

浅谈患者的康复与预后评估

□ 史媛媛

到沮丧。康复评价能够客观展示患者的每一点进步,哪怕是微小的,也是鼓励患者继续前行的动力源泉。这种正向反馈机制,有助于患者保持积极的心态,更好地配合康复治疗。

4. 预防并发症和再损伤:某些疾病或损伤在康复过程中可能引发并发症或再损伤。通过康复评价,可以及时发现潜在风险,采取预防措施,保障患者的安全。这种预见性的评估,对于提高患者的整体康复效果具有重要意义。

二、康复与预后评估的方法

康复与预后评估的方法多种多样,包括临床观察、标准化测量工具的应用、患者自述等。这些方法综合运用,能够全面、客观地反映患者的康复状况。

1. 临床观察:这是最直接、最基本的评估方法。医生通过观察患者的症状变化、体格检查结果等,了解患者的康复进展。例如,慢阻肺急性发作的患者在出院后的随访中,医生会观察患者的症状变化,如呼吸困难程度、咳嗽咳痰情况等,以判断患者的康复效果。

2. 标准化测量工具:为了更准确地评估患者的康复状况,医生通常会采用标准化的测量工具。这些工具包括量表、测试等,能够客观地评估患者的肌力、关节活动度、平衡能力等。例如,在慢阻肺患者的肺功能评估中,医生会使用 FEV1(第一秒用力呼气容积)等指标来判断患者的肺功能恢复情况。

3. 患者自述:患者的主观感受也是评估康复效果的重要依据。医生会听取患者本人对自身康复效果的描述和感受,了解患者的心理状态和生活质量。例如,在慢阻肺患者的

随访中,医生会询问患者的日常活动能力、睡眠质量等,以判断患者的康复进展和生活质量改善情况。

三、康复与预后评估的实际应用

康复与预后评估在临床医学中得到了广泛应用。以下以慢阻肺急性发作患者和0-6岁贫困残疾儿童为例,探讨康复与预后评估的实际应用。

1. 慢阻肺急性发作患者的康复与预后评估
慢阻肺是一种常见的慢性呼吸道疾病,患者常常因急性发作而住院治疗。然而,出院并不意味着治疗的结束,而是一个新的开始。为了更好地关注慢阻肺急性发作患者的生活质量和预后评估,医生在患者出院后进行定期随访。

随访内容包括但不限于:

家庭环境适应能力:评价患者对家庭日常生活环境的适应能力,了解患者的症状及合并症情况。这有助于医生及时发现患者的病情变化,为进一步的治疗提供依据。

肺功能测定:在出院后12~16周的随访中,医生会进行肺功能测定,如FEV1等,以判断患者是否需要长期氧疗。

血氧饱和度和血气分析:这些指标有助于医生更全面地了解患者的病情,从而制定更为合适的治疗方案。

胸部CT检查:对于反复发生急性加重的患者,医生需要进行胸部CT检查以判断是否存在支气管扩张或肺气肿。

通过这些随访评估,医生可以更好地地了解患者的病情变化,为患者提供更为个性化

和全面的治疗建议。这对于提高患者的生活质量和预防疾病复发具有重要意义。

2. 0-6岁贫困残疾儿童的康复与预后评估

0-6岁是儿童生长发育的关键时期,对于贫困残疾儿童来说,及时的康复治疗和评估尤为重要。为了实施0-6岁贫困残疾儿童抢救性康复工程,各地纷纷制定了详细的实施方案和政策措施。

康复评估内容包括但不限于:

身体功能评估:通过量表、测试等工具,评估儿童的肌力、关节活动度、平衡能力等。这有助于医生了解儿童的身体状况,制定针对性的康复计划。

心理状态评估:通过问卷调查、访谈等方式,了解儿童的情绪状态、焦虑抑郁水平等。这有助于医生及时发现儿童的心理问题,提供心理支持和干预。

社会适应能力评估:评估儿童重返家庭、社会的能力,包括日常生活自理能力、社交技能等。这有助于医生了解儿童的康复效果和生活质量改善情况。

通过这些评估,医生可以为贫困残疾儿童提供更为精准、有效的康复治疗,帮助他们更好地融入社会,提高生活质量。

总之,康复与预后评估是患者康复过程中不可或缺的一环。通过科学、系统的评估,可以为患者量身定制最适合的康复计划,及时发现潜在风险,预防并发症,提高患者的生活质量。让我们携手努力,共同推动康复事业的发展,为患者的健康保驾护航。

(作者单位:河北省廊坊市人民医院)

焦虑与睡眠障碍的中医治疗与调理

□ 孙广阳

重影响身心健康。

三、中医治疗焦虑与睡眠障碍的优势

中医治疗焦虑与睡眠障碍具有独特的优势。首先,中医强调整体观念,关注人体内部平衡,通过中医辨证论治调理身体来缓解症状。其次,中医治疗副作用小,适合长期调理。最后,中医治疗可根据个体差异制定个性化方案,提高治疗效果。

四、中医治疗焦虑与睡眠障碍的方法

1. 针灸疗法:针灸通过刺激穴位来调节人体气血运行,达到缓解焦虑和改善睡眠的效果。根据个体情况,针灸可以单独使用,也可以与其他治疗方法结合使用。

2. 推拿治疗:推拿治疗可以缓解神经肌肉紧张,促进血液循环,有助于缓解焦虑和改善睡眠。推拿时,建议由专业医师进行治疗。

3. 中草药调理:根据个体情况,选用适当

的中药进行调理,如酸枣仁汤、天王补心丹、安神定志丸等。中药调理需在医生指导下进行,避免自行用药。

4. 食疗调理:饮食对身体健康有重要影响。针对焦虑和睡眠障碍,可选用具有养心安神、舒缓情绪的食物,如百合、龙眼肉、莲子、红枣等。适量食用有助于缓解症状。

5. 心理疏导:焦虑和睡眠障碍往往与心理因素有关。在中医治疗中,心理疏导非常重要。通过与患者沟通,了解其心理状态,给予适当的心理支持,有助于缓解焦虑和改善睡眠。

6. 运动调理:适当的运动有助于缓解压力,改善睡眠质量。建议选择轻松、舒缓的运动方式,如太极拳、八段锦、瑜伽等,以调节身心,缓解焦虑和睡眠障碍。

7. 养成良好的睡眠习惯:保持规律的作息

时间,睡前避免过度兴奋和饮浓茶、咖啡等刺激性饮料;保持良好的心情,睡前不要生气,有助于改善睡眠质量。

五、注意事项

在中医治疗焦虑与睡眠障碍的过程中,患者应保持耐心和信心,遵循医生的建议,并配合适当的饮食、运动和生活习惯的调整。如有疑问或症状加重,应及时就医,以便调整治疗方案。

结语

通过本文的介绍,我们了解到中医在治疗焦虑与睡眠障碍方面具有独特的优势和方法。通过综合运用针灸、推拿、中药调理、食疗、心理疏导、运动调理等多种方法,保持良好的心态和配合适当的调理措施,有效缓解焦虑和改善睡眠障碍,有助于患者早日康复。

(作者单位:河北省张家口市第一医院)

手术室布局与结构的机制

□ 杨梅

洁净。

手术室的着装与消毒

在手术室内,医护人员的着装也与众不同。手术室内医护人员洗手衣的颜色多为绿色,而非白色。这是因为手术时间长,医生直接面对人体内部器官,而人体器官多为红色,长时间手术容易导致医生对红色的辨别能力减弱,产生视觉疲劳。若医护人员身穿白色衣物,会看到衣物上存在不同大小的绿色视觉残像,影响手术精度。因此,选择绿色洗手衣可以减少这种影响。

手术开始前,消毒工作至关重要。消毒过程会带走一部分热量,使体温降低。

同时,手术时间长,术野长时间暴露,术中大量冲洗体腔,会使血管收缩,导致体温丢失。因此,手术过程中需要密切监测患者的体温,从手术病人进入手术间就开始采取保温措施至回病房。

手术室的团队协作

手术室是一个高度协作的工作环境。手术团队通常由主刀医生、助手医生、麻醉师、手术护士、巡回护士、器械护士、技术支持人员及外科助理等组成。术前,整个团队会召开术前会议,讨论手术计划,可能遇到的问题及

应对措施。手术过程中,团队成员各司其职,信息交流至关重要。例如,当医生需要特定器械时,器械护士必须准确无误地提供;巡回护士则需时刻关注手术进度,及时记录重要信息。

手术结束后,团队成员将患者安全送入恢复室或重症监护室,并继续关注其恢复情况。随后,手术团队会召开总结会议,讨论此次手术的经验教训,不断提高工作效率和技术水平。

手术室的人文关怀

尽管手术室充满了科技感和严谨性,但这里同样蕴藏着人性的温暖。每一位医护人员都在用自己的方式守护着患者的生命。他们不仅具备高超的医术,更有着对患者深切的关怀和责任感。在手术室这个特殊的战场上,他们共同为患者的健康保驾护航。

结语

通过这场手术室的神秘之旅,我们不难发现,手术室并非一个冰冷、恐惧的地方,而是一个充满科技、严谨与人性光辉的圣地。

在这里,每一位医护人员都在用自己的专业知识和无私奉献,为患者带来健康和希望。让我们向这些默默付出的医护人员致以最崇高的敬意!

(作者单位:广西岑溪市妇幼保健院)

随着现代生活节奏的加快,焦虑与睡眠障碍已经成为许多人生活中常见的困扰。这些症状不仅影响生活质量,还可能引发其他健康问题。本文将介绍焦虑与睡眠障碍的基本知识,以及中医治疗的相关方法,为读者提供一些实用的调理建议。

一、焦虑的基本知识

焦虑是一种常见的情绪反应,表现为紧张不安、惊恐、坐立不安和躯体化症状。长期或严重的焦虑可能导致焦虑症,影响睡眠质量,甚至引发睡眠障碍。

二、睡眠障碍的基本知识

睡眠障碍包括睡眠量不正常、睡眠质量不佳、睡眠节律紊乱等症状中表现出各种功能障碍。这些症状可能由多种原因引起,如焦虑、抑郁、压力等精神心理因素、生理因素、环境因素、生活行为因素、疾病等因素,病情严

手术室,这个被大众视为神秘且略带恐惧的地方,常常令人心生敬畏。一道大门将手术室内外分隔成两个截然不同的世界,门外是焦急等待的家属,门内则是紧张而有序的医疗团队。今天,我们将一起踏上这场手术室的神秘之旅,揭开它的神秘面纱,了解这个充满科技与人性光辉的地方。

手术室的布局与结构

手术室通常设置在距离重症监护病房、外科病房、血库和消毒供应中心较近的地方,便于快速响应和物资调配。其整体结构类似于住院病房,一个大通道两旁分布着多个手术间或手术辅助用房。每个手术间只有两扇门——前门和后门,没有窗户,形成了一个完全封闭的空间。

手术间的设计充分考虑了无菌和洁净的要求。空气通过初、中、高效空气过滤器三层过滤和新风系统,确保空气质量的优良。

根据不同专科和手术级别,手术间的洁净度分为四个等级。虽然手术室整体风格标准、严谨,但设计者也考虑到了人性化的因素,墙面、地面及手术人员的衣着多以蓝色和绿色为主,象征宁静与和平,以减少患者的恐惧感。