

如何正确处理骨折与关节脱位

□ 徐炳才

在日常生活中,骨折和关节脱位是较为常见的骨科创伤,其正确的处理方法对患者的康复至关重要。本篇文章将为您详细介绍如何正确处理骨折与关节脱位,帮助大家紧急情况下能够迅速、有效地应对。

一、保持冷静,确保安全

面对骨折或关节脱位的情况,首先要做的是保持冷静,确保现场安全,避免对伤者造成二次伤害。迅速评估环境,确保周围没有可能导致进一步伤害的因素。

二、判断伤情,初步处理

1. 判断伤情:观察伤者的症状,如疼痛、肿胀、畸形、关节功能障碍等,这些都是骨折和关节脱位的典型表现。特别要注意是否存在开放性伤口,即伤口与外界相通,容易引发感染。

2. 止血:对于开放性骨折,出血是常见症状。应立即使用干净的布料或绷带进行压迫止血。动脉出血时,可以将止血带扎在肢体的近心端,但要注意松紧适度,避免过紧导致缺血坏死。

3. 固定伤肢:用夹板、木板、硬纸板等硬物固定伤肢,以减少移动带来的疼痛和进一步损伤。固定的范围应超出受伤部位的上、下两个关节,使固定更加牢固。

三、寻求专业医疗帮助

1. 及时呼救:在初步处理完毕后,应立即拨打急救电话,等待专业医疗人员的到来。在等待过程中,可以继续观察伤者的生命体征,保持其呼吸道通畅。

2. 转运伤者:在转运伤者时,要特别注

意保护受伤部位,避免不必要的移动和震动。对于颈部、髋部等部位的脱位,应尽量避免移动患者,防止造成二次损伤。

四、后续治疗与康复

1. 复位与固定:到达医院后,医生会根据具体情况进行手法复位或手术复位,将骨头或关节恢复到正常位置。复位后,会使用石膏、夹板或支架进行固定,以保持骨骼或关节的稳定,促进愈合。

2. 抗感染治疗:如果伤口有感染迹象,医生会使用抗生素进行治疗,以防止感染扩散。

3. 康复训练:在固定期过后,伤者需要在医生的指导下进行康复训练,逐渐恢复关节活动和肌肉力量。康复训练是骨折和关节脱位治疗的重要环节,有助于减少并发症的

发生,提高患者的生活质量。

五、预防措施

预防骨折和关节脱位的关键在于提高安全意识和采取预防措施。在日常生活中,要注意避免剧烈运动中的意外伤害,加强身体锻炼以提高骨骼的强度和韧性。同时,在家庭和工作环境中采取防滑、防跌倒措施,特别是在浴室、厨房等湿滑的地方要格外小心。

总之,骨折和关节脱位虽然常见,但只要我们掌握了正确的处理方法和预防措施,就能够在紧急情况下迅速应对,减少伤害和并发症的发生。希望大家通过本文的学习,能够更好地保护自己和家人的健康。

(作者单位:山东省青岛市黄岛区第二中医医院)

如何预防儿童龋齿

□ 徐冬冬

儿童龋齿是儿童常见的口腔疾病之一,不仅影响孩子的口腔健康,还可能对全身健康产生不良影响。为了有效预防儿童龋齿,我们需要从多个方面入手,包括加强口腔卫生教育、调整饮食习惯、使用含氟牙膏、定期洁牙以及建立良好的生活习惯等。

一、加强口腔卫生教育

首先,家长应定期带孩子去口腔诊所或医院进行口腔检查,建议每年至少进行一次口腔健康检查。同时,应向儿童普及口腔卫生知识,教育他们如何正确刷牙、使用牙线等。从小培养良好的口腔清洁习惯,可以有效预防龋齿的发生。

二、合理调整饮食习惯

饮食习惯对预防龋齿至关重要。家长应限制儿童摄入过多的甜食,如糖果、巧克力、饼干等,这些食物容易在口腔内形成酸性环境,促进细菌滋生,从而增加龋齿的风险。相反,应增加蔬菜水果的摄入,这些食物富含纤维,有助于清洁口腔,减少食物残渣在牙齿上的停留。此外,避免让儿童过多饮用碳酸饮料,这些饮料同样对牙齿有害。

三、使用含氟牙膏

选择合适的含氟牙膏也是预防龋齿的重要措施。氟化物能增强牙齿的抗龋能力,但家长在使用时需控制用量,避免过量使用导致氟斑牙等问题。建议家长在儿童3岁后开始使用含氟牙膏,并在儿童刷牙时进行监督和指导。

四、定期洁牙

定期洁牙可以彻底清除牙齿表面的牙菌斑和牙结石,减少龋齿的发生。家长可以定期带孩子去专业的口腔诊所或医院进行洁牙,同时,在日常生活中也要鼓励儿童养成饭后漱口、早晚刷牙的好习惯。

五、建立良好的生活习惯

良好的生活习惯对预防龋齿同样重要。儿童应保证充足的睡眠和适当的运动,以增强身体免疫力,降低患龋齿的风险。此外,家长还应注意教育儿童戒除不良习惯,如咬笔头、咬嘴唇等,这些习惯容易损伤牙齿和牙龈。

六、其他预防措施

除了以上几点,还有一些额外的预防措

施可以帮助预防儿童龋齿。例如,对于新长出的牙齿,家长可以考虑带孩子去医院进行窝沟封闭,以减少食物残渣和细菌的滞留。此外,家长还可以学习一些简单的家庭口腔护理技巧,如使用牙线帮助孩子清洁牙缝等。

总之,预防儿童龋齿需要家长和儿童的共同努力。通过加强口腔卫生教育、调整饮食习惯、使用含氟牙膏、定期洁牙以及建立良好的生活习惯等措施,我们可以有效保护儿童的口腔健康,减少龋齿的发生。希望每位家长都能关注孩子的口腔健康,让孩子拥有灿烂的笑容和健康的牙齿。

(作者单位:山东省临沂市郯城县第一人民医院)

临床病理诊断在肿瘤个体化治疗中的作用

□ 徐晋珩

在肿瘤治疗的复杂领域中,临床病理诊断扮演着至关重要的角色,尤其在个体化治疗方案的制定上,其作用更是不可小觑。

本文将从以下几个方面,科普临床病理诊断在肿瘤个体化治疗中的重要作用。

1. 确诊肿瘤性质与类型

首先,临床病理诊断通过显微镜下的观察和分析,能够明确肿瘤是否为恶性,以及其具体类型。例如,区分肿瘤是来自上皮的癌还是来自间叶的肉瘤,这对于后续的治疗方案选择至关重要。不同类型的肿瘤,其生物学行为、治疗反应及预后均有显著差异。

2. 评估肿瘤分化程度与分期

病理诊断还能评估肿瘤的分化程度,即

肿瘤细胞的成熟程度,这直接关系到肿瘤的恶性程度。同时,通过病理分析,可以判断肿瘤向周围组织的浸润范围、是否侵犯脉管和神经、是否存在淋巴结转移及远处转移等,从而准确地对肿瘤进行分期。这些信息对于选择最适合患者的治疗方案至关重要,不同分期的肿瘤,其治疗策略和预后评估均有显著不同。

3. 指导个体化治疗方案的制定

在肿瘤个体化治疗中,临床病理诊断提供了关键信息,使医生能够为患者量身定制治疗方案。此外,基因检测技术的应用,能够发现肿瘤的特定致癌基因或突变基因,进而评估肿瘤的预后,并找到相应的靶向药物进

行针对性治疗。这种基于病理诊断的个体化治疗,不仅提高了治疗效果,还减少了不必要的药物毒副作用,提高了患者的生活质量。

4. 监测治疗效果与预后评估

在治疗过程中,病理诊断也发挥着重要作用。通过对治疗后肿瘤组织的病理学检查,可以了解癌细胞的残留情况、坏死程度等信息,从而评估治疗效果。

此外,免疫组化和分子病理学技术的应用,还可以对癌症的复发和转移风险进行评估,为患者的预后提供重要参考。这些信息对于及时调整治疗方案、预防肿瘤复发和转移具有重要意义。

5. 推动精准医疗的发展

随着医学技术的不断进步,精准医疗已成为肿瘤治疗的重要发展方向。临床病理诊断作为精准医疗的基石,通过提供精确的肿瘤信息,推动了靶向药物、免疫治疗等新型治疗手段的研发和应用。这些新型治疗手段的出现,为肿瘤患者带来了更多的治疗选择和更好的治疗效果。

综上所述,临床病理诊断在肿瘤个体化治疗中发挥着不可替代的作用。它不仅为医生提供了关键的肿瘤信息,还指导了个体化治疗方案的制定,提高了治疗效果和患者的生活质量。未来,随着医学技术的不断发展,临床病理诊断将在肿瘤防治中发挥更加重要的作用。

(作者单位:河北省唐山中心医院)

试剂小侦探:实验室里的奥秘与挑战

□ 薛梅雪

在科学的浩瀚宇宙中,实验室是探索未知、解锁自然奥秘的神秘殿堂。而在这片充满智慧火花的空间里,有一群特殊的“小侦探”——试剂,它们默默扮演着至关重要的角色,帮助科学家们揭开自然界的层层迷雾。今天,就让我们跟随“试剂小侦探”的脚步,一起走进实验室,探索那些隐藏在试管与烧瓶间的奥秘与挑战。

试剂小侦探:实验室的隐形英雄

想象一下,实验室就像是一座错综复杂的迷宫,每一次实验都是一场寻找真相的冒险。而试剂,就是这场冒险中不可或缺的线索和工具。从简单的酸碱指示剂到复杂的生物标记物,每一种试剂都拥有自己独特的“超能力”,能够揭示物质间的微妙关系,或是揭示

生命活动的秘密。

酸碱指示剂——这是实验室中最基础的“小侦探”之一。它们通过颜色的变化,迅速告诉我们溶液的酸碱性,就像是自然界的语言翻译官,让无形的化学性质变得直观可见。

抗体与抗原——在生物学领域,这对“侦探搭档”专门追踪生物体内的特定分子。抗体如同精准的锁钥,能够锁定并标记出病原体或异常细胞,为疾病的诊断和治疗提供关键信息。

DNA提取试剂——在遗传学的迷宫中,这些试剂是寻找生命密码的钥匙。它们能够从复杂的生物样本中提取出纯净的DNA,为基因测序、遗传病诊断等研究铺平道路。

实验室的挑战:精准与安全的双重考验

然而,实验室并非总是风平浪静。在追求科学真理的道路上,试剂小侦探们也面临着诸多挑战。

精准度的挑战——实验结果的准确性直接关系到科学发现的可靠性。即使是微小的误差,也可能导致结论的天壤之别。因此,如何精确控制试剂的浓度、反应条件,成为每位科学家必须面对的难题。

安全性的考量——许多试剂具有腐蚀性、毒性或易燃易爆性,不当操作可能带来严重的安全隐患。

实验室安全规范因此显得尤为重要,从个人防护装备的使用到废弃物的妥善处理,每一步都需严格遵循。

环境友好型试剂的开发——随着环保意

识的增强,如何在保证实验效果的同时,减少对环境的影响,成为新的研究方向。开发可降解、低毒的试剂,成为当代化学家的重要使命。

结语

在实验室这个充满奇迹与挑战的世界里,试剂小侦探们以其独特的“超能力”,不断推动着科学的进步。它们既是探索未知的钥匙,也是连接理论与实践的桥梁。

面对精准度、安全性和环保性的多重考验,科学家们正不懈努力,优化试剂性能,创新实验方法,以期在科学的征途中走得更远、更稳。让我们期待,未来实验室里将有更多精彩的“侦探故事”上演,为人类的知识宝库增添更多璀璨的明珠。

(作者单位:河北省临西县人民医院)