

浅谈血液透析的操作步骤

□李素梅

血液透析,简称血透,是一种重要的肾脏替代治疗方法,为终末期肾病患者提供了延续生命的宝贵机会。以下将详细介绍血液透析的基本原理、适应症、操作步骤以及其在肾病学治疗中的重要性。

一、血液透析的基本原理

血液透析利用半透膜原理进行物质交换。通过弥散、对流、吸附等原理,将患者的血液引出体外,经过透析器中的空心纤维,清除血液中的有害物质,如代谢废物(肌酐、尿素氮)、过多的水分和电解质等。

同时,透析液中的碳酸氢根等物质转移到患者血液中,以维持机体水、电解质和酸碱平衡。这一过程相当于用仪器治疗代替肾脏的代谢废物功能。

二、血液透析的适应症

- 急性肾损伤:由于各种原因导致的肾功能急剧下降,需要进行紧急血液透析治疗。
- 慢性肾衰竭:当慢性肾脏疾病发展到终末期时,肾脏功能严重受损,血液透析成为长期治疗的重要手段。
- 药物或毒物中毒:对于无法通过其他方式排出的药物或毒物,血液透析通过清除血液中的有害物质来减轻中毒症状。
- 其他疾病:如严重的水肿、高钾血症、酸中毒等,也需要通过血液透析进行治疗。

三、血液透析的操作步骤

- 血管通路建立:通过中心静脉置管、动静脉内瘘等方式建立血管通路,以便将患者的血

液引出体外。

2. 肝素抗凝:在透析开始前给予患者肝素抗凝治疗,防止血液在体外循环过程中发生凝固。

3. 透析治疗:将患者的血液引出体外,经过透析器进行物质交换。医护人员需密切监测患者的生命体征和透析器的运行状态。

4. 回血操作:透析治疗结束后,将经过净化的血液回输到患者体内。

四、血液透析的重要性

1. 清除毒素和废物:血液透析能有效清除患者体内的代谢废物和毒素,减轻肾脏负担,防止毒素在体内积聚引发严重并发症。

2. 调节水盐平衡:通过控制透析液中的成分浓度,血液透析能调节患者体内的

水分和电解质平衡,防止水钠潴留和电解质紊乱。

3. 维持酸碱平衡:透析液中的碳酸氢根等物质能以正患者体内的酸中毒状态,恢复酸碱平衡。

4. 改善营养状况:血液透析有助于清除体内的有毒代谢产物,促进蛋白质代谢,改善患者的营养状况,缓解贫血、消瘦等问题。

结语

血液透析作为一种成熟、有效的肾脏替代治疗方法,在终末期肾病患者生命维持中发挥着不可替代的作用。通过科学的治疗和综合管理,肾病患者能够显著改善生活质量,延长生存时间。

(作者单位:河北省武安市中医院)

枸杞遇上维生素C,谁更胜一筹?

□刘文

在现代快节奏的生活中,人们越来越注重健康养生。传统中药材与现代维生素补充剂的结合,成为了许多人追求健康的新方式。其中,枸杞与维生素C作为两种常见的保健佳品,各自拥有独特的功效与优势。

那么,当枸杞遇上维生素C,谁更胜一筹呢?

一、枸杞:传统中药的智慧结晶

枸杞,作为传统中药材,自古以来就被誉为“长寿果”。《本草纲目》中提到,枸杞子能够“久服坚筋骨,轻身不老,耐寒暑”。枸杞性平味甘,药食两用,其功效主要包括:

- 养肝明目:枸杞泡水服用可滋阴明目,特别适合现代人长期面对电子屏幕导致的眼睛干涩、视力疲劳。
- 补肾壮阳:枸杞能补肾益精,提高性功能,民间有“离家千里不吃枸杞”的说法。
- 降血糖、降血压:枸杞有温和的调节血糖、血脂作用,常服对高血压及相关并发症有

一定调节作用。

4. 养颜抗衰老:枸杞的主要作用是补肾,中医认为肾与生长发育有关,每日取少许枸杞泡水喝可抗衰老,使面色红润。

然而,枸杞虽好,但并非人人适用。体质偏热、易上火的人,以及感冒发烧、身体有炎症、腹泻的人,最好避免食用。

二、维生素C:现代科学的营养补充

维生素C,作为人体必需的维生素之一,具有广泛的健康益处:

- 增强免疫力:维生素C的抗氧化作用能够减少氧化自由基对人体的伤害,从而提高免疫力。
- 美颜祛皱:维生素C能促进胶原蛋白的合成,具有抗皱作用,使皮肤细腻,减少黄褐斑形成。
- 防止牙龈出血:维生素C能够抗坏血酸的生成,从而防止牙龈出血。
- 促进骨骼肌生长:维生素C具有促进

骨胶原蛋白生长的作用,对骨骼生长和儿童的发育有帮助。

尽管维生素C对人体益处多多,但过量服用也可能引起不良反应,如胃肠不适等。因此,补充维生素C时应遵循医嘱,适量补充。

三、枸杞与维生素C的互补优势

枸杞与维生素C各有千秋,但它们在哪些方面可以互补,共同促进人体健康:

- 协同增强免疫力:枸杞的滋补作用与维生素C的抗氧化作用相结合,能够更有效地提升人体免疫力。
- 共同促进眼部健康:枸杞的明目功效与维生素C促进胶原蛋白合成的作用相辅相成,有助于缓解眼部疲劳,保护视力。
- 养颜抗衰老的强强联合:枸杞的补肾抗衰老作用与维生素C的美颜祛皱效果相结合,能够使人面色红润,减少皱纹和色斑。

四、注意事项与禁忌

虽然枸杞与维生素C都是健康的佳品,

但在使用时仍需注意以下几点:

1. 适量补充:无论是枸杞还是维生素C,都应遵循医嘱,适量补充,避免过量。

2. 个人体质差异:根据个人体质和需求选择适合自己的保健方式。体质偏热、易上火的人不宜过多食用枸杞;而维生素C过量也可能引起不良反应。

3. 药物相互作用:在服用其他药物时,应咨询医生是否可以同时食用枸杞或补充维生素C,以避免药物相互作用。

五、结语

枸杞与维生素C作为中西合璧的健康秘籍,各自拥有独特的功效与优势。它们在不同的健康需求中发挥着重要作用,而合理的搭配与适量补充,则能更全面地促进人体健康。在选择和使用它们时,我们应充分了解自己的体质和需求,遵循医嘱,科学合理地利用这些健康佳品。

(作者单位:河北省雄县妇幼保健院)

浅析患者的生命体征监测与护理

□刘影

在现代医学护理实践中,生命体征的监测与护理是评估患者健康状况、制定治疗计划以及提供及时干预的重要手段。对于静聊患者(即处于相对静止状态、接受护理的患者),生命体征的监测与护理尤为重要。

本文将详细介绍静聊患者的生命体征监测与护理,涵盖体温、脉搏、呼吸、血压及神经功能等方面的内容。

一、生命体征的监测

生命体征是机体生命活动的主要客观反映,是衡量机体生理健康的基本指标。通过准确、及时地监测患者的生命体征,护士能够及时评估患者的健康状况,及早发现并处理潜在的危险情况。

静聊患者的生命体征监测主要包括以下几个方面:

1. 体温监测

体温是指身体内部胸腔、腹腔和中枢神经的温度,也称核心温度。

正常体温范围为:口腔温度 36.3°C-37.2°C,直肠温度 36.5°C-37.5°C,腋下温度 36°C-37°C。正常人的体温在24小时内不是恒定的,受年龄、饮食、运动、内分泌和情绪等诸多因素的影响而出现生理性的波动,但温度值始终保持在正常范围内。

静聊患者的体温监测可通过口腔温度计、腋下温度计或额温枪进行。护士需确保体温计的清洁和消毒,选择合适的测量位置,准确放置体温计,并等待足够的时间以获取准确的体温数值。

对于异常体温,如发热或低体温,护士应记录结果,并观察体温变化趋势,及时报告医生并采取相应护理措施。

2. 脉搏监测

脉搏是反映心脏活动情况的重要指标,健康成人脉率为每分钟60-90次。脉搏的监测可通过心电图仪或脉搏计进行。心电图仪能够提供准确的心率数据,而脉搏计则可以快速获取心率的近似值。

护士在监测脉搏时,应确保设备的正确操作,正确粘贴心电图电极或准确计算脉搏的频率。

同时,护士还需要观察患者的心率是否有异常波动,如速脉(每分钟心率在100次以上)或缓脉(每分钟心率在60次以下),并记录监测结果。对于异常脉搏,护士应立即通知医生,并做好应急处理准备。

3. 呼吸监测

呼吸是评估患者呼吸系统功能的重要指标。健康成人在安静状态下每分钟呼吸16-20次,深度均匀。护士可通过观察患者的胸部起伏、听诊呼吸音或使用呼吸频率计来监测患者的呼吸。

在监测呼吸时,护士应注意观察患者的呼吸频率、深度以及是否有异常的呼吸模式,如快速浅表呼吸、呼吸困难或潮式呼吸等。呼吸监测的结果应及时记录,并与患者的基准值进行比较。

对于异常呼吸,护士应保持室内空气新鲜,调节体位,保持呼吸道通畅,并立即报告医生,采取必要的护理措施。

4. 血压监测

血压是指血液在血管内流动时对血管壁的侧压力,是评估患者心血管系统功能的重要指标之一。正常成年人收缩压为90-140mmHg,舒张压为60-90mmHg。

血压的监测通常使用血压计进行。在测量前,护士应确保患者适当休息,坐或卧位,

将袖带固定在患者的上臂上,通过充气和放气来获取收缩压和舒张压的数值。测量完成后,护士应及时记录结果,并观察是否存在异常变化,如高血压或低血压。对于异常血压,护士应排除外界因素干扰,进行复测或请他人检测,并立即报告医生,采取相应护理措施。

5. 神经功能监测

对于静聊患者,神经功能的监测尤为重要。护士可以通过一系列的评估工具和技术来监测患者的神经功能,如使用瞳孔反应来评估患者的神经系统状况,检查瞳孔的大小、对光反应以及对近距离对象的调节反应。

此外,护士还可以通过观察患者的肢体活动、感觉反应和协调能力来评估其神经功能。

神经功能监测结果的记录对于评估患者的病情变化和制定治疗计划来说至关重要。护士应密切关注患者的神经功能变化,及时报告医生,并采取相应的护理措施,以促进患者的神经功能恢复。

二、生命体征的护理

针对静聊患者的生命体征监测结果,护士应采取相应的护理措施,以确保患者的安全和舒适。

1. 异常体温的护理

对于发热患者,护士应注意对体温的监测,每4小时测体温一次,待体温恢复正常3日后,可减为每日测体温2次。采用物理降温措施,如用冰袋冷敷头部或置于腋下、腹股沟、颈部等大血管处,体温超过39.5°C时,给予温水擦浴或酒精擦浴。

同时,补充营养和水分,供给高热能、高蛋白的流质或半流饮食,鼓励患者多喝水,或

经静脉补充水分、营养物质及电解质。预防并发症,做好口腔和皮肤护理,防止在机体抵抗力降低时并发其它感染。

对于速脉或缓脉患者,护士应密切监测心率变化,记录脉搏频率,观察是否伴有其他症状,如胸痛、呼吸困难等。及时报告医生,遵医嘱给予相应的药物治疗或采取其他护理措施。

对于节律异常的患者,如间歇脉、脉搏短绌等,护士需两人同时测量,一人听心率,一人测脉搏,以准确评估患者的心率情况。

3. 异常呼吸的护理

对于呼吸增快或徐缓的患者,护士应保持室内空气新鲜,调节体位,如抬高床头,以利于胸部扩张。保持呼吸道通畅,有分泌物时应及时清除。给予精神安慰,如守候在患者身旁以增加患者心理上的安全感。

对于呼吸困难的患者,护士应给予氧疗,必要时进行气管切开呼吸器的应用。

4. 异常血压的护理

对于高血压患者,护士应密切监测血压变化,遵医嘱给予降压药物治疗,并观察药物的疗效和不良反应。对于低血压患者,护士应迅速采取措施,如抬高下肢,增加回心血量,必要时给予升压药物治疗。

三、结语

生命体征的监测与护理是静聊患者护理的重要组成部分。通过准确、及时地监测患者的体温、脉搏、呼吸、血压等生命体征,护士能够及时评估患者的健康状况,及早发现并处理潜在的危险情况。同时,采取相应的护理措施,确保患者的安全和舒适,促进患者的康复。

(作者单位:河北省廊坊市人民医院)