

外科换药技巧解析

□沈海静

外科换药，是外科治疗的一个重要组成部分，直接关系到患者的伤口愈合和康复。正确的换药不仅能够减轻患者的痛苦，还能有效预防术后切口感染，促进伤口顺利愈合。然而，在实际操作中，很多医护人员和患者都存在一些误区，导致换药效果不佳，甚至引发感染。以下，我们就来详细探讨一下外科换药的正确技巧。

一、换药前的充分准备

- 了解伤口情况：
创面的部位、大小、深浅。
伤腔内填塞纱布的数量。
引流物是否存在，是否需要拔除或更换。
是否需要扩创或冲洗，是否需要拆线或缝合。
- 准备换药材料：
无菌敷料、镊子、剪刀、消毒液（如碘伏、乙醇）、生理盐水等。
- 无菌准备：
医护人员需佩戴帽子、口罩，洗净双手，必要时穿隔离衣。

换药应按一定顺序进行：先换无菌伤口或拆线伤口，后换感染伤口；先换感染轻的伤口，后换感染重或有脓腔的伤口。

二、正确的换药步骤

- 暴露伤口：
患者采取舒适的卧位或坐位，便于暴露伤口，同时注意保暖。
轻轻取下绷带和外层敷料，若敷料与伤口粘连，应先用生理盐水湿润。
- 皮肤清洁：
使用无菌镊子夹取乙醇棉球，擦洗伤口周围的皮肤。
使用盐水棉球蘸取分泌物，对创面进行彻底清洁。
- 深层探查和清理：
使用无菌镊子对伤口进行深层探查，清除腐肉组织、异物和过度生长的肉芽组织。
观察伤口深度及引流情况，确保引流通畅。
- 选择合适的敷料：
根据伤口情况选择合适的敷料，如纱布、

绷带、透明敷料等。
对于不同类型的伤口，如感染伤口、清洁伤口、植皮术后伤口等，选择相应的敷料。

5. 药物使用：

使用抗生素软膏、消炎药物等促进伤口愈合，预防感染。
根据医嘱正确使用药物，避免过度使用或滥用。

三、换药后的注意事项

- 定期更换敷料：
根据伤口情况定期更换敷料，初期伤口需每天更换一次，随着伤口愈合逐渐延长更换时间。
- 保护伤口：
换药后，患者需注意保护伤口，避免碰撞、摩擦或受到外界污染。
遵循医生的建议，如保持休息、饮食调理等，以促进伤口愈合。
- 观察伤口情况：
医护人员需密切观察伤口的愈合情况，

及时发现并处理异常情况，如红肿、渗液、化脓等。

四、常见的换药误区

- 直接使用自来水冲洗伤口：
自来水含有细菌，应使用生理盐水进行伤口冲洗。
- 伤口不进行包扎：
伤口干燥易附着硬痂，影响伤口愈合。
- 伤口包扎过紧：
包扎过紧会影响局部血液循环和氧气供应，延长伤口愈合时间。
- 反复消毒换药：
频繁换药会破坏新鲜肉芽组织，增加感染机会。

总之，外科换药是一项需要细心和专业知识的操作。医护人员应严格遵守操作规范，确保患者的伤口能够顺利愈合。同时，患者也应积极配合医护人员的指导，做好伤口的保护和观察工作。

(作者单位：河北省承德市隆化县医院)

胆结石的预防及早期症状识别

□孙建爽

胆结石是一种常见的胆道疾病，严重影响患者的生活质量。了解其预防措施和早期症状，对于维护胆道健康至关重要。本文将详细介绍如何预防胆结石的发生，以及如何识别其早期症状。

一、胆结石的预防

- 饮食调控
低脂饮食：少吃高脂肪、高胆固醇的食物，如油炸食品、肥肉等。
高纤维饮食：选择低脂肪、高纤维的食物，如水果、蔬菜、全谷类食物，有助于促进胃肠蠕动，减少胆固醇的吸收。
均衡饮食：注意饮食结构，粗细粮合理搭配，避免长期素食或偏食。
避免过度节食：长时间禁食或过度节食可能导致胆汁淤积和胆固醇超饱和，增加结石形成的风险。
- 保持健康体重

控制体重是预防胆结石的重要措施，肥胖人群更容易形成胆结石。

3. 充足水分摄入

多喝水有助于稀释胆汁，减少结石形成的机会。少喝含糖饮料，因为糖分可能增加胆固醇积累。

4. 适量运动

适量的有氧运动可以帮助肠道蠕动，促进胆囊排空，减少患胆结石的风险。

5. 规律饮食

- 按时吃饭，尤其是早餐，避免胆汁浓缩和胆固醇沉积。
- 定期体检
定期进行健康体检，及早发现和及时处理形成胆结石的潜在风险。
- 管理慢性疾病
糖尿病、高血压等慢性疾病可能影响胆汁代谢，通过合理的药物管理和生活方式的

调整，降低胆结石形成的风险。

二、胆结石的早期症状识别

1. 上腹疼痛

胆结石最常见的早期症状是上腹疼痛，通常位于右上腹部或胸骨下方，可能放射到肩背部。这种疼痛往往突然发作，持续数分钟至数小时，可能与饮食或体位改变有关。

2. 消化不良

胆结石还可引起恶心、呕吐、腹胀、胃灼热感等消化不良症状，尤其在进食后，尤其是摄入较高脂肪食物时。

3. 黄疸

当胆石堵塞胆管时，胆汁无法流入肠道，导致黄疸。此时，患者的皮肤和眼睛可能显现出明显的黄色，尿液也可能变成深黄色。

4. 发热和寒战

胆结石引起胆囊感染时，患者可能出现发热和寒战。

5. 胆绞痛

当结石堵塞胆囊管或胆总管时，胆囊可能痉挛性收缩，导致剧烈的胆绞痛，伴有恶心、呕吐等症状。这种疼痛一般持续数小时。

6. 胆囊炎

在胆结石的早期，可能出现胆囊炎的症状，如持续性腹痛和压痛、发热、恶心、呕吐等。

结语

通过合理的饮食调控、保持健康体重、充足的水分摄入、适量运动、规律饮食、定期体检以及慢性疾病的管理，可以有效预防胆结石的发生。

同时，了解胆结石的早期症状，及时就医，可以早期发现和治疗胆结石，避免病情恶化。如有相关症状，请及时就医，接受专业的治疗和指导。

(作者单位：河北省盐山县人民医院)

透视人体的奥秘：X线的发现与应用

□孙久航

X线，这一神奇的电磁波，自其诞生以来，便在医学领域扮演了举足轻重的角色。它如同一双无形的眼睛，穿透了人体的重重迷雾，揭示了隐藏在血肉之下的秘密。

本文将详细介绍X线的发现、特性及其在医学中的应用，同时探讨其安全防护措施。

一、X线的发现

1895年11月8日，德国物理学家威廉·伦琴在进行阴极射线管试验时，意外发现了一种能够穿透物质的新射线。他将这种射线命名为“X射线”。三天后，伦琴首次看到了他夫人的手掌的X射线影像，这是人类历史上首次通过非创伤性技术直观地看到体内结构。这一发现不仅开创了物理学的新篇章，更为医学诊断带来了革命性的突破。

二、X线的特性

X线是一种波长很短、能量较高的电磁波，位于紫外线和γ射线之间。

正是由于其波长短、光子能量大的特点，X线具有强大的穿透能力。当X线穿过人体时，不同密度和厚度的组织对X线的吸收程度不同，从而在接收屏或探测器上形成一幅明暗不一的影像。

医生通过观察这幅影像，可以清晰地了解身体内部的结构和异常情况。

三、X线在医学中的应用

- 骨折诊断：X线是诊断骨折的首选方法。通过X线影像，医生可以清晰地看到骨骼的形态和位置，准确判断骨折的类型、位置和严重程度，为制定治疗计划提供关键信息。
- 肺部疾病筛查：X线透视也是筛查肺部疾病的重要手段。通过观察肺部影像的密

度、纹理和形态变化，医生可以发现肺结核、肺炎、肺癌等肺部疾病。

3. 消化道检查：在消化道疾病中，X线透视同样发挥着重要作用。通过口服造影剂，医生可以观察消化道的形态和功能，诊断胃溃疡、胃癌、肠道梗阻等疾病。

4. 心血管疾病诊断：虽然CT和MRI等技术对心血管疾病的诊断中越来越普及，但X线透视在某些情况下仍然发挥着重要作用。

四、X线的安全防护

尽管X线在医学诊断中具有重要价值，但其对人体也有一定的潜在危害。X线对人体细胞的损伤作用主要表现为电离效应，即X线能够破坏细胞内的分子结构，导致细胞死亡或基因突变。因此，在使用X线进行医学诊断时，必须采取严格的安全防护措施。

脑出血是一种常见的神经系统疾病，因其发病急、病情重，给患者和家庭带来了极大的负担。为了提高脑出血患者的生存率和生活质量，术后护理显得尤为重要。以下将从多个方面详细介绍脑出血患者的术后护理。

一、保持呼吸道通畅

脑出血患者在接受手术治疗后，呼吸道管理至关重要。因为患者可能会出现窒息、吞咽困难或喉部水肿等情况，医护人员需要定期对患者呼吸状况进行检查，及时清理口腔和鼻腔内的分泌物，确保呼吸道畅通。必要时，可采取侧卧位或进行吸痰操作。

二、体位与伤口护理

术后，患者需要保持正确的体位，通常建

议头部抬高30度左右，以减轻颅内压力，并避免呕吐物误吸。同时，伤口部位的护理也极为关键，应保持伤口清洁干燥，避免用手触摸，防止细菌入侵，影响伤口愈合。定期更换敷料，预防感染。

三、饮食与营养支持

术后患者的饮食需清淡易消化，避免刺激性食物如辣椒、生姜和油脂含量高的食物如炸鸡、汉堡等。推荐食用小米粥、蔬菜汤等富含营养的食物，以补充体内所需营养，促进身体恢复。同时，应根据医生的建议逐步恢复正常饮食，避免过量进食或过度饮水。

四、心理支持

脑出血患者及其家属在术后往往面临巨

大的心理压力。医护人员和家属应密切关注患者的情绪变化，及时进行沟通，提供心理支持。可以通过播放舒缓的音乐、进行心理疏导等方式，帮助患者缓解焦虑、抑郁等不良情绪，树立战胜疾病的信心。

五、生活护理与康复训练

术后患者需长期卧床静养，为了防止褥疮的发生，应定期翻身，并使用弹力袜或间歇性气压治疗，防止深静脉血栓形成。家属和护理人员应定期给患者拍背，促进痰液排出，防止肺部感染。在病情稳定后，可逐步进行康复训练，包括语言、认知、运动等方面的训练，以促进功能恢复。

六、定期随访与后续养生

脑出血患者术后需要长期随访，护理人员应定期随访患者，告知后续养生方案。患者需坚持规律服药，控制血压，防止再出血或脑梗死的发生。同时，应保持好的生活习惯，规律作息，适量运动，避免过度劳累，保证充足的睡眠。

综上所述，脑出血患者的术后护理是一个全面而复杂的过程，需要医护人员、家属和患者的共同努力。通过细致的护理和科学的康复训练，可以显著提高患者的生存率和生活质量，帮助他们重新回归正常生活。让我们共同关爱脑出血患者，从术后护理开始，为他们提供全方位的关怀与支持。

(作者单位：河北省沧州市人民医院)

脑出血患者术后护理指南

□王芹芹