

掌握血液病护理秘籍陪伴患者度过难关

□ 修敏

血液病，作为一类复杂且多样的疾病，不仅要求专业的医疗治疗，还需要精细的日常护理。面对亲人罹患血液病，家属如何提供最佳的照顾？以下是一些关键的护理秘籍，帮助家属更好地陪伴患者度过难关。

一、了解病情，与医生保持沟通

家属需要充分了解患者的病情，包括疾病的发展过程、当前状态以及治疗方案。这些信息是家属与医生沟通的基础，有助于医生制定更精准的治疗计划。

一旦病情发生变化，家属应及时与医生沟通，避免盲目用药或治疗。

二、遵医嘱用药，监督复查

血液病患者通常需要长期、规律地服用

药物。家属应确保患者按时、按量服药，避免漏服或多服。

三、保持良好的饮食和生活习惯

饮食对血液病患者的康复至关重要。家属应根据患者的具体情况，合理安排饮食，确保营养均衡。同时，规律的生活作息、避免熬夜和劳累也是必要的。患者身体状况允许时，适当锻炼有助于增强体质。

四、维护良好的心态

心理支持是血液病患者康复过程中不可或缺的一部分。家属应帮助患者正确认识疾病，树立战胜疾病的信心。面对患者的恐惧、焦虑等情绪，家属应耐心倾听，给予安慰，必要时寻求专业心理咨询师的帮助。

五、注意卫生，预防感染

血液病患者免疫力较低，容易感染。家属应保持患者居住环境的整洁、安静，减少不必要的探视，避免带入细菌或病毒。患者日常生活中，应保持良好个人卫生习惯，如勤洗手、保持口腔卫生等。

六、细致护理，关注细节

对于血液病患者，特别是接受化疗或放疗的患者，家属应密切关注患者的身体状况，如口腔、鼻腔、眼睛等部位的护理。对于血小板低的患者，家属应特别注意防止磕碰，避免出血。

七、合理安排探视，保持环境整洁

亲朋好友的探视虽然表达了关心，但也可能带来细菌或病毒。家属应合理安排探视

时间，保持患者居住环境的整洁和安静，有助于患者的康复。

八、记录病情，及时反馈

家属应记录患者的病情变化，包括体温、饮食、睡眠等日常情况。这些记录有助于医生更全面地了解患者的身体状况，及时调整治疗方案。

总之，血液病的护理是一个复杂而细致的过程，需要家属的耐心、细心和爱心。

通过了解病情、遵医嘱用药、保持良好的饮食和生活习惯、维护良好的心态、注意卫生预防感染、细致护理关注细节以及合理安排探视，家属可以为患者提供最佳的照顾，助力他们早日康复。

(作者单位：河北省廊坊市中医医院)

分析特应性皮炎与二型炎症的机制

□ 祝行行

特应性皮炎是一种慢性、复发性、系统性的2型炎症性疾病，其基本特征包括皮肤干燥、慢性湿疹样皮损和明显瘙痒。为了深入理解这一疾病，我们需要从多个方面探讨其与2型炎症的关系。

一、特应性皮炎的定义与特点

特应性皮炎是一种皮肤科的常见病，以反复发作的慢性湿疹样皮疹为主要表现，伴有显著的皮肤干燥和瘙痒。

该病具有慢性、炎症性、复发性三大特点，且易反复发作。

数据显示，中重度特应性皮炎患者每年约有1/3的时间处于复发期，给患者带来了严重的身体、心理和生活负担。

二、特应性皮炎与2型炎症的关系

2型炎症反应是应答过强所导致的一类炎症性疾病。特应性皮炎的核心发病机制在于2型炎症，其中IL-4和IL-13是2型炎症的关键和核心驱动因子。这两种细胞因子的过度表达会刺激炎症介质释放并诱发炎症反应。

三、特应性皮炎的发病机制

特应性皮炎的出现与遗传因素、免疫异常、环境因素、皮肤屏障功能障碍等有关。遗传因素在特应性皮炎的发病中起着重要作用，研究显示，父母一方患特应性皮炎的子女发病率增加一倍，父母双方均患特应性皮炎时，子女的发病率增加二倍。免疫异常方面，患者常有特应性疾病的家族史，如哮喘、过敏性鼻炎、过敏性结膜炎，且表现为外周

血嗜酸粒细胞增多和血清IgE水平增高等。

四、特应性皮炎的治疗与管理

特应性皮炎虽然无法根除，但可以通过长期规范治疗得到缓解和控制。传统疗法包括外用糖皮质激素和钙调磷酸酶抑制剂，以缓解局部皮肤炎症和瘙痒。

近年来，多种新治疗方式如靶向生物制剂等的临床应用，为中重度特应性皮炎治疗带来了革命性进展。生物制剂可以精准靶向2型炎症反应中关键致病因子IL-4和IL-13的信号传导，从根源抑制炎症反应，同时不会抑制患儿生长发育。

除了药物治疗，患者还需在日常生活中做好长期规范管理，尽可能避免未来共病的发生。这包括通过食物过敏原检测或回避加

激发试验来判断自己是否存在食物过敏的情况，再针对性地回避；保持皮肤湿润，避免过度洗浴；保持环境简单，减少变应原刺激；以及保持心理健康，注重自我放松，减轻紧张、焦虑等负面情绪。

五、结语

特应性皮炎是一种与2型炎症密切相关的慢性皮肤病，其发病机制复杂，涉及遗传、免疫、环境等多方面因素。通过长期规范治疗和生活管理，患者可以有效控制病情，提高生活质量。对于特应性皮炎患者而言，早期开启规范治疗，不仅能够缓解瘙痒症状，还能降低未来共病发生率。

(作者单位：河北省唐山市华北理工大学附属医院)

慢阻肺的药物治疗与护理要点

□ 陈晓琼

慢阻肺是一种常见的慢性呼吸系统疾病，患者需要进行长期的药物治疗和护理，以减轻症状、改善生活质量。本文将介绍慢阻肺的药物治疗与护理要点，帮助患者更好地管理病情。

一、药物治疗

1. 支气管舒张剂：是慢阻肺最常用的药物之一，可以缓解症状、改善呼吸。常用的支气管舒张剂包括短效β₂受体激动剂、抗胆碱药和茶碱类药物等。

使用时应注意剂量和时间，避免长期使用一种药物，以免产生耐药性。

2. 吸入激素：对于慢阻肺的长期治疗，吸入激素是一种有效的治疗方法。它可以减轻炎症、减少气道狭窄，从而改善症状。常用

的吸入激素有氟替卡松、布地奈德等，使用时需按照医生指导正确使用吸入器。

3. 祛痰药：可以帮助患者排痰，改善呼吸。常用的祛痰药包括氨溴索、愈创甘油醚等。使用时应注意药物的剂量和不良反应。

4. 抗生素：对于慢阻肺急性加重期，有时需要使用抗生素治疗。但大多数情况下，慢阻肺的炎症主要是由于气道慢性炎症引起的，并非细菌感染所致，因此在使用抗生素时应遵循医生的建议。

二、护理要点

1. 戒烟：戒烟是慢阻肺最重要的预防措施，可以显著降低慢阻肺的发病率和死亡率。戒烟者应尽量避免吸入二手烟。

2. 保持健康的生活方式：保持适当的运

动、合理的饮食和充足的睡眠，有助于提高免疫力，减少病情发作。

3. 家庭氧疗：对于重度慢阻肺患者，家庭氧疗是一种有效的辅助治疗措施。每天保持15小时以上的吸氧时间，可以改善患者的生存质量和寿命。

4. 呼吸操和康复训练：适当的呼吸操和康复训练可以增强患者的呼吸肌力量，提高呼吸效率，减少呼吸困难的程度。常见的呼吸操包括缩唇呼吸、腹式呼吸等。

5. 避免接触有害气体：对于有有害气体接触史的慢阻肺患者，应尽量避免再次接触有害气体，以免加重病情。

6. 定期复查：患者应定期到医院进行复查，以便医生了解治疗效果和病情变化，及时

调整治疗方案。

7. 心理护理：慢阻肺患者常伴有焦虑、抑郁等心理问题，应加强心理护理，帮助患者调整心态，积极面对疾病。

8. 家庭支持：家庭成员应给予患者足够的支持和关爱，帮助患者克服心理障碍，积极配合治疗。

总之，慢阻肺的药物治疗和护理要点包括正确的药物治疗、戒烟、保持健康的生活方式、家庭氧疗、呼吸操和康复训练、避免接触有害气体、定期复查和心理护理等。患者应认真执行这些措施，以便更好地管理病情，提高生活质量。

(作者单位：河北省张家口市张北县二台中心卫生院)

心力衰竭的症状与体征

□ 董宁

心力衰竭(简称心衰)是一种心脏功能减退、无法有效泵血以满足身体需求的临床综合征。

它是多种心脏疾病发展的终末阶段，症状多样且严重，提示心脏功能已经受损，需要及时就医。

以下是心力衰竭的主要症状和体征，帮助大家更好地了解 and 识别这一疾病。

症状

1. 呼吸困难

心力衰竭最常见的症状之一是呼吸困难。患者可能在体力活动后出现气短、喘息，随着病情加重，即使在休息时也会感到呼吸困难。严重时，患者不得不采取端坐位或半卧位以减轻呼吸困难，这被称为端坐呼吸。

2. 乏力和疲倦

心力衰竭患者常感到极度乏力和疲倦，

因为心脏无法为身体各器官提供充足的血液和氧气，导致身体机能下降。患者可能在进行日常活动时就感到力不从心，需要频繁休息，乏力症状可能持续存在，且难以通过休息完全缓解。

3. 水肿

水肿也是心力衰竭的常见症状之一，通常从下肢开始出现，逐渐向上蔓延。患者可发现腿部、脚踝等部位出现肿胀，按压后有凹陷，严重时可出现全身水肿，包括腹部、面部等。水肿的发生是由于心脏功能下降，导致血液循环不畅，液体在组织间隙中积聚。

4. 心悸

心悸是心力衰竭患者可能出现的一种症状，表现为自觉心跳加快、心跳不规律或心跳过强。这是由于心脏为了弥补功能不足而加快跳动，或者出现心律失常所致。

心悸可能在活动后加重，也可能在休息时出现，给患者带来不适和不安。

5. 咳嗽和咳痰

心力衰竭患者可能伴有咳嗽症状，尤其是在夜间或平卧时加重。咳嗽可能是由于肺部淤血刺激呼吸道引起的，有时咳嗽可伴有白色或粉红色泡沫痰，这是急性左心衰竭的典型表现之一。

体征

1. 心音低弱

心力衰竭患者的心脏泵血功能减弱，导致心脏输出减少，同时心肌收缩力也会下降，所以心音会出现低弱的情况。

2. 心率增快

由于心力衰竭会导致心脏的收缩力以及舒张力下降，所以在听诊时会出现心率增快的现象。

3. 血压下降

心力衰竭会导致心脏泵血功能减弱，同时还会导致心脏的收缩力以及舒张力下降，从而导致血压下降。

4. 肺部湿口音

左心衰竭时，肺部可以听到湿口音。这是肺部淤血的表现，提示心脏功能受损。

5. 颈静脉怒张和肝大

右心衰竭的患者，查体时可以看到颈静脉怒张，甚至出现肝颈静脉回流征阳性。肝脏淤血可导致肝脏肿大，严重时甚至出现心源性的肝硬化。

心力衰竭是一种严重的临床综合征，需要及时就医并采取相应的治疗措施。

通过合理的治疗和生活方式调整，可以延缓病情进展，提高患者的生活质量。

(作者单位：河北省张北县医院)