

# 前列腺增生的应对措施

□何晓北

助于减轻前列腺增生的症状。

2. 药物治疗:常用的药物包括坦索罗辛为代表的 $\alpha$ 受体阻滞剂、非那雄胺为代表的 $5\alpha$ -还原酶抑制剂等,常见的有。这些药物可以缓解症状,改善生活质量。

3. 手术治疗:对于症状严重、药物治疗无效的患者,可以考虑手术治疗。常见的手术方法包括经尿道前列腺电切术、经尿道前列腺激光切除、前列腺剜除、前列腺悬扩及水蒸气消融等。

4. 心理调适:前列腺增生会给患者带来很大的心理压力,需要家人和朋友的支持和关爱,以帮助患者保持积极的心态。

## 五、预防措施

预防前列腺增生需要注意以下几点:

1. 定期进行体检:及早发现和及时治疗可能导致前列腺增生的疾病,如前列腺炎、尿路

感染等。

2. 控制饮食:减少高胆固醇、高脂肪食物的摄入,多食用蔬菜水果等有益于健康的食物。

3. 坚持运动:适量的运动有助于增强体质,减少疾病的发生。

4. 保持健康的生活方式:戒烟限酒、保证充足的睡眠等健康的生活方式有助于预防前列腺增生。

总之,前列腺增生是一种常见的男科疾病,对中老年男性的生活造成了一定的困扰。了解前列腺增生的症状、原因、诊断和治疗方法,以及采取相应的应对措施,对于预防和治疗前列腺增生非常重要。同时,预防措施也很重要,定期进行体检、控制饮食、坚持运动、保持健康的生活方式等,有助于减少前列腺增生的发生。

(作者单位:河北省邢台市宁晋县中西医结合医院)

# 麻醉的种类与应用:局部、区域与全身麻醉

□吴丹

术视野附近的组织,常用于小型手术或门诊手术。

局部麻醉具有操作简单、恢复快、并发症少的优点,适用于一些小型手术或门诊手术,如皮肤缝合、拔牙等。

## 区域麻醉

区域麻醉,也称为神经阻滞麻醉,是指将麻醉药物注射到外周神经干附近,阻断神经冲动传导,使该神经所分布的区域麻醉。区域麻醉根据作用范围的不同,可以分为神经阻滞麻醉、椎管内麻醉等。

神经阻滞麻醉:将局麻药注射到外周神经干附近,常用于口腔科和四肢手术。

椎管内麻醉:将麻醉药注入椎管内,如硬膜外麻醉和腰麻,常用于下腹部和下肢手术。

区域麻醉具有麻醉效果确切、对生理干扰小、术后恢复快的优点,适用于一些中等规模的手术,如剖宫产、下肢骨折手术等。椎管内麻醉因其起效快、镇痛效果好,常用于剖腹产手术。

## 全身麻醉

全身麻醉是指通过口服、吸入或注射麻醉药物,使病人的意识、感觉和反射消失,从而在手术过程中保持安静、无痛的状态。全身麻醉药物可以抑制大脑皮层对兴奋性刺激的接收和处理能力,同时抑制兴奋性神经递质的释放,从而抑制意识和痛觉的传导。

全身麻醉适用于各种大小手术,尤其是时间较长、范围广泛或对呼吸、循环系统影响较大的手术,如心脏手术、器官移植手术

等。此外,全身麻醉也适用于一些特殊情况的手术,如病人无法配合手术、需要进行紧急手术等。

全身麻醉需要专业的麻醉医师进行操作,并在手术前进行全面的评估,包括病史、体格检查和实验室检查等。在手术过程中,麻醉医师会全程监测病人的生命体征,如血压、心率、呼吸等,并随时调整麻醉药物的用量。

## 结语

麻醉的种类与应用多种多样,局部麻醉、区域麻醉和全身麻醉各有其优缺点和适用范围。在选择麻醉方式时,医生会根据手术类型、患者的身体状况和手术风险等因素进行综合考虑,以确保手术的安全和患者的舒适度。

(作者单位:四川大学华西广安医院)

# 浅谈普外科护理的重要性

□白薇

外,护士还需向患者及家属详细解释手术过程、风险及术后注意事项,以缓解他们的焦虑情绪,增强手术信心。

## 2. 术中配合:精确无误的操作与监测

手术室内,普外科护士是医生不可或缺的助手。他们需要熟练掌握各种手术器械的使用,确保手术过程中的无菌操作,协助医生进行切口定位、组织分离、止血、缝合等关键步骤。同时,护士还需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,确保手术安全进行。这种高度的专业性和团队协作能力,是普外科护理中不可或缺的一环。

## 3. 术后护理:全面细致的观察与康复

手术完成后,普外科护理的工作并未结

束,反而进入了更为关键的阶段。术后,护士需对患者的生命体征进行持续监测,观察伤口有无感染、出血等并发症,及时更换敷料,保持伤口清洁干燥。此外,护士还需指导患者进行正确的体位摆放、疼痛管理、饮食调整及早期康复训练,以促进患者身体机能的恢复,减少术后并发症的发生。

## 4. 心理护理:人文关怀的力量

普外科护理中,心理护理同样重要。面对手术带来的身心压力,患者往往容易产生焦虑、恐惧、抑郁等情绪。护士需具备敏锐的观察力和良好的沟通能力,及时发现患者的心理变化,通过倾听、安慰、鼓励等方式,给予患者情感上的支持和心理干预,帮助他们建立战胜疾病的信心,促进身心全面康复。

## 5. 持续教育与科研创新

随着医学技术的不断进步,普外科护理也在不断发展和完善。护士需要不断学习最新的医学知识、护理技术和研究成果,提升自己的专业素养,为患者提供更优质的护理服务。同时,参与科研项目,探索更有效的护理方法和技术,也是普外科护理发展的重要方向。

综上所述,普外科护理远非“缝缝补补”所能概括,它涵盖了从术前准备到术后康复的全过程,涉及生理、心理、社会等多个层面。普外科护士以其专业的知识、精湛的技术和温暖的人文关怀,为患者提供了全方位、高质量的护理服务,是医疗团队中不可或缺的一员。

(作者单位:河北省固安县知子营社区卫生服务中心)

# 糖尿病的并发症及其防治

□丁箭

低血糖症:在糖尿病治疗过程中,由于药物使用不当或饮食控制不当,导致血糖水平过低,出现心慌、手抖、面色苍白等症状,严重时可出现意识障碍、抽搐甚至昏迷和死亡。

## 2.慢性并发症

### 微血管病变

糖尿病肾病:是糖尿病最常见的微血管并发症之一。早期无明显症状,随着病情发展,肾脏长期受到高血糖损害,导致肾小球硬化、蛋白尿、水肿等表现,进而引发肾功能不全、尿毒症等。

糖尿病视网膜病变:是糖尿病眼部最常见的并发症,高血糖损害视网膜血管,导致微血管瘤、出血等症状,严重时可致失明。

糖尿病周围神经病变:由于高血糖对神经系统的损害,患者可能出现手足麻木、痛觉过敏等症状,典型的患者呈现手套或袜套式分布。

糖尿病足:是糖尿病最严重和治疗负担最重的慢性并发症之一,由于神经病变和血管病变导致末梢血液供应不足,足部皮肤容易受损、感染并难以愈合,严重时可能导致截肢。

大血管病变:如动脉粥样硬化,由于血糖升高导致糖蛋白聚集,血液粘稠,增加心血管疾病风险。

感染性并发症:糖尿病患者免疫系统功能受损,容易并发各种感染,如泌尿系统感染、呼吸道感染等。

## 二、糖尿病的防治措施

### 1.饮食控制与结构优化

调整食物种类和摄入量,维持正常体重,减轻胰岛 $\beta$ 细胞的工作负担。减少高热量、高脂肪食品的摄入,提倡粗粮杂粮搭配。

### 2.规律运动

每周至少进行150分钟中等强度有氧运动,如快走、游泳等,提高机体对葡萄糖的利

用效率,改善胰岛素敏感性。

### 3.定期血糖监测

定期监测血糖水平,及时发现异常并采取相应措施,防止病情进展。对于已诊断为糖尿病患者,应按医嘱定期检测空腹及餐后血糖。

### 4.药物治疗

根据医生处方选择合适的药物按时服用,如口服降糖药或胰岛素注射,并注意观察可能出现的副作用。

### 5.心理调适与压力管理

良好的心理状态有利于缓解应激反应,影响内分泌系统功能。可通过心理咨询、冥想等方式减轻压力,保持心情愉悦。

通过科学合理的防治措施,糖尿病患者可以有效控制血糖,减少并发症的发生,提高生活质量。因此,糖尿病患者应时刻保持警惕,加强对糖尿病并发症的了解,早发现、早诊断、早治疗,守护自己的健康。

(作者单位:河北省邯郸市中西医结合医院)

前列腺增生是一种常见的男科疾病,是导致排尿困难最常见的原因,困扰着许多中老年男性。

本文将详细介绍前列腺增生的症状、原因、诊断和治疗方法,帮助读者了解这一疾病,以及如何采取相应的应对措施。

## 一、前列腺增生的症状

前列腺增生最常见的症状包括排尿困难、尿频、尿急、尿不尽等,严重时会出现突然的不能排尿,多在夜间出现,且很容易引起膀胱结石、血尿或泌尿系统感染等并发症。这些症状可能会严重影响患者的日常生活和工作,需要及时就医。

## 二、前列腺增生的原因

年龄和雄激素的刺激是前列腺增生的最重要原因。前列腺增生是中老年男性中极为普遍的现象,50岁以上男性中大约有40%

在医学手术中,麻醉是一项至关重要的技术,它能够帮助患者在手术过程中减轻或消除疼痛,并提供舒适的手术体验。根据麻醉作用范围的不同,麻醉主要分为局部麻醉、区域麻醉和全身麻醉。本文将详细介绍这三种麻醉方式及其应用。

## 局部麻醉

局部麻醉,也称为表面麻醉,是指将麻醉药物直接应用于手术部位的黏膜或皮肤表面,使该区域的神经传导被阻断,从而实现局部无痛。常见的局部麻醉方法包括表面麻醉和浸润麻醉。

表面麻醉:将穿透性强的局麻药涂于黏膜表面,如眼、鼻、口腔等部位的浅表手术。

浸润麻醉:将局麻药溶液注入皮下或手

在许多人的眼中,普外科(即普通外科)护理似乎就是简单的“缝缝补补”,即处理伤口、缝合切口等表面工作。然而,实际上,普外科护理远比这复杂得多,它是一门集医学知识、护理技能、人文关怀于一体的综合性学科。

本文将从多个方面阐述普外科护理的内涵,帮助大家更全面地了解这一领域。

## 1. 术前准备:细致入微的评估与准备

普外科护理始于患者的术前准备阶段。这一阶段,护士需要对患者的身体状况进行全面而细致的评估,包括生命体征、营养状况、心理状态等。根据评估结果,护士会为患者制定个性化的术前准备计划,如调整饮食、进行必要的检查、准备手术区域皮肤等。此