

# 手术室护理措施探析

□ 冯丹

在医疗领域,手术室是生与死较量的前沿阵地,而手术室护理则是这场无声战役中不可或缺的重要力量。它不仅关乎患者的生命安全,还直接影响到手术的成功与否及术后恢复。

今天,就让我们一起揭开手术室护理的神秘面纱,让您在几分钟内对其有一个全面而深入的了解。

## 一、手术室护理的基石:无菌原则

手术室护理的首要原则是“无菌”。从踏入手术室的那一刻起,每一位医护人员都必须严格遵守无菌操作规程。这包括穿戴特制的手术衣、帽子、口罩和手套,确保手术区域及周边环境的绝对清洁。手术器械、敷料等

均需经过严格的消毒灭菌处理,以防止手术过程中发生感染,保障患者的生命安全。

## 二、术前准备:细致入微,不容丝毫差错

手术前的准备工作是手术室护理的重要环节。护士需核对患者的身份信息、手术部位及术式,确保无误。同时,根据患者情况及手术需求,准备相应的手术器械、药品及急救设备,并检查其完好性和有效期。此外,还需协助患者完成术前准备,如皮肤消毒、留置导尿管等,为患者创造一个最佳的手术条件。

## 三、术中配合:默契协作,分秒必争

手术过程中,手术室护士与医生之间的默契配合至关重要。护士需密切关注手术进展,及时准确地传递手术器械、调整手术体

位、监测患者生命体征等。对于可能出现的突发情况,如大出血、心跳骤停等,护士需迅速作出反应,配合医生进行紧急处理,确保手术顺利进行。

## 四、术后护理:关怀备至,促进康复

手术结束后,手术室护士的工作并未结束。他们需协助医生完成伤口缝合、包扎等工作,并将患者安全转运至复苏室或病房。在转运过程中,护士需持续监测患者的生命体征,确保患者安全。同时,还需向病房护士详细交接患者的病情、手术情况及后续护理要点,为患者的后续治疗与康复打下坚实基础。

## 五、人文关怀:温暖人心,传递希望

除了专业技能外,手术室护士还扮演着

患者心灵慰藉者的角色。在紧张的手术环境中,护士的一句安慰、一个鼓励的眼神都能给患者带来巨大的心理支持。他们用自己的专业和爱心,为患者营造了一个安全、温馨的治疗环境,让患者感受到来自医护人员的关怀与温暖。

总之,手术室护理是一项集专业性、技术性、人文性于一体的综合性工作。它要求护士具备扎实的专业知识、精湛的操作技能以及高度的责任心和爱心。

通过本文的介绍,相信您对手术室护理有了更加全面而深入的了解。在未来的日子里,让我们共同关注手术室护理的发展与进步,为患者的健康与安全保驾护航。

(作者单位:四川省达州市中西医结合医院)

# 急诊护理大挑战:你能成为急救小能手吗?

□ 黄国华

在紧急医疗场景中,每一秒都至关重要。急诊护理不仅是医护人员的专业领域,掌握基本的急救知识和技能对于每个人来说同样至关重要。

面对突如其来的紧急情况,你是否能迅速反应,正确施救?让我们一起探索急诊护理的大挑战,看看你是否能成为急救小能手。

## 1. 认识“黄金四分钟”

急救中有一个概念叫做“黄金四分钟”,即在心脏骤停后的最初四分钟内进行心肺复苏(CPR),可以显著提高患者的生存率。这意味着,在发现有人倒地不省人事时,立即拨打急救电话并检查是否有呼吸和心跳,若无,则需立即开始CPR。掌握正确的CPR

技巧,包括按压位置和频率,是急救小能手的第一课。

## 2. 止血与包扎

外伤出血是急诊常见的状况。学会使用干净的布料或衣物直接压迫伤口止血,以及根据伤口情况选择合适的包扎方法,如环形包扎、螺旋包扎等,能有效控制出血,减少伤害。记住,对于严重出血,尽快就医是关键。

## 3. 呼吸道梗阻的急救

呼吸道梗阻可能导致窒息,是另一种紧急情况。了解海姆立克急救法(Heimlich Maneuver)对于成人和儿童的区别应用至关重要。对于婴儿,应采取五次背部拍击和五次胸部快速按压的循环操作。对于成人,则是从

背后环抱,向上向内用力挤压腹部,直到异物被排出。

## 4. 烧伤与烫伤的初步处理

遭遇烧伤或烫伤时,首先要迅速远离热源,用冷水冲洗伤口至少20分钟,以降低皮肤温度,减少进一步伤害。避免使用冰块,以防冻伤,也不要随意涂抹牙膏、酱油等物品,以免加重伤口感染风险。

## 5. 骨折与关节脱位的固定

遇到疑似骨折或关节脱位的情况,首要任务是固定患处,减少移动,避免加重损伤。可以使用木板、树枝等硬物作为临时夹板,并用绷带或衣物固定,注意不要绑得过紧,以免影响血液循环。

## 6. 保持冷静,有效沟通

在紧急情况下,保持冷静,清晰地向急救人员报告患者情况和已采取的急救措施同样重要。准确传达患者位置、伤势及任何特殊需求,可以极大地提高救援效率。

成为急救小能手,不仅是对自我能力的提升,更是对社会的一份贡献。

通过参加急救培训课程,定期复习急救知识,我们都能在面对紧急情况时,更加自信地伸出援手,为生命争取宝贵的时间。

记住,急救技能需要实践,多参与模拟演练,让知识转化为实际行动,让爱与勇气在关键时刻绽放光芒。

(作者单位:河北北方学院附属第一医院)

# 牙齿变整齐 笑容更迷人

□ 赵欢欢

在人际交往中,一个灿烂的笑容往往能够迅速拉近人与人之间的距离,而整齐的牙齿无疑是构成这笑容的重要元素。随着医学技术的不断进步,牙齿矫正已经不再是遥不可及的梦想。本文将带您了解牙齿矫正的科学原理、方法以及它如何让我们的笑容变得更加迷人。

## 一、牙齿矫正的科学原理

牙齿矫正,又称正畸治疗,是通过物理手段对牙齿进行调整,使其排列整齐、咬合正常的治疗过程。其原理主要基于牙槽骨的改建能力,即在外力作用下,牙槽骨能够发生吸收和重建,从而达到移动牙齿的目的。

## 二、牙齿矫正的方法

1. 传统金属托槽矫正:这是最常见的矫正方法,通过金属托槽和弓丝对牙齿施加力量,使其逐渐移动到正确位置。这种方法虽然时间较长,但效果稳定,适用于各种牙齿畸形。

2. 陶瓷托槽矫正:陶瓷托槽颜色接近牙齿,相对隐形,适用于对美观要求较高的患者。

3. 隐形矫正:隐形矫正器由透明材料制成,几乎不可见,佩戴舒适,便于清洁。但价格相对较高,且对适应症有一定要求。

4. 舌侧矫正:舌侧矫正器安装在牙齿的舌侧面,从外观上完全看不到矫正器,适用于对美观要求极高的患者。但舌侧矫正操作难

度较大,费用也较高。

## 三、牙齿矫正对笑容的改善

经过牙齿矫正后,牙齿排列整齐、咬合正常,不仅能够改善口腔健康,还能让笑容更加迷人。整齐牙齿能够展现出自信、阳光的形象,增强个人魅力。

## 四、牙齿矫正的注意事项

1. 选择正规医院和专业医生:牙齿矫正是一项复杂的医学技术,需要专业医生进行操作。患者应选择正规医院和专业医生进行治疗,确保治疗效果和安全性。

2. 遵循医嘱:在治疗过程中,患者应遵循医生的指导,按时复诊,调整矫正器,保持口腔卫生等。同时,患者应避免食用过硬、过

粘的食物,以免损坏矫正器。

3. 耐心配合:牙齿矫正需要一定的时间,患者应保持耐心和信心,积极配合医生进行治疗。在治疗过程中,可能会出现一些不适症状,如牙齿酸痛、口腔不适等,但这些都是正常现象,不必过于担心。

## 五、结语

牙齿矫正是一项能够改善口腔健康、提升个人魅力的治疗方法。通过选择合适的矫正方法和专业医生进行治疗,我们可以让牙齿变得更加整齐、笑容更加迷人。同时,在治疗过程中保持耐心和信心也是非常重要的。让我们用灿烂的笑容迎接生活中的每一个挑战吧!

(作者单位:河北省沧州市中心医院)

# 妊娠期糖尿病孕妇第一产程的饮食注意事项有哪些

□ 赵晓珊

妊娠期糖尿病是孕妇在孕期出现的一种特殊病症,它不仅影响孕妇自身的健康,还可能对胎儿的生长发育产生不良影响。在第一产程这一关键阶段,合理的饮食管理尤为重要,因为它直接关系到孕妇的体能储备和分娩的顺利进行。以下是一些关于妊娠期糖尿病孕妇在第一产程中饮食的注意事项。

## 1. 少量多餐,保持能量稳定

第一产程耗时较长,孕妇需要充足的能量支持。然而,由于宫缩带来的不适和可能的恶心呕吐感,一次性进食过多往往不易消化。因此,建议采取少量多餐的饮食方式,将每日所需能量分散到5-6餐中。这样既能保证能量供给,又能避免消化不良。

## 2. 选择低糖、高纤维的食物

妊娠期糖尿病孕妇应尽量避免高糖食物,如糖果、甜饮料和含糖量高的水果(如香蕉、葡萄、西瓜等)。相反,应选择低糖、高纤维的食物,如燕麦、黑米、全麦面包、杂粮粥等。这些食物不仅有助于控制血糖水平,还能提供持久的能量。

## 3. 摄入优质蛋白质

在第一产程中,孕妇需要足够的蛋白质来支持身体的修复和胎儿的生长发育。推荐摄入的优质蛋白质包括兔肉、鱼、虾、去皮的鸡肉、鸭肉、鹅肉以及鸡蛋、牛奶等。这些食物不仅蛋白质含量高,而且易于消化吸收。

## 4. 多吃蔬菜,适量水果

蔬菜富含维生素、矿物质和膳食纤维,对孕妇和胎儿都有益。建议每天摄入一斤到一

斤半的蔬菜,并尽量选择不同种类的蔬菜以保证营养均衡。对于水果,虽然要控制总量,但可以选择含糖量较低的水果如柚子、樱桃、李子、桃、苹果等,并注意控制摄入量,大约每天一个拳头大小即可。

## 5. 清淡饮食,少油少盐

妊娠期糖尿病孕妇的饮食应清淡为主,避免过多摄入油腻和重口味的食物。炒菜时应少放油,尽量选择蒸、煮、炖等健康的烹饪方式。同时,要控制盐的摄入量,每天不超过6克,以减轻身体负担。

## 6. 充足水分,避免脱水

分娩过程中孕妇会大量出汗和排尿,容易导致脱水。因此,要保持充足的水分摄入,每天大约需要喝6杯水左右。小口饮水有利

于身体吸收,并有助于羊水的生成。如果孕妇有恶心呕吐等不适症状,可以通过静脉输液来补充水分和电解质。

## 7. 监测血糖,及时调整饮食

在第一产程中,孕妇应密切关注自己的血糖水平,并根据血糖情况及时调整饮食。如果血糖过高或过低,应及时向医生咨询并调整饮食方案。

综上所述,妊娠期糖尿病孕妇在第一产程中的饮食管理至关重要。通过合理的饮食安排和科学的营养搭配,可以为孕妇提供充足的能量和营养支持,促进分娩的顺利进行并保障母婴健康。

(作者单位:河北省保定市徐水区妇幼保健院)