

血液透析患者的居家管理

□ 孙爱云

血液透析是一种用于治疗肾功能衰竭患者的医疗方法,它通过将患者的血液引出身体,通过透析器,再回输回患者体内,以达到清除体内废物、维持电解质和酸碱平衡的目的。对于血液透析患者来说,除了在医院接受治疗外,居家管理同样重要。本文将介绍血液透析患者的居家管理,包括饮食、休息、运动、心理等方面的内容。

一、饮食管理

血液透析患者需要控制饮食,以减轻肾脏的负担。患者应遵循低盐、低脂肪、高蛋白的原则,适量摄入富含维生素和矿物质的食物,如水果、蔬菜等。同时,血液透析患者需要控制饮水量,避免过多饮水导致体内水分过多,影响透析效果。

二、休息管理

血液透析患者需要保证充足的休息时间,以利于身体的恢复。患者应尽量减少体力活动,避免劳累,保持良好的睡眠质量。同时,在透析过程中,患者需要密切关注自己的身体状况,如有不适,应及时就医。

三、体重管理

体重管理对于血液透析患者来说至关重要。因为患者需要保持一定的体重,以避免出现水肿、呼吸困难等症状。为了有效地控制体重,患者需要制定一个合理的饮食计划,控制饮水,并定期监测体重。

接下来,我们来探讨一下如何控制饮水。对于血液透析患者来说,饮水过多可能会导致水肿和血压升高。因此,控制饮水是体重管理的重要一环。以下是一些建议:

- 限制饮水量:患者应该遵循医生建议的饮水量,避免过量饮水。一般来说,医生会根据患者的体重、尿量等因素来制定个性化的饮水量。
- 每周血液透析3次者:500ml/日+前一天的尿量。
- 每周血液透析2次者:300ml/日+前一天的尿量。
- 两次血液透析期间体重增长应控制在体重的3%-5%范围内。
- 两次血液透析期间体重增长不超过2-3公斤。

总之,血液透析患者的居家管理对于患者的身体恢复和健康至关重要。患者在遵循饮食、休息、运动等方面的管理原则的同时,应学会自我控制饮水,及时发现异常情况并就医。家属和亲友也应给予患者关心和支持,帮助患者度过难关。
(作者单位:河北省河间市人民医院)

头晕的病因及应对方法

□ 孙晓萌

头晕是一种常见的症状,可能由多种病因引起。本文将详细介绍头晕的病因,并探讨前庭功能检查在头晕诊断中的应用。

一、头晕的病因

1. 神经功能失调头晕可能是由于神经功能失调引起的,表现为头昏、眩晕、头痛等症状。这种头晕可以通过调整生活习惯、保持心情舒畅、适当锻炼等方式来缓解。

2. 颅内病变头晕可能是由于颅内病变引起的,如脑出血、脑梗死等。这些疾病会导致脑组织损伤,影响神经功能,从而引起头晕。对于这类患者,需要进行头颅CT或MRI检查以明确诊断。

3. 眼耳疾病头晕可能是由于眼耳疾病引起的,如美尼尔综合症、前庭神经炎等。这些疾病会导致前庭功能受损,影响身体的平衡感,从而引起头晕。对于这类患者,需

要进行前庭功能检查以明确诊断。

4. 睡眠不足长期睡眠不足会导致头晕、头痛等症状。这类患者可以通过调整作息时间、保证充足的睡眠来缓解症状。

二、前庭功能检查

前庭功能检查是一种用于诊断前庭功能疾病的检查方法,包括静态试验、动态试验和眼震电图等。通过前庭功能检查,可以了解前庭器官的功能状况,从而帮助医生确定头晕的病因。

1. 静态试验患者处于静坐状态,观察其姿势、眼球运动和面部表情等是否正常,以判断是否存在前庭器官的病变。

2. 动态试验患者在静止状态下进行一系列的运动,如坐位、站位、行走、旋转等,观察其平衡感和反应是否正常。如果存在前庭功能异常,患者在运动时会感到眩晕、平衡失调等症状。

3. 眼震电图通过观察眼球的运动轨迹来判断前庭器官的功能状况。眼震电图对于诊断前庭神经炎等疾病具有较高的准确性。

三、应对方法

针对不同的病因,应对方法也不同。对于神经功能失调引起的头晕,可以通过调整生活习惯、保持心情舒畅、适当锻炼等方式来缓解;对于颅内病变引起的头晕,需要立即就医,接受治疗;对于眼耳疾病引起的头晕,需要进行前庭功能检查以明确诊断,并根据检查结果进行治疗。

总之,头晕是一种常见的症状,可能由多种病因引起。针对不同的病因,应对方法也不同。因此,对于头晕患者,需要及时就医,接受专业的诊断和治疗。
(作者单位:河南省巩义市人民医院)

继发性高血压与原发性高血压的区别

□ 孙萍

在我们的日常生活中,血压的稳定对我们的健康至关重要。高血压是一种常见的健康问题,它影响着全球数亿人。在高血压的众多类型中,继发性高血压和原发性高血压是最为常见的两种。那么,这两种高血压之间有何区别呢?本文将为您揭开它们的神秘面纱。

首先,让我们了解一下原发性高血压。原发性高血压是一种没有明显原因的高血压,通常与遗传、年龄、性别、饮食、生活习惯等因素有关。原发性高血压的典型特点是血压升高持续时间长,可能伴随患者终身。尽管原发性高血压的病因不明,但通过

改变生活方式、控制饮食、适量运动等,可以有效地控制血压,降低并发症的发生风险。

相比之下,继发性高血压则是由其他疾病或因素引起的高血压。这类高血压通常有明确的病因,如肾脏疾病、内分泌失调、睡眠呼吸暂停综合症等。这些病因可能导致体内某些器官的功能障碍,进而影响血压的调节机制,引发高血压。继发性高血压的特点是血压升高通常是暂时的或伴随其他疾病症状出现,一旦病因得到有效治疗,血压通常会随之下降。

在诊断上,医生会根据患者的症状、病史、体格检查以及各种检查手段来确定患

者的高血压类型。例如,肾功能检查、肾上腺超声波、睡眠呼吸暂停评估等可能有助于确定是否存在继发性高血压。而原发性高血压的诊断主要依赖于血压的测量和家族史的询问。

在治疗方面,继发性高血压的治疗主要针对其病因,如控制血糖、治疗肾脏疾病等。而原发性高血压的治疗则更为综合,包括改变生活方式、控制饮食、适量运动等。药物治疗也是原发性高血压的重要手段,但需要在医生的指导下进行,以避免副作用的发生。

总之,继发性高血压和原发性高血压

虽然都是高血压的类型,但它们在病因、诊断和治疗方面存在明显的差异。了解这两种高血压的区别有助于我们更好地理解自己的健康状况,并采取相应的治疗措施。对于我们每个人来说,了解自己的血压状况以及可能引发高血压的风险因素至关重要。定期测量血压,保持良好的生活习惯,如健康饮食、适量运动、控制体重等,都是预防和控制高血压的有效方法。如果发现自己的血压异常升高或存在其他不适症状,应及时就医,以便医生根据具体情况制定合适的治疗方案。
(作者单位:河北省沧州市中心医院)

小儿肺炎的病因及临床表现

□ 宋倩倩

在小儿期,比较常见的呼吸道疾病是肺炎,该疾病表现症状不明显,很容易被妈妈们忽视,因此,一旦发现小儿感冒咳嗽,一定要及时抱着小儿到正规医院进行诊断和治疗,如果延误病情,会错失最佳治疗时机,导致小儿出现严重呼吸衰竭,面临死亡风险。接下来,详细介绍小儿肺炎相关知识。

一、小儿肺炎定义

小儿肺炎是小儿时期重要的常见呼吸道疾病,主要是由细菌、病毒、病原体引起的肺炎,该疾病常见于春夏秋冬四季,一旦延误病情,会引起合并中毒性脑病等各种并发症,最终影响儿童生活质量,甚至危及生命。

二、小儿肺炎常见病因

(一)细菌性肺炎

细菌性肺炎主要是由金黄色葡萄球菌、肺炎链球菌等多种细菌病原体导致的,

该疾病一旦延误病情,会加重小儿患者肺炎症状。

(二)病毒性肺炎

病毒性肺炎主要是由呼吸道合胞病毒、副流感病毒、流感病毒等多种病毒病造成的。

(三)非典型病原体所致肺炎

引起小儿肺炎的非典型病原体主要包含肺炎支原体、肺炎衣原体。其中,肺炎支原体是1~3岁婴幼儿、学龄前儿童、学龄期儿童出现肺炎常见的病原体;肺炎衣原体除了多见于学龄期儿童外,还多见于青少年。

(四)真菌性肺炎

真菌性肺炎作为一种常见的小儿常见的肺部炎症,主要是由球孢子菌、白色念珠菌等多种真菌病原体感染所导致的。这种病因多发生于免疫力低下的患儿。

(五)非感染病因引起的肺炎

小儿肺炎除了由以上原因导致外,还由吸入异物、羊水、类脂物等非感染病因所导致的。

三、小儿肺炎的临床表现

1. 发热:小儿肺炎最常见的症状之一就是发热,高热通常是儿童肺炎的显著症状;2. 咳嗽:小儿肺炎的另一个常见症状是咳嗽,咳嗽可能是干咳或痰咳,并可能伴有胸闷和喘息;3. 呼吸困难:肺部感染和炎症会导致孩子出现气短、喘息,甚至呼吸困难,尤其是在剧烈活动或夜间时;4. 呼吸道症状:小儿肺炎还可能伴有鼻塞、流鼻涕、咽喉痛等呼吸道症状。这些症状与普通感冒相似,但持续时间更长;5. 疲劳、食欲;6. 其他症状:肺炎患儿还可能出现头痛、肌肉痛、腹痛、恶心、呕吐等症状,但这些各种症状的发生与病毒或细菌感染的类型有关。

四、肺炎患儿居家护理注意事项

- 居住环境一定要空气新鲜,注意温度要适宜;
- 注意呼吸道通畅,对于肺炎患儿,早晨起床后咳嗽比较多,痰也比较多。此种情况可以给予拍背,拍背以后要及时清理口和鼻分泌物;
- 饮食要注意清淡、营养均衡、少吃多餐,并且要充分饮水;
- 一定要注意观察患儿病情变化,如果小儿高热不退,或者有呼吸困难、精神不振等,一定要及时就医。

总之,肺炎是小儿时期最常见的疾病,给宝宝造成痛苦不说,还影响家庭的正常生活和工作。希望每位家长都能提高警惕,强化认知,促进预防,共同努力,抗击肺炎,守护每个宝宝的健康。

(作者单位:河北省香河县人民医院)

肾病综合症的并发症有哪些

□ 孙晓成

肾病综合症是一种常见的肾脏疾病,其特征性表现为尿蛋白增加、水肿、高脂血症等。除了这些常见症状,肾病综合症还可能引发一系列并发症,其中最常见的是血栓形成。本文将详细介绍肾病综合症的并发症以及形成血栓的原因。

一、肾病综合症并发症

1. 感染:肾病综合症患者由于尿蛋白的大量丢失,导致免疫功能降低,容易发生感染。常见的感染部位包括呼吸道、消化道、皮肤等。

2. 血栓形成:肾病综合症患者由于尿蛋白的大量丢失,导致血液的高凝状态,容易发生血栓形成。血栓形成可发生在身体的各个部位,如下肢静脉、肺动脉、脑血管等。

3. 肾损伤:肾病综合症的长期或严重表现可能导致肾功能受损,特别是对于那些肾功能不全或肾功能衰竭的患者。

4. 脂质代谢异常:肾病综合症患者由于高脂血症和脂肪代谢紊乱,可能引起动脉粥样硬化、冠心病等。

5. 急性肾衰竭:严重肾病综合症患者可能出现急性肾衰竭,表现为尿量减少或无尿,需要进行透析治疗。

二、肾病综合症形成血栓的原因

1. 肝脏代偿性合成蛋白质过程中产生凝血物质:肾病综合症患者会出现大量尿蛋白漏出,导致低蛋白血症。为了代偿这一状况,肝脏会代偿性合成蛋白质。在合成蛋白质的过程中,会形成凝血物质,如纤维蛋白原等。这些凝血物质会加重血液的凝血状态,增加血栓形成的可能性。

2. 高脂血症导致血液黏稠:肾病综合症患者常出现高脂血症,血液中的脂肪含量增加会导致血液黏稠度增加。高脂血症会促进血栓的形成,特别是在蛋白尿多、低蛋白血症严重的患者中,发生血栓的可能性更高。

3. 皮下水肿和血液浓缩:肾病综合症患者常出现皮下水肿,导致血管中的水分过多。同时,由于血液中的蛋白减少,血液浓缩,血液黏稠度增加,这些因素都增加了血栓形成的可能性。特别是对于膜性肾病的患者,由于尿蛋白漏出较多,血液浓缩更明显,血栓形成的可能性更高。

总的来说,肾病综合症的并发症和形成血栓的原因是多方面的。为了预防和治疗这些并发症,医生通常会根据患者的具体情况制定个体化的治疗方案。同时,肾病综合症患者也需要注意生活习惯的调整,如保持健康的饮食、适当的运动和充足的休息等。
(作者单位:河北省河间市人民医院)