

# 内镜护理：窥探健康的守护者

□ 蒋利兰

在现代医学领域,内镜中心护理扮演着举足轻重的角色。内镜技术以其直观、精准的特点,成为消化道疾病诊断与治疗的重要手段。而内镜中心护理团队则是这一技术的坚强后盾,他们不仅是医生的得力助手,更是患者心灵的抚慰者。本文将从几个方面探讨内镜中心护理的重要性及其对患者健康的影响。

## 一、内镜前准备:细致入微,确保安全

内镜检查前的准备是确保检查顺利进行的第一步。护士需要根据医生的要求,对患者的病史进行详细询问,并确认检查目的及所需预处理。

这包括饮食调整、药物准备和心理调

适。通过耐心解释和援助,护士帮助患者理解检查过程,减轻紧张和焦虑情绪。

## 二、内镜操作中的技术支持与监测

在检查过程中,护士是内镜操作的重要执行者。他们负责调配和准备内镜设备,确保设备的质量和有效性。根据医生的指导,护士要熟练掌握各种内镜的使用技巧,确保内镜的安全和有效。同时,他们还要监测患者的生命体征,如血压、心率、呼吸等,及时处理可能的不良反应。这种技术支持和监测,是确保检查过程安全、顺利进行的关键。

## 三、患者护理:人文关怀,减轻不适

内镜检查对于患者来说是一种未知的体验,可能会产生紧张和不适。护士在与患

者的互动中,需要展现出高度的耐心和同理心。他们通过语言安慰和疏导,减轻患者的不适和恐惧。在胃镜检查等过程中,护士会耐心安抚患者,确保检查过程尽可能舒适。

## 四、内镜设备和材料管理:确保清洁与安全

内镜设备和材料的管理与维护,是内镜中心护理的重要职责。护士需要负责设备的清洁、消毒、维修等工作,确保设备的无菌性和安全性。通过正确的护理程序,可以减少感染风险,保障患者安全。此外,护士还要做好记录和统计,监测设备和材料的使用情况,及时报告和反馈问题和异常情况。

## 五、团队协作与质量控制

内镜中心护理团队需要与医生、其他护士等医务人员保持密切的沟通和合作,确保工作的协调和流程的顺畅。他们参与内镜团队的培训和学术交流,不断提升自己的专业水平和技术能力。

## 结语

内镜中心护理团队是窥探健康的守护者,他们通过细致入微的准备、精准的技术支持、人文关怀的护理、严格的设备管理以及高效的团队协作,为患者提供了高质量的内镜服务。这一团队的努力和付出,不仅提高了医疗质量,更保障了患者的安全和健康。让我们向这些默默奉献的白衣天使致以最崇高的敬意。

(作者单位:四川省广安市人民医院)

# 浅析针灸治疗的注意事项

□ 李岩

坐骨神经痛是一种常见的神经疾病,表现为沿坐骨神经通路及其分布区的放射性疼痛。它不仅影响患者的日常生活,还常常带来身心的双重负担。

然而,针灸作为一种传统中医疗法,为坐骨神经痛患者点亮了希望之光。本文将详细介绍针灸治疗坐骨神经痛的作用、方法、注意事项以及疗程,以期为患者提供科学、全面的指导。

## 一、针灸治疗坐骨神经痛的作用

- 缓解疼痛:** 针灸通过刺激特定的穴位,促进血液循环,缓解神经炎症反应,减轻神经痛的程度。针灸还可以刺激神经末梢,释放内啡肽等内源性物质,产生镇痛作用。
- 恢复神经功能:** 针灸能够调节气血运

行,增加血液供应,改善神经营养,促进受损神经的修复和再生。针灸还可以调整神经系统的兴奋与抑制平衡,增加神经传导速度,从而恢复受损神经的功能。

- 调整局部炎症反应:** 针灸通过调节免疫系统和抗炎系统的功能,减轻局部炎症反应,缓解症状。针灸还能促进淋巴循环和代谢,加速炎症代谢产物的排出,促进组织修复。

- 改善肌肉痉挛:** 针灸可以调节肌肉的张力,消除肌肉痉挛,缓解坐骨神经受压的症状。针灸还能刺激肌肉的神经末梢,调整肌肉的血液供应,减轻肌肉痉挛和疼痛。

## 二、针灸治疗坐骨神经痛的方法

针灸治疗坐骨神经痛的主要原则为“通

经止痛”,通过刺激足太阳经和足少阳经的相关穴位,促进气血流通,缓解疼痛,恢复神经功能。

- 主穴选择:** 足太阳经证取穴腰夹脊、秩边、委中、承山、昆仑、至阴、阿是穴;足少阳经证取穴腰夹脊、环跳、阳陵泉、悬钟、丘墟、阿是穴。

- 配穴选择:** 寒湿证配命门、腰阳关;瘀血证配血海、三阴交;气血不足证配足三里、三阴交。

- 其他疗法:** 拔罐、头针、穴位注射、电针等疗法,可根据具体情况选择,以增强治疗效果。

## 三、针灸治疗坐骨神经痛的注意事项

- 安全性:** 针灸治疗坐骨神经痛一般在正规医院进行,安全性较高。但需注意消毒不

严可能导致的感染,以及艾灸时温度过高可能导致的烫伤。

- 疗程与频率:** 针灸治疗坐骨神经痛通常需要每天进行一次,连续治疗7-10天为一个疗程。具体天数和频率需根据患者的病情和疼痛程度来决定。

- 饮食与休息:** 针灸治疗期间,患者需注意饮食清淡,避免食用辛辣、刺激性食物。针灸以其独特的疗效和安全性,为坐骨神经痛患者提供了有效的治疗手段。在接受针灸治疗前,患者应选择正规医疗机构和具有资质的针灸医师,并遵医嘱进行治疗,以期达到最佳的治疗效果。

(作者单位:河北省保定市莲池区韩庄乡卫生院)

# 肿瘤科的护理指南

□ 李云霞

在医学日益进步的今天,癌症虽仍被视为一种严峻的健康挑战,但通过综合治疗与精心护理,许多患者的生活质量得到了显著提升,甚至重新找回了生活的信心。肿瘤科护理作为癌症治疗不可或缺的一环,其重要性不言而喻。

以下几点,将从专业角度探讨如何通过肿瘤科护理帮助癌症患者重拾生活信心。

## 1. 个性化疼痛管理

癌症及其治疗往往伴随着不同程度的疼痛,这是影响患者生活质量的主要因素之一。肿瘤科护理团队通过评估患者的疼痛程度,制定个性化的疼痛管理计划,包括药物治疗、物理治疗、心理干预等多种手段,力求将疼痛

控制在可接受的范围内。有效的疼痛管理不仅能减轻患者的身体负担,还能为其心理状态打下积极的基调。

## 2. 心理支持与情绪疏导

面对癌症这一重大生活事件,患者及其家属常伴随着恐惧、焦虑、抑郁等负面情绪。肿瘤科护理中,心理支持服务显得尤为重要。专业心理咨询师或社会工作者通过一对一访谈、小组支持活动等形式,为患者提供情绪释放的渠道,教授应对压力的技巧,帮助他们建立积极的心态,增强战胜疾病的信心。

## 3. 营养与饮食指导

良好的营养状况是癌症治疗成功的关键。肿瘤科护士会根据患者的具体情况,如治

疗阶段、身体状况、口味偏好等,制定个性化的饮食计划,确保患者摄入足够的热量、蛋白质和微量元素,同时避免加重身体负担的食物。营养支持不仅能增强患者的免疫力,还能提高治疗的耐受性,促进康复。

## 4. 康复教育与自我管理能力提升

癌症患者出院后,持续的康复教育和自我管理至关重要。肿瘤科护理团队会定期举办健康讲座、康复操训练班等活动,教授患者及家属关于疾病预防、症状管理、药物使用等方面的知识,鼓励患者参与日常活动,逐步恢复社会功能。通过这些措施,患者能够更好地管理自己的健康状况,减少对医院的依赖,增强自我效能感。

## 5. 建立支持系统,促进社区融入

癌症患者的社会支持网络是其康复旅程中的重要资源。肿瘤科护理不仅关注院内治疗,还致力于构建家庭、朋友、病友间的互助网络,以及连接社会资源,如癌症康复协会、志愿者服务等,帮助患者感受到来自社会各界的温暖与关怀,促进其更好地融入社区生活,重拾生活乐趣。

总之,肿瘤科护理是一个全方位、多层次的过程,它通过精细化的管理、人性化的关怀,为癌症患者提供了身心双重支持,助力他们在抗癌路上越走越远,最终重拾生活的信心与希望。

(作者单位:四川省广安市人民医院)

# 压疮的预防到治疗的护理攻略

□ 臧丹丹

压疮,又称褥疮或压力性溃疡,是长期卧床患者常见的并发症。压疮是由于身体局部组织长时间受压,导致血液循环障碍,引起组织缺血、缺氧、营养不良,从而发生软组织损伤甚至坏死。

压疮的护理是护理单元的重要内容,从预防到治疗都需要全面细致的呵护。以下是压疮护理的详细知识,分为预防和治疗两大方面。

## 一、压疮的预防

### 1. 定期变换姿势:

长期卧床的患者应定期翻身,每1-2小时变换一次体位,避免某一部位长期受压。坐轮椅的患者每15分钟换一次姿势,减少局部组织长时间受压。

### 2. 使用压力缓解设备:

使用气垫床、水垫床、泡沫缓冲垫等减

压装置,均匀分散压力,减少压强集中于某一部位的风险。

可以在受压部位使用气垫、气圈缓解压疮溃疡的压迫。

### 3. 保持皮肤干燥清洁:

每次接触后应立即清洗受影响区域,使用柔软无刺激性的毛巾轻轻拍干,避免汗液积聚引起浸润性损伤。保持床铺的平整和干净,定时更换床上用品和衣物,选择柔软面料,减少皮肤摩擦。

### 4. 营养支持治疗:

增加蛋白质摄入量,促进伤口愈合及机体修复。制定个性化饮食计划,包括瘦肉、鱼类等高蛋白食物。增加维生素C和维生素E的摄入,有助于增强皮肤弹性和抵抗力。

### 5. 避免摩擦和压迫:

使用软垫或衣物保护易受损部位,确保移动时动作轻柔,避免摩擦破皮肤。

## 二、压疮的治疗

### 1. 创面清洁:

对伤口进行清创和换药,及时更换敷料,保持创面的清洁。

使用温和的清洁剂清洗皮肤,避免使用刺激性强的化学品。

### 2. 药物治疗:

应用抗感染药物和促进皮肤愈合的药物,如聚维酮碘、抗生素软膏等。

使用生长因子疗法,激活创面修复相关因子,促进愈合。

### 3. 物理治疗:

光疗、脉冲式射频能量、超声波治疗等,促进创面修复。

使用负压封闭引流技术,将创面渗出物、坏死组织和细菌等引流排出,改善创面微循环。

### 4. 手术治疗:

对坏死严重的压疮进行清创术,清理创面,促进愈合。

通过皮肤修复术修复难以自行愈合的压疮。

### 5. 中医治疗:

根据中医理论,初期采用清热解毒、消肿止痛的药物,后期采用补气养血、活血化瘀的药物。

压疮的护理是一个综合性的过程,需要医护人员、患者及家属的共同努力。通过实施上述护理措施,可以显著降低压疮的发生率,促进患者康复。同时,应提供情感支持,鼓励患者表达感受,适时引导其进行积极的心理调适。

(作者单位:河北省定州市中医医院)