

中医护理帮您应对“缠腰蛇”

□ 李凤迪

“缠腰蛇”，又称带状疱疹，是一种常见的皮肤疾病，表现为在身体的一侧出现成群的疼痛性水泡，通常沿着神经分布。虽然它可能令人感到恐惧，但通过中医护理的方法，我们可以有效地应对这种疾病。

一、了解缠腰蛇

缠腰蛇的主要症状包括皮肤疼痛、瘙痒，随后出现成群的疼痛性水泡，且通常沿神经分布。它通常由水痘病毒再次激活引起，好发于50岁以上的中老年人。中医认为，缠腰蛇与人体正气不足有关，加之肝胆火旺或脾经湿热内蕴，导致气血运行不畅，湿热瘀阻而发病。

二、中医护理方法

1. 预防为主：中医强调预防为主，我

们可以通过调节饮食和生活习惯来预防缠腰蛇。保持饮食均衡，避免过度疲劳和情绪波动，有助于增强身体抵抗力。

2. 针灸治疗：针灸是中医治疗缠腰蛇的重要手段之一。通过刺激特定的穴位，可以疏通经络，调和气血，有助于减轻疼痛和促进疱疹的消退。

3. 草药外敷：中医常使用一些清热解毒、活血化瘀的草药外敷患处，有助于缓解疼痛和促进疱疹的愈合。

4. 推拿按摩：推拿按摩有助于舒缓肌肉和神经的紧张，促进血液循环，对于缠腰蛇的康复有积极作用。

5. 保持清洁：保持患处皮肤的清洁干燥，避免感染。可使用适当的药膏涂抹

以减轻疼痛和促进愈合。

6. 心理调适：缠腰蛇患者可能会因疼痛和外观改变而产生心理压力。我们应给予关爱和支持，帮助患者保持积极的心态。

三、中医护理注意事项

1. 中医护理并非一蹴而就，需要耐心和坚持。患者在整个治疗过程中应保持配合，遵循医生的建议。

2. 避免搔抓疱疹，以免引发感染。如果疱疹破裂，应使用适当的药膏以防止感染。

3. 遵循饮食建议：中医通常建议患者在患病期间保持清淡、易消化的饮食，避免辛辣刺激的食物。

4. 如有任何不适或症状加重，应及

时就医并咨询医生的建议。

通过以上中医护理方法，我们可以有效地应对缠腰蛇。重要的是要保持乐观的心态，相信我们的身体有强大的自我修复能力。同时，我们也应该意识到，缠腰蛇是一种疾病，需要及时就医并遵循医生的建议。在疾病康复的过程中，我们也要注意个人卫生和防护，避免传染给他人。

总的来说，中医护理是一种安全、有效的方法，可以帮助我们应对缠腰蛇。通过合理的饮食、适当的运动、良好的生活习惯以及适当的中医护理方法，我们可以有效地预防和治疗缠腰蛇。让我们一起用中医护理的力量，迎接健康的未来。

(作者单位：河北省沧州市中西医结合医院)

过敏性休克的护理措施有哪些

□ 李娜

过敏性休克是一种常见的过敏反应，常常由于接触、吸入或食入过敏原引起。过敏性休克可以影响身体的多个系统，如呼吸系统、循环系统、神经系统等，因此护理措施非常重要。以下是一些过敏性休克的护理措施：

一、保持呼吸道通畅

过敏性休克患者应立即平卧，头偏向一侧，以防舌后坠和呕吐物阻塞呼吸道。如果患者出现呼吸急促、呼吸困难等症状，应立即给予吸氧，并拨打急救电话。

二、密切监测生命体征

监测患者的血压、心率、呼吸、体温等生命体征，及时记录24小时出入量。如有

异常情况，应及时处理。同时密切观察患者的皮肤黏膜有无出血点，注意精神状态。

三、保持安静

患者应卧床休息，避免过度紧张和激动，以免加重病情。如病情允许，可适当给与安慰剂、镇静药等，缓解患者的紧张情绪。

四、及时清除过敏原

及时清除患者皮肤上残留的过敏物质，如化妆品、染发剂等。同时避免接触新的过敏物质，以免再次引起过敏反应。

五、合理饮食

患者应给予清淡易消化的饮食，如稀

粥、面条等，避免辛辣刺激性食物。如需口服药物，应在医生指导下按时服药，不可随意停药或更改剂量。

六、预防感染

患者应避免到人群密集的场所，以免感染细菌或病毒等病原体。如出现发热等症状，应及时就医。

七、心理护理

过敏性休克对患者来说是一种严重的疾病，可能会对患者的心理造成一定的影响。因此，护理人员应与患者建立良好的关系，倾听患者的感受，给予心理支持。同时，家属也应给予患者关爱和支持，帮助患者树立战胜疾病的信心。

八、健康教育

向患者及其家属讲解过敏性休克的发生原因、预防措施及治疗方法等知识，提高患者及其家属的自我护理能力。同时，告知患者避免接触过敏原的重要性，避免再次发生过敏反应。

总之，过敏性休克的护理措施包括保持呼吸道通畅、密切监测生命体征、保持安静、及时清除过敏原、合理饮食、预防感染和心理护理等。患者在接受治疗的同时，家属和护理人员应给予患者关爱和支持，帮助患者树立战胜疾病的信心。

(作者单位：河北省大城县中医医院)

角膜病及时诊断和治疗的重要性

□ 梁文章

角膜是眼睛的前部透明组织，可以折射进入眼睛的光线帮助人们看到清晰的事物。当角膜受到损伤或感染时会导致视力下降甚至失明。角膜病是我国重要的致盲眼病，全国约有400万人，由于我国角膜材料匮乏，影响角膜盲复明手术的开展。高危患者主要患有严重的眼科疾病，严重的角膜病会导致视力丧失，及时诊断治疗可以避免病情进展恶化，促进患者康复提高视力质量水平。近年来引起角膜病原因发生变化，非感染性角膜病逐年增加，我国因感染引起角膜溃疡发病率大幅度下降但仍仍是致盲的重要原因。需要认识角膜病与视力丧失的关系，重视角膜病的及时诊断和治疗，有效防止视力丧失影响患者生活质量。

一、角膜病的病因及症状

(1) 病理病因：角膜位于眼球最前端是屈光的重要部分，角膜疾病可直接影响视力，常见的角膜病包括角膜炎、角膜溃疡等，角膜炎是影响角膜透明性的首要因素。角膜解剖位置直接与外界接触容易受到影响，周边角膜主要依赖角膜缘血管网供给营养。角膜炎病因复杂，主要包括全身性疾病内在因素，外伤感染与邻近组织疾病影响。角膜炎发

生后病理病程经过炎症浸润期进行期与恢复期阶段，炎症病变转轨取决于医疗措施是否及时恰当及致病因素强弱。轻度角膜病可能导致视力下降，重度角膜病可能导致视力丧失。

(2) 症状体征：角膜病主要特征包括角膜浑浊，球结膜水肿与睫状充血等。严重的角膜炎可引起球结膜水肿，角膜浸润水肿溃疡引起角膜浑浊须与炎症后形成角膜瘢痕鉴别。睫状充血是角膜炎时角膜缘周围睫状前血管网扩张充血，角膜新生血管是角膜炎病变时充血角膜缘周围毛细血管网伸出新的血管支侵入角膜。炎症期角膜新生血管容易发现。由于不参与组织免疫赦免状态导致角膜移植时排斥反应。角膜病的症状包括疼痛、瘙痒、红肿、流泪等，三叉神经感觉纤维受炎症刺激患者主诉怕光流泪疼痛，角膜上皮剥脱导致剧烈疼痛，伴有视力障碍。

二、角膜病的诊断和治疗

眼睛是人的重要器官，角膜病是导致视力丧失的常见原因，虹膜睫状体炎，角膜溃疡穿孔等角膜病会导致各种并发症与后遗症影响患者视力，不及时诊断和治疗会导致病情恶化丧失视力。出现

相关症状时患者应及时就医，接受专业医生的诊断和治疗建议。角膜病诊断方法包括临床与实验室检查，角膜病治疗主要从去除致病因素与促进机体修复能力方面开展，通过保持眼部卫生、避免接触感染源、增强免疫力、定期眼部检查等措施，可以有效地预防角膜病，保护患者的视力健康。

(1) 诊断方法

1. 病史采集：医生会询问患者的症状、病史和家族史了解病情，综合分析为患者制定科学治疗方案。

2. 眼部检查：医生通过眼部检查，包括观察角膜的外观、测量眼压、检查眼底等，确定角膜病的类型和程度。

3. 实验室检查：实验室检查包括血液检查、病毒培养等，可以确定感染的类型和程度。

(2) 疾病治疗

1. 药物治疗：感染性角膜病需要使用抗生素、抗病毒药物等进行治疗。非感染性角膜病可以使用抗炎药、抗过敏药等进行治疗。

2. 手术治疗：严重的角膜病建议进行手术治疗，手术方法包括角膜移植、干细胞移植等。

3. 物理治疗：物理疗法包括光疗、热敷等，通过紫外线红外线照射角膜等光疗法与热毛巾水带等物品进行咽部热敷可以缓解症状，促进角膜修复缓解角膜疼痛等症状。

4. 康复治疗：视力受损的患者建议进行康复治疗，包括视力训练、使用助视器等，帮助患者适应视力下降的生活。

(3) 预防措施

1. 保持眼部卫生：经常洗手避免用手揉眼睛，洗脸时使用干净的毛巾或一次性纸巾，避免细菌进入眼睛。游泳时选择干净的游泳池，佩戴泳镜减少池水中的细菌进入眼睛。

2. 避免接触感染源：避免接触感染性角膜病患者使用的物品，如毛巾、洗脸盆等。避免与感染性角膜病患者共用眼药水、隐形眼镜等物品。

3. 增强免疫力：保持健康的生活方式，包括充足的睡眠、均衡的饮食、适量的运动等，可以增强身体免疫力，预防感染性角膜病的发生。

4. 定期眼部检查：定期进行眼部检查可以及早发现角膜病，及时进行治疗避免病情恶化导致视力丧失。

(作者单位：广西贵港市人民医院)

探讨麻醉的风险与安全

□ 马素雪

麻醉，一种常见的医疗技术，广泛应用于外科手术、牙科治疗、分娩等许多医疗程序中。然而，麻醉也带来了一些风险，我们需要对此有深入的理解，以便在做出决定时能够做出明智的选择。本文将详细探讨麻醉的风险与安全，以便在需要麻醉时做出明智的决定。

首先，我们来看麻醉的风险。虽然麻醉是一种高度安全的医疗技术，但在使用过程中仍存在一些风险。最主要的麻醉风险包括麻醉药物的中毒、过敏反应、呼吸抑制、心血管问题以及手术并发症等。在极端情况下，如药物使用不当或病人身体状况特殊，可能会出现严重的健康问题，

甚至危及生命。因此，在麻醉前，医生通常会进行一系列的身体检查和评估，以确保病人适合接受麻醉。

尽管存在风险，但只要遵循正确的麻醉流程和使用方法，就可以有效地降低这些风险。在接受麻醉前，病人应被告知麻醉过程、可能的风险以及如何应对这些风险。此外，应保持健康的生活方式，包括健康的饮食、适当的锻炼、良好的睡眠和避免吸烟等。对于有特殊健康状况的病人，应在麻醉前进行特殊评估和处理。

当然，风险的存在并不意味着我们应该避免接受任何需要麻醉的治疗。相反，正确的选择和合理的评估可以有效地降

低风险，同时带来可能的健康益处。医生会在麻醉前详细了解病人的身体状况和健康需求，制定合适的麻醉方案，并在手术过程中密切监测病人的身体反应。

那么，如何平衡安全与风险呢？关键在于理解并接受麻醉的风险是存在的，但可以通过正确的流程和方法来降低这些风险。在决定是否接受麻醉时，病人应与医生充分沟通，了解麻醉的风险和可能的益处，并做出明智的选择。同时，病人应保持积极的心态，积极配合医生的治疗计划，这有助于减少风险和手术的成功率。

除此之外，预防措施也是降低麻醉风

险的重要一环。术前准备包括健康饮食、适度的锻炼、戒烟以及正确使用药物等，这些都能够帮助减少手术前身体状况的恶化。对于某些高风险病人，医生可能会建议使用局部麻醉或更加安全的麻醉方式，如笑气吸入麻醉等。

总的来说，麻醉是一种高度安全的医疗技术，但并非完全没有风险。了解并接受这些风险是做出明智选择的关键。通过遵循正确的流程和使用方法，保持健康的生活方式，与医生充分沟通并积极配合治疗，我们可以有效地平衡安全与风险，让麻醉成为一种安全且有效的医疗选择。

(作者单位：河北省固安县中医院)