

# 揭秘手术室护理的幕后故事

□ 高晓茜

下贵重物品及活动性人工弥补物、禁止化妆等准备措施,都是为了确保手术的顺利进行。

**二、手术室环境:无菌操作,安全至上**  
手术室是医院中对无菌要求最高的场所之一。每次手术完成后,手术室都会进行彻底的清洗及消毒,确保下一个患者的安全。手术室内配备了先进的医疗设备,如手术床、无影灯、麻醉机、心电监护仪等,这些设备在手术中发挥着至关重要的作用。

手术室护士在手术前半小时便准备好手术间,包括手术器械、敷料、药品等,并对手术器械进行严格的消毒处理。

**三、术中配合:默契协作,守护生命**

手术开始后,手术室内的医护人员各司

其职,默契配合。手术室护士根据医生的要求,递送手术器械、敷料等物品,确保手术的顺利进行。同时,他们还要密切监测患者的生命体征,如心率、血压、呼吸等,及时发现并处理异常情况。

在手术过程中,医护人员还需采取措施预防患者低体温的发生,如加盖保温毯、使用温暖的输液液体等。

**四、术后护理:细致关怀,促进康复**

手术结束后,患者被安全转运至麻醉恢复室进行生命体征的检测。当患者清醒后,手术室护士会再次进行评估,确保患者安全。随后,患者由手术室专职人员转运至普通病房或重症监护室(ICU)。在术后护理中,手术室

护士会关注患者的恢复情况,检查手术伤口,观察伤口敷料是否干燥、清洁,有无渗血、感染等情况。同时,他们还会与病房护士保持良好沟通,确保患者安全度过术后恢复期。

**结语**

手术室护理是一项复杂而重要的工作,它涵盖了术前访视、术中和术后等多个环节。护理人员以严谨、细致、高效的工作态度,确保患者的安全,提高手术成功率。

让我们向这些默默奉献的手术室护理团队致敬,感谢他们为患者的健康与生命所做出的努力与贡献。

(作者单位:河北省邢台市第九医院/巨鹿县医院)

## 淋巴瘤患者的专业护理措施

□ 肖丽

者,建议寻求专业心理咨询师的帮助。

**四、预防感染**

淋巴瘤患者由于免疫功能受损,容易感染各种病原体。因此,预防感染是康复护理中的关键环节。

患者应注意个人卫生,勤洗手、戴口罩,避免前往人群密集的场所。同时,要保持室内空气流通,定期消毒居住环境。如出现发热、咳嗽等症状,应及时就医治疗。

白细胞较低或较高的患者,应注意隔离保护,避免交叉感染。

**五、定期复查**

定期复查是评估淋巴瘤患者康复情况、调整治疗方案的重要依据。患者应遵医嘱定期到医院进行血常规、肝功能、肿瘤标志物

等相关检查,以便及时了解病情变化并采取相应的治疗措施。

**六、家庭支持**

淋巴瘤患者的康复之路离不开家人的陪伴和支持。家人应给予患者足够的关爱和鼓励,帮助他们树立战胜疾病的信心。同时,可以积极参与患者的生活护理和心理疏导工作,为患者营造一个温馨、和谐的康复环境。

综上所述,淋巴瘤的康复护理是一个系统工程,需要患者、家属及医护人员的共同努力。

通过科学的饮食调理、良好的生活作息、积极的心理调适、有效的预防感染措施、定期的复查以及家庭的支持,淋巴瘤患者有望顺利康复,重获健康。

(作者单位:河北省沧州市人民医院)

## 牙周病与口腔卫生的关系

□ 白雅婷

量,降低牙周病的风险。

1. 刷牙的重要性:每天早晚刷牙,每次不少于2分钟,是维护口腔卫生的基础。使用软毛牙刷,以45度角轻轻刷动牙齿和牙龈交界处,可以有效去除牙菌斑和食物残渣。正确的刷牙方法不仅可以预防牙周病,还能减少龋齿的发生。

2. 牙线的使用:牙线能够深入牙缝,清除牙刷无法触及的残留物。每天使用牙线清洁牙缝,可以有效预防牙周病的发生。牙线棒也是不错的选择,它更方便携带和使用。

3. 定期洗牙:每半年或一年进行一次洗牙,可以彻底清除牙齿表面的牙石和牙菌斑。洗牙是预防牙周病的重要手段之一,也是维护口腔健康的重要措施。

4. 饮食健康:保持饮食均衡,多吃富含维生素C、D和钙的食物,如新鲜蔬菜、水果、奶制品等,有助于牙齿和牙龈的健康。避免过多

摄入糖分,以减少细菌利用糖分产生酸性物质侵蚀牙齿的风险。

5. 戒烟限酒:吸烟和过量饮酒都会增加牙周病的风险。戒烟限酒有助于预防牙周病的发生,并促进口腔健康的恢复。

**三、牙周病的其他影响因素**

除了口腔卫生外,牙周病的发生还与患者的机体抵抗力、长期抽烟、糖尿病等疾病有关。机体抵抗力下降时,口腔内的细菌更容易引发炎症;长期抽烟会损害牙龈和牙周组织的健康;糖尿病患者由于血糖水平的不稳定,更容易受到口腔感染的侵袭。

**四、牙周病的治疗与护理**

对于牙周病的治疗,应根据病情的严重程度采取相应的措施。轻度牙周病可以通过改善口腔卫生习惯、定期洗牙等方法进行治疗;中重度牙周病则需要进行深度治疗,如根面平整术、牙周翻瓣术等。对于因牙周病导致

的牙齿松动、脱落等问题,可以进行修复治疗,如种植牙、义齿等。

治疗后,患者要继续保持良好的口腔卫生习惯,每天早晚刷牙,使用牙线清洁牙缝,定期洗牙。同时,要注意饮食健康,避免吃过硬、过热、过冷的食物,以免刺激牙龈。戒烟限酒也是减少牙周病复发风险的重要措施。

**五、结语**

牙周病与口腔卫生密切相关。通过正确的刷牙方法、定期洗牙、使用牙线、保持饮食健康以及戒烟限酒等措施,可以有效预防牙周病的发生。一旦发现牙周病,应及时进行治疗,以免病情加重。同时,治疗后要注意口腔卫生、饮食等方面的护理,以促进牙齿和牙龈的康复。

口腔健康是全身健康的重要组成部分。让我们从日常做起,关注口腔卫生,守护我们的口腔健康!

(作者单位:河北省承德市滦平县医院)

## 心血管内科患者的饮食护理

□ 郭静然

代谢。

4. 多吃蔬菜水果:心血管疾病患者应多吃蔬菜水果,提供身体所需的维生素和矿物质,有助于提高免疫力。

5. 限制盐分摄入:心血管疾病患者应限制盐分摄入,以降低血压,减少水肿风险。

**二、具体饮食建议**

1. 碳水化合物:心血管疾病患者应选择低升糖指数(GI)的食物,有助于控制血糖稳定。

2. 蛋白质:适量摄入优质蛋白质有助于维持身体正常代谢。建议选择富含不饱和脂肪的海鲜、鸡胸肉、鱼肉等。同时,适量摄入豆类及豆制品,如豆腐、黄豆等,提供植物蛋白。

3. 脂肪:心血管疾病患者应限制饱和脂肪和反式脂肪酸的摄入,如动物脂肪、油炸食品等。建议多食用富含不饱和脂肪的食物,

如鱼类、坚果、橄榄油等。

4. 蔬菜水果:多吃蔬菜水果有助于提供身体所需的维生素和矿物质,且有助于控制血压和血脂。

建议选择新鲜、卫生的蔬菜水果。

5. 膳食纤维:膳食纤维有助于维持肠道健康,预防便秘。建议多食用富含膳食纤维的食物,如全麦面包、燕麦、水果等。

6. 水分:心血管疾病患者应保持充足的水分摄入,以维持身体水平衡。建议每日饮水量不低于2000毫升。

7. 减少盐分摄入:尽量少吃腌制食品和含盐高的调味品,如酱油、味精等。烹饪时使用限量的盐,以降低血压和减少水肿风险。

**三、特殊情况饮食建议**

1. 高血压患者:高血压患者应限制钠的

摄入量,少吃盐腌食品和加工食品。同时,增加钾的摄入量,多吃富含钾的水果和蔬菜,如香蕉、土豆、菠菜等。

2. 冠心病患者:冠心病患者应限制高胆固醇食物的摄入,增加膳食纤维的摄入,有助于控制血脂和血压。

3. 心力衰竭患者:心力衰竭患者应限制液体摄入量,尤其是在夏季或运动后。过多液体摄入可能导致水肿。建议遵循医生建议的饮水量。

总之,心血管内科患者的饮食护理应以控制总热量、适量优质蛋白质、多吃蔬菜水果、限制盐分摄入等原则为基础。根据不同病情和特殊情况,给予针对性的饮食建议。患者和家属应积极配合医生指导,共同管理好患者的饮食,促进康复。

(作者单位:河北梅奥心血管病医院)

手术室,作为医院中重要且神秘的场所之一,承载着无数生命的希望与重生的奇迹。在这扇紧闭的大门背后,手术室护理团队以其专业的技能和严谨的态度,默默守护着每一位患者的安全与康复。

今天,让我们一同走进手术室,揭秘手术室护理的幕后故事。

**一、术前准备:细致入微,确保安全**

在手术前,手术室护士与病房护士紧密合作,详细了解患者的一般情况、手术部位及术前特殊要求。术前宣教是不可或缺的一环,医护人员会与患者充分沟通,解释手术的目的、流程、可能的风险及预期后果,减轻患者的紧张情绪。同时,术前禁食、禁饮、取

淋巴瘤是一种起源于淋巴组织或淋巴结的恶性肿瘤,治疗过程复杂且漫长,而康复护理则是确保患者顺利恢复、提高生活质量的重要环节。

以下是一份全面的淋巴瘤患者康复护理指南,旨在帮助患者及家属更好地应对康复过程中的挑战。

**一、饮食调理**

淋巴瘤患者在康复期间,饮食调理至关重要。建议以清淡、易消化、富含营养的食物为主,如新鲜蔬菜、水果、瘦肉、鱼类、豆类及奶制品等。这些食物富含维生素、矿物质和蛋白质,有助于增强机体免疫力,促进细胞修复。

**二、生活作息**

牙周病是一种常见的口腔疾病,它不仅影响牙齿和牙龈的健康,还可能对全身健康产生深远的影响。本文将深入探讨牙周病与口腔卫生的关系,旨在提高公众对口腔健康重要性的认识,并提供实用的预防和治疗建议。

**一、牙周病的定义与危害**

牙周病是由牙菌斑引起的牙龈及牙齿组织的慢性感染。牙菌斑是一种由细菌、食物残渣和唾液组成的薄膜,如果不及时清除,会不断积累并引发炎症。牙周病的主要症状包括牙龈出血、红肿、疼痛、牙齿松动甚至脱落。它不仅影响患者的咀嚼功能和美观,还可能引发一系列全身性疾病,如心血管疾病、糖尿病和呼吸系统疾病。

**二、口腔卫生与牙周病的关系**

口腔卫生是预防牙周病的关键。口腔是人体细菌滋生的主要场所之一,而良好的口腔卫生习惯可以有效减少致病微生物的数

心血管内科是医院中一个重要的科室,主要治疗心血管疾病,如冠心病、高血压、心律失常等。饮食护理是心血管内科患者康复过程中的重要一环,合理的饮食有助于控制病情、改善症状,提高患者的生活质量。本文将为心血管内科患者提供一份饮食护理建议,帮助患者更好地管理自己的饮食。

**一、总体原则**

1. 合理搭配:心血管内科患者的饮食应注重营养均衡,食物种类多样,包括碳水化合物、蛋白质、脂肪、维生素、矿物质等。

2. 控制总热量:心血管疾病患者应控制每日总热量摄入,尤其是高脂肪、高糖食物,以减轻心脏负担。

3. 适量摄入优质蛋白质:心血管疾病患者应适量摄入优质蛋白质,以维持身体正常