施,饮酒过量会对身体健康造成负面影响,包括肝脏问题、心血管疾病等。建议适度饮酒或避免饮酒。

(作者单位:河北省平山县人民医院)

中医护理技术的基本特点

闫丽君

中医护理技术在我们的医疗体系中有着深远的历史和广泛的应用。作为一种独特的医疗方式,它融合了哲学、医学和养生等多种理念,具有独特的护理技术和理论。这篇文章将深入探讨中医护理技术的基本特点,帮助大家更好地理解这一独特的医疗方式。

一、整体观念

中医护理技术的第一个特点就是整体观念。这意味着中医看待疾病和护理时,会从整体的角度出发,关注患者的身体状况,而不仅仅是疾病的某个部分。这种整体观

念体现在中医的望、闻、问、切四诊中,也体现在护理过程中对患者的全面关注。

二、辨证施护

辨证施护是中医护理技术的核心特点之一。中医认为,疾病的发展和变化受到个体差异、环境因素、季节变化等多种因素的影响,因此治疗和护理也应因人而异。中医护理人员会根据患者的体质、病情、年龄、性别等因素,制定个性化的护理方案,以达到最佳的护理效果。

三、内外调护

中医护理技术注重调护患者的内环境

和外环境,以达到治疗和康复的目的。在护理过程中,中医会根据患者的病情,运用各种中医护理技术,如按摩、针灸、拔罐、艾灸等,来调整患者的气血、经络和脏腑功能。同时,中医也会关注患者的饮食、起居、情志等方面,通过调护内外环境,达到治疗和康复的目的。

四、预防为主

中医护理技术强调预防为主,防患于未然。中医认为,疾病的发生和发展是一个渐进的过程,早期预防和干预可以有效减少疾病的发生和恶化。因此,中医护理人员

会根据患者的具体情况,制定预防为主为主的护理方案,帮助患者预防疾病的发生和发展。

中医护理技术以其整体观念、辨证施护、内外调护、预防为主和和谐共处等特点,为患者提供了独特的护理服务。这些特点不仅体现了中医的智慧和博大精深,也为患者带来了更加全面和个性化的护理服务。随着人们对健康和品质的追求不断提高,中医护理技术将会在医疗体系中发挥越来越重要的作用。

(作者单位:河南大学淮河医院)