

浅谈心肌梗死的护理技巧

□ 韩玉芬

主呼吸和心跳。

二、心肌梗死患者的日常护理技巧

- 休息与活动:** 发病后 12 小时内应绝对卧床休息,保持环境安静,减少探视。病情稳定后,可逐渐增加活动量,但应密切观察心率、血压等生命体征。
- 饮食护理:** 饮食应以清淡、易消化、低脂、低盐、低胆固醇、高维生素、适量纤维素和优质蛋白为主。发病后 4-12 小时内给予流质饮食,随后逐渐过渡到半流质、软食。避免辛辣、刺激性食物和易产气的食物。
- 病情观察:** 密切观察患者的生命体征,包括心率、心律、血压、呼吸等。注意观察患者的症状,如胸痛是否缓解或加重,有无呼吸困难等。

同时,监测心电图的变化,及时发现心律失常等并发症。

- 心理护理:** 心肌梗死患者往往会产生恐惧、焦虑等不良情绪。护理人员应耐心倾听,给予心理支持和安慰,向患者讲解疾病相关知识,使其了解治疗方案和预后。
- 康复护理:** 在患者病情稳定后,应尽早开始康复训练。包括个性化的运动康复方案和生活方式指导,如戒烟限酒、控制体重、规律作息等。

心肌梗死并不可怕,只要我们掌握正确的应急措施和日常护理技巧,就能为心脏提供有力的护航。让我们从点滴做起,关爱心脏健康,享受美好生活。

(作者单位:山东省栖霞市中医医院)

慢性胃炎的中西医结合治疗

□ 李春娜

慢性胃炎患者胃酸分泌过多时,可使用 H2 受体拮抗剂如西咪替丁、雷尼替丁,或质子泵抑制剂如奥美拉唑、兰索拉唑等,降低胃酸水平,缓解胃痛。

- 胃黏膜保护剂:** 胃黏膜保护剂如硫糖铝、氢氧化铝凝胶等,可在胃黏膜表面形成保护层,减少胃酸对胃黏膜的刺激,促进胃黏膜修复。
- 对症治疗:** 针对慢性胃炎患者的不同症状,西医还提供对症治疗,如使用止痛药、胃肠动力药等,以缓解腹痛、腹胀等症状。

二、中医治疗:整体调理,标本兼治

- 针灸与理疗:**

中医针灸疗法可通过刺激特定穴位,调节胃肠道功能,促进胃炎恢复。同时,理疗如热敷、按摩等,也可有效缓解胃痛。

- 中成药治疗:**

中成药如三九胃泰颗粒、养胃舒颗粒、气滞胃痛颗粒等,具有温中补脾、清热理气等功效,适用于不同证型的慢性胃炎患者。

- 中药调理:**

根据患者体质和病情,中医会开具个性化中药处方,如胃炎验方等,通过中药的整体调理,达到标本兼治的效果。

- 饮食调理:**

中医强调饮食调养在慢性胃炎治疗中的重要性。患者应少食多餐,避免暴饮暴食,食

用清淡易消化、养胃的食物,如小米粥、玉米粥等,避免辛辣刺激性食物。

三、中西医结合治疗的优势

中西医结合治疗慢性胃炎,既能发挥西医精准施治、快速缓解症状的优势,又能利用中医整体调理、标本兼治的特点,达到更好的治疗效果。同时,通过调整饮食、改善生活方式等,可进一步巩固疗效,预防复发。

总之,中西医结合治疗慢性胃炎,为患者提供了双重保障,有助于舒缓胃痛,改善生活质量。然而,具体治疗方案需结合患者实际情况,在专业医生指导下进行。患者应及时就医,遵医嘱进行治疗,切勿自行用药。

(作者单位:河北省曲阳恒州医院)

麻醉药的作用机制及特性

□ 刘亚丽

的抑制,而是适度地影响神经活动,以确保手术和诊疗操作的安全进行。

2. 不同类型麻醉药的特性与用途

麻醉药可以分为不同的类型,如局部麻醉药、全身麻醉药等。

局部麻醉药主要用于局部浸润麻醉,阻滞麻醉,表面麻醉等;全身麻醉药则适用于较大手术和较长时间的诊疗操作,如吸入麻醉药、静脉麻醉药等。

不同类型的麻醉药有其独特的特性和用途,医生会根据病人的具体情况选择最适合的麻醉方式。

3. 麻醉对身体的影响

虽然麻醉药可以使病人暂时失去疼痛感,但这并不意味着使用麻醉药对身体无害。

过量或不适当的使用麻醉药可能会导致某些副作用,如呼吸系统问题、心跳减慢或加快、血压波动等。因此,医生通常会在手术前给予病人适当的麻醉药,并在手术结束后监测病人的身体状况,以确保安全。

4. 病人的心理因素与麻醉

在手术或治疗过程中,病人的心理因素也起着重要的作用。紧张和焦虑情绪可能导致疼痛感觉加剧,影响手术或治疗的效果。而麻醉药物不仅可以减轻身体上的疼痛,也可以帮助缓解心理压力。经验丰富的麻醉师会与病人沟通,提供心理支持,帮助他们更好地应对手术或治疗过程中的不适感。

5. 术后恢复与麻醉

手术或治疗后,病人通常需要一段时间

来恢复。在这段时间内,麻醉药的副作用可能会出现出来。因此,术后恢复期间需要密切关注病人的身体状况,及时调整治疗方案。同时,病人也需要了解如何应对这些副作用,如保持充足的休息、适当的水分摄入和避免剧烈运动等。

结语

通过以上对麻醉科学的深入了解,我们可以看到麻醉药不仅仅是让病人“睡一觉”那么简单。实际上,麻醉科学是一门涉及多个领域的复杂学科,包括药理学、生理学、心理学等。

了解这些知识有助于我们更好地理解麻醉药的作用机制和潜在风险,从而在需要时做出明智的决策。

(作者单位:河北省廊坊经济技术开发区人民医院)

脑卒中:与时间赛跑的生命之战

□ 马超

降等。这些症状的出现,意味着大脑功能受到了严重损害,需要立即采取行动。

二、急救脑卒中

时间是脑卒中急救的关键因素。一旦发现脑卒中症状,应立即拨打急救电话,并准确记录症状发生时间。卒中的最佳治疗时间窗为发病 4.5 小时以内,争分夺秒获得专业医疗救助对提高患者的存活率和康复效果至关重要。在等待救护车期间,应保持患者平躺,头转向一侧,清除口鼻内的异物,保证患者呼吸通畅,避免随意喂食药物或食物。

急性脑梗死治疗主要包括溶栓治疗和取栓治疗。溶栓治疗是通过溶栓药物把堵在脑血管里的血栓溶解掉,使闭塞的血管再通,及

时恢复供血。取栓治疗则是通过导管经血管内到达堵塞部位,使用特殊的取栓装置将血栓取出,恢复闭塞部位血流。这两种治疗方法都需要在严格的时间窗内进行,才能取得最佳效果。

三、预防脑卒中

预防脑卒中需要我们采取全面的健康管理策略。首先,应定期监测并控制血压、血糖和血脂水平,这是预防脑卒中的核心环节。其次,要戒烟限酒,保持良好的饮食习惯,适量摄入蔬菜、水果和全谷物,控制盐摄入量。此外,保持每周至少 5 次、每次 30 分钟的中等强度运动,如快走、游泳或骑自行车,有助于维持健康体重和降低卒中风险。

对于有高血压、糖尿病、高血脂等慢性病的患者,应积极管理慢性病,按照医生的建议进行治疗和监测。同时,定期进行体检,尤其是高危人群,如有高血压、糖尿病、心脏病等病史者,应格外警惕脑卒中的风险。

结语

脑卒中是一场与时间赛跑的生命之战。通过提高公众意识、倡导健康生活方式和及时有效的急救措施,我们可以大大降低脑卒中的发病率和致死率。

每个人都可以通过具体行动成为自己健康的守护者,让我们共同努力,为预防脑卒中和减轻社会负担贡献自己的力量。

(作者单位:河北中医药大学第二附属医院)

心肌梗死,这一听起来令人心悸的医学术语,实际上是急性心肌梗缺血坏死,是一种常见的心血管疾病。

虽然其发病突然且可能危及生命,但只要我们掌握正确的应急措施和护理技巧,就能为心脏提供有力的护航。

一、心梗发生时的应急措施

- 立即拨打急救电话:** 一旦发现有人疑似心肌梗死发作,应立即拨打当地的急救电话。描述患者的病情和所在位置,确保急救人员能迅速准确地到达现场。
- 原地休息:** 心肌梗死患者应立即停止一切活动,原地坐下或躺下休息。保持双腿稍抬高,以减轻心脏负担,降低心肌耗氧量。
- 给予药物:** 若患者有随身携带的硝酸

慢性胃炎是一种常见的消化系统疾病,其发病率高,对人民健康影响大。该病主要表现为上腹痛、腹胀、反酸、嗝气等症状,严重时可能导致贫血、胃溃疡甚至胃癌。中西医结合治疗慢性胃炎,通过结合中医的整体观念和西医的精准治疗,为患者提供双重保障,有效舒缓胃痛,改善生活质量。

一、西医治疗:精准施治,消除病因

- 抗生素联合疗法:**

对于由幽门螺杆菌引起的慢性胃炎,西医常采用抗生素联合疗法,如阿莫西林、克拉霉素等抗生素与奥美拉唑等质子泵抑制剂联合使用,以根除幽门螺杆菌,减轻炎症。

- 胃酸抑制制剂:**

麻醉药在我们的日常生活中并不陌生,常常用于手术、疼痛管理和其他医疗操作。然而,对于许多人来说,麻醉药只是一种让病人“睡一觉”的药物。

实际上,这只是麻醉科学的一部分,我们还有许多需要了解的知识。

以下将为大家详细介绍麻醉科学的相关知识,以便大家更深入地了解麻醉药。

1. 麻醉药的作用机制

麻醉药的作用主要是通过干扰神经系统的正常功能,使身体对疼痛的感知减弱或消失。麻醉药会抑制神经元的活动,阻止疼痛信号向大脑传递,从而使病人感到无痛。但需要注意的是,麻醉药的作用并不是完全

脑卒中,又称“中风”或“脑血管意外”,是一种急性脑血管疾病,由脑部血管突然破裂或因血管阻塞导致血液不能流入大脑而引起脑组织损伤。它不仅发病率高,而且致死率和致残率也极高,是危害人类健康的重要疾病之一。

本文将围绕脑卒中的认识、急救和预防进行科普介绍。

一、认识脑卒中

脑卒中主要分为缺血性和出血性两大类。缺血性卒中约占 85%,由血栓或栓子阻塞脑血管引起;出血性卒中则由脑血管破裂导致。其主要症状包括突然出现的偏瘫、言语不清、口角歪斜、意识障碍、严重头痛、视力下