

# 针灸与拔罐在妇科中的应用

□ 张宁

中医作为中国传统医学的瑰宝，在妇科疾病的治疗中拥有独特的优势和方

再发作。

2. 辅助治疗盆腔炎与子宫脱垂

对于盆腔炎患者，针灸可通过改善局部血液循环，消除炎症，缓解小腹部疼痛及瘙痒等症状。

对于轻度子宫脱垂患者，针灸可通过提升阳气、升阳举陷，促进子宫恢复正常位置。

3. 促进卵泡发育与改善不孕

针灸在治疗多囊卵巢综合征、卵巢早衰及不孕不育等疾病中，通过调整内分泌系统，促进卵泡发育与排卵，提高受孕率。针灸还能改善患者的体质，减少肥胖等伴随症状。

二、拔罐在妇科中的应用

拔罐作为中医传统外治法之一，通过负压吸引作用，改善局部血液循环，促进组织代谢，具有消肿、消炎、镇痛等作用。在妇科疾病中，拔罐同样具有显著疗效。

1. 缓解痛经

拔罐能够刺激经络，调节气血，促进体内淤血的排出，从而有效缓解痛经症状。特别是对于由气血郁滞、寒凝血滞引起的痛经，拔罐治疗效果更佳。

2. 辅助治疗月经失调与盆腔炎

拔罐通过改善局部血液循环，促进炎症消退，对月经不调、盆腔炎等妇科疾病有辅助治疗作用。在拔罐过程中，背部、腹部及腿部等特定部位的拔罐，能够疏通经络，强壮肾脏，调理气血。

3. 注意事项

尽管拔罐在妇科疾病的治疗中表现出色，但并非所有女性都适合拔罐。经期、孕期及年老体弱或气虚的女性应避免拔罐，以免加重病情或引起不适。拔罐次数和留罐时间也需严格控制，一般建议在专业医师指导下

进行。

三、总结

针灸与拔罐作为中医妇科的特色疗法，在妇科疾病的预防与治疗中发挥着重要作用。它们通过调和气血、疏通经络、消除病邪等机制，有效缓解痛经、治疗月经不调、改善盆腔炎及促进卵泡发育等。

然而，在应用这些疗法时，也需注意个体差异及禁忌症，确保在专业医师的指导下进行，以达到最佳治疗效果。

总之，中医妇科特色疗法针灸与拔罐以其独特的疗效和安全性，在妇科疾病的预防与治疗中展现出巨大潜力。未来，随着中医理论的不断发展和完善，针灸与拔罐在妇科领域的应用将更加广泛和深入。

（作者单位：河北省保定抚仁传统中医门诊部）

## 急诊科护理知识有哪些

□ 张东旺

在日常生活中，紧急情况时有发生，掌握基本的急诊科护理知识对于保障生命安全至关重要。提升公众急救意识，不仅能在关键时刻挽救生命，还能有效减轻医疗系统的负担。

以下是几点关键的急诊科护理知识科普，希望能为大家带来帮助。

1. 认识“黄金四分钟”——心肺复苏术（CPR）

心脏骤停后的最初四分钟是实施心肺复苏术（CPR）的黄金时间。CPR 包括胸外按压和人工呼吸两个步骤，旨在维持血液循环和氧气供应至大脑和心脏。学习并熟练掌握 CPR 技能，对于非专业人员而言，至少应掌

握胸外按压部分，因为即使在等待专业救援时，持续的胸外按压也能显著提高生存率。

2. 止血与包扎：控制出血的关键

外伤导致的出血是急诊科常见的紧急情况之一。掌握直接压迫法、加压包扎法和止血带使用法等止血技巧，能在第一时间有效控制出血，为后续治疗赢得时间。对于四肢出血，尽量抬高受伤部位以减少血液流动；对于头部或颈部出血，需特别谨慎处理，避免压迫重要血管或神经。

3. 气道管理：保持呼吸通畅

对于意识不清或受伤的患者，保持气道通畅是首要任务。应检查并清除口腔内的异物，如呕吐物、血块或假牙等，以防窒息。必要

时，可采用头后仰-抬颏法或推举下颌法打开气道。对于婴儿或小儿，应避免过度后仰头部，以免造成颈椎损伤。

4. 识别并应对常见急症

了解并识别一些常见的急症症状，如心脏病发作（胸痛、呼吸困难）、中风（突然出现的肢体无力、言语不清）、严重过敏反应（呼吸急促、皮肤红肿）等，对于及时采取正确的急救措施至关重要。一旦发现这些症状，应立即拨打急救电话，并根据情况进行初步处理。

5. 心理支持与安抚

在紧急情况下，患者及其家属往往处于极度恐慌和焦虑之中。作为旁观者或施救者，提供心理支持与安抚同样重要。保持冷静，用

温和的语气交流，鼓励患者保持清醒，同时向家属简要说明正在进行的急救措施，以减轻其不安情绪。

6. 普及急救知识与技能

提升公众急救意识的关键在于普及急救知识与技能。社区、学校、企业等应定期组织急救知识培训，利用网络平台、社交媒体等多种渠道传播急救知识，让更多人了解并掌握基本的急救技能。

总之，急诊科护理知识的普及与公众急救意识的提升是社会文明进步的重要标志。让我们共同努力，学习并掌握这些关键技能，为守护生命安全贡献一份力量。

（作者单位：河南省郑州人民医院）

## 药物副作用知多少？安全用药指南

□ 张燕飞

在日常生活中，药物是我们对抗疾病、缓解症状的重要工具。然而，药物并非只有治疗作用，它们还可能带来一系列副作用。了解药物副作用并遵循安全用药原则，对于保障我们的健康至关重要。以下是一篇关于药物副作用的医学科普文章，旨在提供一份安全用药指南。

一、药物副作用的定义与分类

药物副作用是指药物在正常用法、用量下，出现的与用药目的无关或意外的有害反应。根据性质和严重程度，药物副作用可以分为以下几类：

1. 过敏反应：如皮疹、瘙痒、呼吸困难等，严重时可导致过敏性休克。

2. 消化道反应：如恶心、呕吐、腹泻、便秘等，常见于抗生素等药物。

3. 心血管系统反应：如心律失常、血压升高或降低，常见于降压药、抗心律失常药等。

4. 神经系统反应：如头晕、头痛、失眠、精神异常等，常见于镇静药、抗精神病药等。

5. 血液系统反应：如贫血、血小板减少等，常见于抗肿瘤药、抗凝药等。

二、安全用药的原则

1. 遵循医嘱：严格按照医生的处方和用药指导使用药物，不随意增减剂量或改变用药方式。

2. 了解药物信息：用药前应仔细阅读药物说明书，了解药物的使用方法、剂量、可能的副作用等。

3. 合理用药：根据病情和身体状况，选择适合的药物，避免不必要的用药。

4. 注意药物相互作用：避免同时使用多种药物，以免增加不良反应的风险。如需联合用药，应咨询医生或药师。

5. 定期检查：定期进行相关检查，如血常规、肝功能等，以便及时发现并处理不良反应。

三、如何应对药物副作用

1. 及时停药：一旦发现不良反应，应立即停药并就医。在医生的指导下，逐步减少药物剂量或更换药物。

2. 对症治疗：对于药物引起的肝肾功能损伤等严重不良反应，应采取对症治疗，以减轻损害。

3. 保持健康生活方式：均衡饮食、适量运动、戒烟限酒等健康生活方式有助于减少药物副作用的影响。

## 临检准备让你不再手忙脚乱

□ 张翼

在医学检验领域，临检准备是确保检验结果准确、可靠的重要环节。医学检验专业人员在

试剂。试剂的质量直接影响到检验结果的准确性，因此要确保试剂的有效期、浓度、纯度等符合要求。

3. 仪器校准与维护：检验过程中使用的仪器，如显微镜、离心机、自动化分析仪等，需要定期进行校准和维护，以确保仪器的准确性和稳定性。

4. 操作流程熟悉：熟悉并掌握各个检验项目的操作流程，包括标本的采集、处理、检测、结果判断等步骤。

5. 质控措施：为了保证检验结果的质量，需要制定并实施质控措施，如使用质控血清、进行室内外质控等。

6. 核对样本信息：在进行检验前，要仔细

核对样本的标识信息，包括患者姓名、样本类型和采集时间等，确保样本的正确性。

二、临检准备中的注意事项

1. 样本处理：根据检验要求，对样本进行适当的处理，如离心、混合、稀释等。在处理过程中要注意卫生和安全，避免样本的污染和损坏。

2. 严格按照操作规程：在进行检验时，要严格按照操作规程进行，包括试剂的添加量、反应时间等，确保检验结果的准确性。

3. 质量控制：定期进行质量控制测试，以检查检验过程和结果的可靠性。这可以帮助及时发现和纠正可能存在的问题。

4. 结果记录和报告：记录检验结果时要

注意清晰、准确，并及时将结果报告给相关人员，如医生或护士。

5. 持续学习和培训：医学检验技术和方法在不断发展，专业人员需要不断学习和参加培训，以提高自己的专业技能和知识水平。

6. 建立和完善管理制度：建立和完善临检准备和管理制度，确保检验工作的规范化和标准化。

总之，临检准备是医学检验工作中的重要环节，只有做好充分的准备，才能确保检验结果的准确性和可靠性。希望通过科普知识的分享，让大家更好地了解临检准备的重要性，为我们的健康保驾护航。

（作者单位：河北省廊坊市第三人民医院）