

全科医学护理的基本理念

□ 唐久颖

全科医学护理是一种综合性的医疗护理模式,旨在为患者提供全面、连续和协调的医疗服务。这种护理模式不仅关注患者的身体健康,还关注其心理、社会和精神健康,以实现整体健康的维护与促进。

以下是全科医学护理的基本理念,逐一进行阐述。

一、以患者为中心

全科医学护理的核心理念是以患者为中心,这意味着所有的医疗和护理服务都围绕患者的需求和期望展开。护理师通过全面评估患者的身体状况、心理状况、社会背景和生活方式等因素,为患者提供个性化的护理服务。这种评估不仅关注患者的当前健康状况,还考虑其长期照护需求,旨在提高患者的生

活质量。

二、全面性与连续性

全科医学护理强调全面性,涵盖了对患者身体、心理、社会和精神健康的全面关注。护理师在提供护理服务时,不仅关注患者的疾病和症状,还关注其家庭背景、社会环境和生活方式等因素对健康的影响。此外,全科医学护理还强调连续性,即在患者的生命周期内提供持续的健康管理和护理服务。从妇女围产期保健、新生儿保健到老年保健,全科医学护理贯穿始终,确保患者在不同阶段都能得到适当的照护。

三、预防与早期干预

全科医学护理注重预防和早期干预,旨在通过健康教育、疾病管理和健康促进等服

务,帮助患者预防疾病,管理慢性病,提高生活质量。护理师通过提供个性化的健康指导,帮助患者建立健康的生活方式,包括合理饮食、适度运动、良好睡眠和心理健康等方面。此外,全科医学护理还强调早期发现和干预,通过定期体检和筛查,及时发现并处理潜在的健康问题,防止疾病进一步发展。

四、协调医疗资源

全科医学护理在协调医疗资源方面发挥着重要作用。护理师作为医疗团队的一员,与其他专科医生和医疗团队紧密合作,确保患者得到合适的医疗资源和服务。他们能够根据患者的病情和需求,制定个性化的治疗方案,并协调各科室之间的合作,确保患者得到及时、有效的治疗。

五、关注患者体验与满意度

全科医学护理还非常关注患者的体验和满意度。护理师在提供护理服务时,注重与患者的沟通和互动,倾听患者的需求和意见,及时调整护理计划,以提高患者的满意度。此外,全科医学护理还注重患者的隐私保护和权益维护,确保患者在接受医疗服务时得到充分的尊重和关怀。

综上所述,全科医学护理的基本理念是以患者为中心,提供全面、连续和协调的医疗服务。通过关注患者的整体健康、预防和早期干预、协调医疗资源以及关注患者体验和满意度等方面,全科医学护理旨在提高患者的生活质量,实现整体健康的维护与促进。

(作者单位:河北省唐山市迁安市中医医院)

尿液检验中常见的异常指标及其意义

□ 王晓芳

尿液检验是医学检查中非常重要的一部分,它可以帮助医生了解患者的身体状况,包括是否存在潜在的疾病、感染、药物副作用等。尿液检验通常包括尿液常规分析、尿液生化分析、尿沉渣镜检等项目。其中,尿液常规分析中的一些常见异常指标及其意义是本文将要讨论的重点。

一、尿液颜色

尿液颜色是尿液检验中最直观的一项指标。正常情况下,尿液颜色应为淡黄色,这是因为尿液中含有胆红素和尿胆原等物质。当尿液颜色异常加深或变浅时,可能意味着存在某些问题。

1. 尿液颜色加深的可能原因包括:

血尿:可能是由于泌尿系统炎症、结石、肿瘤等引起的红细胞破坏导致。

胆红素尿:肝细胞受损导致胆红素代谢异常,尿液中胆红素浓度升高引起。

放置时间过长导致尿液氧化变色。

2. 尿液颜色变浅可能是由于饮水量过多或脱水程度较轻,也可能是某些药物或食物的影响。

二、透明度

尿液的透明度是指其是否清澈。正常尿液应呈淡黄色或无色,这是因为尿液中的晶体和胶体物质能均匀混合,使尿液看起来清澈。

1. 透明度降低可能提示存在脓尿或白细胞尿,这通常是由于泌尿系统感染、结石等引起的。

2. 当出现蛋白尿时,尿液会显得浑浊,同时可能伴有沉淀物。蛋白尿可能是由于肾脏疾病、高血压、药物副作用等引起的。

三、蛋白质

蛋白质是尿液检验中的重要指标之一。正常情况下,尿液中蛋白质含量极低,因此尿液应呈淡黄色透明。当尿液中出现蛋白质时,尿液会变得浑浊,颜色变深或变浅。

1. 轻度蛋白尿可能提示生理性原因,如运动后或进食高蛋白食物后。

2. 中重度蛋白尿可能提示病理性原因,如肾炎、肾病综合征、高血压肾病等肾脏疾病,或糖尿病、系统性红斑狼疮等全身性疾病。

四、葡萄糖

葡萄糖是尿液中的另一种常见成分,正常情况下尿液中葡萄糖含量极低。当血糖升高时,尿液中葡萄糖含量也会相应增加。

1. 糖尿病患者在进行尿液检查时,葡萄

糖阳性是一种常见现象。

2. 其他原因如消化系统疾病、内分泌失调等也可能导致葡萄糖阳性。

五、白细胞和红细胞

白细胞和红细胞是尿液沉渣镜检中的重要指标。白细胞增多可能提示泌尿系统感染;红细胞增多则可能提示血尿,需进一步检查以确定原因。

以上就是尿液检验中一些常见的异常指标及其意义。通过了解这些指标,患者可以更好地理解自己的身体状况,医生也能更准确地判断病因,制定出更有效的治疗方案。在进行尿液检查时,患者应注意留取中段尿进行检测,以确保结果准确性。此外,定期进行尿液检查对维护身体健康具有重要意义。

(作者单位:河北省成安县中医院)

无痛分娩的原理及方法

□ 危梦叶

分娩是每位女性生命中的重要时刻,但伴随而来的剧烈疼痛常常令人畏惧。随着现代医学技术的不断进步,无痛分娩技术应运而生,为产妇提供了一种更为舒适和人性化的分娩选择。

本文将详细介绍无痛分娩的原理、方法及其对母婴的影响。

一、无痛分娩的定义与原理

无痛分娩在医学上称为分娩镇痛,是指通过各种方法减轻或消除分娩时的疼痛,使产妇在清醒、无痛的状态下迎接新生命的诞生。

无痛分娩的原理主要包括药物作用、神经阻滞、减轻肌肉紧张、心理安抚和产程控制。

- 药物作用:使用麻醉药物如罗哌卡因、布比卡因等,通过椎管内给药,阻断疼痛信号的传递,达到镇痛效果。
- 神经阻滞:对支配子宫和产道的神经

进行阻滞,降低产妇对疼痛的感知。

3. 减轻肌肉紧张:通过药物或心理安抚减轻产妇的肌肉紧张,使分娩过程更加顺利,进一步减轻疼痛。

4. 心理安抚:给予产妇心理支持,减轻紧张和恐惧,间接减轻疼痛。

5. 产程控制:合理控制产程进展,避免过长产程导致的疼痛加剧。

二、无痛分娩的主要方法

无痛分娩的方法主要包括药物性无痛分娩和非药物性无痛分娩。

1. 药物性无痛分娩:

硬膜外镇痛:目前应用最广泛的方法。在产妇宫口开到一定程度时,由麻醉医生在产妇脊椎的硬膜外腔注射麻醉药,只阻断神经传导,不阻断子宫肌肉收缩,保障正常分娩的进行。

静脉镇痛:通过静脉注射镇痛药物,如芬

太尼等,达到镇痛效果。

2. 非药物性无痛分娩:

温水浴分娩镇痛:在水中分娩,利用水的浮力减轻疼痛。

丈夫陪产家庭式分娩:家属陪伴分娩,给予产妇心理支持。

音乐分娩镇痛:通过播放舒缓的音乐,帮助产妇放松,减轻疼痛。

三、无痛分娩的优缺点

无痛分娩的优点包括:

减轻产妇产时的疼痛和恐惧,减少产后疲倦,使产妇在第一产程得到休息,积攒体力,有助于顺利分娩。降低新生儿窒息率和死亡率,改善胎儿氧合功能。一旦发生紧急状况,硬膜外麻醉为紧急手术创造了条件。

然而,无痛分娩也存在一定的局限性:无法做到完全无痛,只能减轻大部分疼痛。可能延长第二产程,但总体产程时间有缩

短的趋势。存在一定的医疗风险,但并发症发生率相对较低。

四、无痛分娩的推广与现状

无痛分娩技术在国内外得到了广泛的推广和应用,对母婴的安全性得到了广泛认可。然而,在我国,由于麻醉医生资源不足、传统观念影响等原因,无痛分娩的普及率仍然较低。随着医疗技术的进步和人们观念的转变,无痛分娩有望成为更多产妇的选择。

结语

无痛分娩是现代医学为产妇提供了一种更为舒适和人性化的分娩方式。通过药物和非药物方法的结合,无痛分娩能够有效减轻分娩疼痛,提高分娩质量。

产妇和家属应与医生充分沟通,了解无痛分娩的优缺点,做出明智的选择。让我们共同期待无痛分娩技术为更多家庭带来福音。

(作者单位:河北省衡水市枣强县人民医院)

乳腺疾病对心理健康的影响

□ 许艳华

乳腺疾病,如乳腺增生、乳腺结节乃至乳腺癌,对女性的身心健康有着深远的影响。这些疾病不仅直接威胁着女性的生理健康,更在心理健康方面造成了诸多困扰。

本文将从多个角度探讨乳腺疾病对心理健康的影响,并提供一些建议以帮助女性更好地应对这些挑战。

一、乳腺疾病引发情绪问题

乳腺疾病,尤其是乳腺结节和乳腺增生,常导致乳房疼痛、乳头溢液等症状。这些症状不仅给女性的日常生活带来不便,更引发了她们的焦虑和担忧。长期的病痛和不适容易让女性陷入抑郁情绪,甚至出现焦虑、紧张和发怒等情绪问题。这些情绪变化不仅影响女性的生活质量,还可能进一步影响她们的体

质和免疫力,形成恶性循环。

二、乳腺疾病与心理健康的相互作用

研究表明,情绪因素在乳腺疾病的发生和发展中扮演着重要角色。长期的不良情绪、持续的压力和焦虑可以影响免疫系统功能,减弱对异常细胞的监测和清除能力,从而增加乳腺癌的发生概率。乳腺是内分泌器官,其激素分泌和内分泌功能受神经内分泌调节。持续的不良情绪可能导致神经-内分泌紊乱,尤其是雌激素水平异常,这与乳腺癌的发展密切相关。

三、乳腺疾病对日常生活的影响

乳腺疾病不仅带来身体上的疼痛,还严重影响到了女性的日常生活和工作。乳房疼痛、乳头溢液等症状让女性在日常生活中感到不

适和尴尬,进而产生自卑和社交障碍。此外,乳腺增生的患者可能出现乳房变形、乳头溢出质物等情况,这些都影响了乳房的美观度,给女性带来心理上的压力。

四、乳腺疾病对心理健康的长期影响

乳腺疾病,尤其是恶性肿瘤如乳腺癌,对女性的心理健康有着长期的负面影响。一旦确诊,女性可能会经历恐惧、无助、绝望等情绪反应。这些情绪反应不仅影响患者的治疗效果和康复进程,还可能对她们的家庭和社会关系造成破坏。乳腺癌的治疗过程往往伴随着手术、化疗和放疗等痛苦手段,这些治疗不仅给女性带来身体上的痛苦,更在心理上留下了难以磨灭的创伤。

五、应对乳腺疾病对心理健康影响的建议

- 及时就医:女性应定期进行乳腺检查,一旦发现异常及时就医,以便早期发现和治疗。
- 调整心态:保持积极乐观的心态,通过运动、社交和沟通等方式释放压力,提升心情。
- 保持健康的生活习惯:避免熬夜、劳累,戒烟限酒,保持充足的睡眠和均衡的饮食。
- 寻求专业帮助:在确诊乳腺疾病后,及时寻求心理咨询师的帮助,以应对可能出现的心理问题。

综上所述,乳腺疾病对女性的心理健康有着深远的影响。女性应提高警惕,定期进行乳腺检查,保持良好的生活习惯和心态,以应对可能出现的乳腺疾病及其带来的心理健康问题。

(作者单位:河北省沧州市人民医院)