

探讨麻醉的风险与安全问题

□ 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。本文将详细探讨麻醉的风险与安全问题,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)

中风病的中医防治与调理探究

□ 孟凡娟

中风病是一种常见的神经系统疾病,是由于脑血管破裂或阻塞导致脑部缺血缺氧而引起的。中医在防治中风病方面有着悠久的历史和丰富的经验,本文将介绍中风病的中医防治与调理。

一、病因分析

中风病的病因主要有两个方面:一是内在因素,如年龄、遗传因素、体质等;二是外在因素,如饮食不节、情志失调、外邪入侵等。中医认为,中风病的发生与气血运行不畅、脏腑功能失调有关。

二、预防措施

1. 饮食调理:饮食宜清淡,多食蔬菜水果,少食肥甘厚腻、辛辣刺激之品。适当食用

具有活血化瘀、疏通经络的食物,如山楂、黑木耳、黑芝麻、核桃等。

2. 情志调理:保持心情舒畅,避免过度情绪波动。可适当进行心理疏导,减轻焦虑、抑郁等情绪。

3. 运动锻炼:适当进行有氧运动,如散步、太极拳等,以增强体质,提高机体抵抗力。

4. 定期体检:定期进行身体检查,及早发现高血压、高血脂、糖尿病等危险因素,及早干预。

三、中医治疗

1. 针灸治疗:针灸可以刺激穴位,疏通经络,调节气血运行,有助于缓解中风病的

症状。

2. 推拿治疗:推拿可以促进血液循环,缓解肌肉紧张,减轻疼痛等症状。

3. 中药治疗:根据患者具体情况,辨证施治,选用具有活血化瘀、通络止痛、补益肝肾等功效的中药进行治疗。

四、康复调理

1. 肢体功能锻炼:在病情稳定后,可进行适当的肢体功能锻炼,如按摩、伸展运动等,以促进肢体功能的恢复。

2. 语言训练:对于语言障碍的患者,可进行语言训练,如发音练习、听音模仿等,以逐渐恢复语言功能。

3. 心理疏导:中风病患者常会出现焦

虑、抑郁等心理问题,需要进行心理疏导,帮助患者调整心态,增强治疗信心。

4. 生活调养:在日常生活中,患者应保持良好的作息习惯,保证充足的睡眠,避免过度劳累。同时,应根据自身情况,适当进行户外活动,以增强体质。

总之,中医在防治中风病方面具有独特的优势和丰富的经验。通过饮食调理、情志调理、运动锻炼、定期体检等预防措施,以及针灸治疗、推拿治疗、中药治疗等中医治疗方法,以及康复调理措施,可以帮助患者更好地恢复身体功能,提高生活质量。

(作者单位:河北省霸州市中医院)

浅谈颈椎病人的颈部锻炼和康复方法

□ 何娟

在现代社会,随着科技的发展和人们生活方式的改变,颈椎病已经成为一种常见的疾病。颈椎病不仅影响人们的生活质量,还可能引发严重的并发症。因此,了解颈椎病的症状、成因以及如何进行颈部锻炼和康复是非常必要的。

一、颈椎病的成因

颈椎病主要是由于颈椎长期承受压力、劳损、不正确的姿势或外伤等因素,导致颈椎间盘退行性改变、骨质增生、椎间失稳和关节囊松弛,进而引发一系列症状。常见的症状包括颈部疼痛、僵硬、头晕、头痛、手臂麻木等。

二、颈部锻炼的重要性

颈部锻炼对于预防和治疗颈椎病具有重要意义。适当的颈部锻炼可以增强颈部肌肉力量,改善颈椎的稳定性,减轻颈椎负担,预防或缓解颈椎病的症状。常见的颈部锻炼方法包括颈部旋转运动、颈部前屈后伸运动、颈部侧屈运动等。

三、康复方法

1. 颈部旋转运动:坐在椅子上,挺胸拔颈,头先向左旋转45度,再向右旋转45度,重复5~10次。此运动有助于改善颈椎的血液循环,缓解肌肉紧张。

2. 颈部前屈后伸运动:坐在椅子上,

挺胸拔颈,先将头低下,尽可能地贴近胸部,然后再将头抬起,重复5~10次。此运动有助于缓解颈部疼痛和僵硬。

3. 颈部侧屈运动:坐在椅子上,挺胸拔颈,将头向一侧侧屈,重复5~10次。此运动有助于缓解颈部肌肉紧张,改善颈椎两侧肌肉力量的平衡。

4. 热敷和按摩:热敷和按摩可以缓解颈部肌肉紧张,促进血液循环,有助于康复。可以使用热毛巾或热水袋进行热敷,每次15~20分钟;按摩则可以使用轻柔的手法在颈部进行按摩。

5. 避免不良姿势:保持良好的坐姿

和站姿对于预防和治疗颈椎病非常重要。长时间低头看手机、电脑等行为会增加颈椎的压力,导致颈椎病的发生。因此,应尽量避免长时间保持不良姿势。

总的来说,颈部锻炼和康复是预防和治疗颈椎病的重要手段。通过正确的颈部锻炼和避免不良姿势,我们可以有效地减轻颈椎病的症状,提高生活质量。同时,定期体检也是预防和治理颈椎病的重要措施。如果症状持续加重,应及时就医寻求专业治疗。

(作者单位:四川省攀枝花市中心医院)

蛇串疮的中医认识与治疗方法

□ 孟抗抗

你知道什么是“蛇串疮”吗?出现“蛇串疮”时会有什么症状呢?

其实,“蛇串疮”有时也被称作“蛇丹”、“蜘蛛疮”、“火带疮”,它属于一种较为常见的皮肤病。在出现这种皮肤病时,皮肤上会出现一串串水泡,并且多伴随疼痛剧烈的情况,多发于身体一侧。

中医对蛇串疮是如何认识的呢?中医认为,蛇串疮的病因主要在于体内肝胆火盛,或者湿热内蕴,进而促使皮肤出现这种病变。同时,在外部环境影响下,例如气候较为干燥、湿热等条件下也会导致“蛇串疮”。在出现蛇串疮时,对应的皮肤上会出现一串串水泡,

水泡在初期多表现为红色,随着病情进一步发展,可能会变成黄色。另外,在发病期间,不少患者还会表现为口干、口苦、大便干燥等情况。中医在诊断蛇串疮时,主要通过观察患者的症状、体征、舌象进行判断。例如,在发现患者呈现出舌红苔黄、脉弦数等特征时,就可能表明肝胆火盛,有患病的风险。

在明确了患者的病情后,从中医角度出发,又该怎样去治疗蛇串疮呢?

首先,可以采用内服中药的方法。结合蛇串疮的相关病因,中医倡导应用清热利湿、泻火解毒的方法实施治疗,比较常用的中药包括龙胆草、黄芩、栀子、木通等。

其次,应用外用药物治疗。结合中医理论,也可借助一些外用药物来辅助治疗蛇串疮病症。例如,可将黄芩、黄连、大黄等中药加水煎煮,随后将其涂抹到患处部位,或者借助一些具有清热解毒、收敛止痛功能的草药,将其捣烂后敷在患处部位。

再者,可采用针灸疗法。中医认为,采用针灸能够实现疏通经络、调和气血,进而展现出止痛、促进水泡消退的作用。

此外,拔罐疗法也经常用来治疗蛇串疮。该种治疗方法的原理主要是借助负压吸引作用,促使体内的湿气与淤血及时排出体外,进而达到改善病情的效果。

最后,中医还重视应用饮食调理方法。在治疗蛇串疮期间,要学会饮食调理,患者要尽可能避免食用辛辣、油腻等食物,建议多食用一些相对清淡、易消化的食物,包括绿豆汤、冬瓜汤等。在生活中要注意多喝水,促使体内的湿热及时排出。

总之,中医针对蛇串疮的治疗方法相对多样,在明确患者的具体病因后,要充分结合病因执行调理与治疗。需要注意的是,在出现了蛇串疮后,应用中医治疗方法时,要遵从中医师的建议,做到合理治疗。另外,在日常生活中要保持良好的生活习惯、健康饮食,有效增强身体的抵抗力,积极预防蛇串疮的出现。

(作者单位:河北省邢台市中医院)

尿检验的作用及注意事项

□ 梅称

尿检验是医学上常用的一种检查方式,它可以帮助医生了解你的泌尿系统健康状况,以及是否存在某些潜在的健康问题。尿检验通常包括尿液的收集、化验和分析三个步骤。

一、尿检验的作用

尿检验在医学上具有重要的作用。首先,它可以检测尿液中的成分,如蛋白质、红细胞、白细胞、葡萄糖等,这些成分的变化可以反映泌尿系统的健康状况。其次,尿检验还可以检测尿液中的细菌、病毒等微生物,有助于诊断泌尿系统感染等疾病。

二、不同症状可能需要的尿检验检查项目

1. 尿频、尿急、尿痛:这些症状可能是尿路感染的征兆。尿检验可以检测尿液中的白细胞数量,帮助诊断尿路感染。

2. 尿液颜色异常:尿液颜色异常可能是肾脏疾病或尿路结石的征兆。尿检验可以检测尿液中的红细胞和白细胞数量,同时观察尿液的颜色和透明度,有助于诊断肾脏疾病和尿路结石。

3. 排尿困难:排尿困难可能是前列腺疾病的征兆。尿检验可以检测尿液中的前列腺特异性抗原(PSA),有助于诊断前列腺癌。

4. 血尿:血尿可能是泌尿系统肿瘤的征兆。尿检验可以检测尿液中的红细胞数量,同时观察尿液的颜色和透明度,有助于诊断泌尿系统肿瘤。

5. 尿频但无尿液排出:这种情况可能是肾衰竭的征兆。尿检验可以检测尿液中的电解质和肌酐等指标,有助于评估肾功能状况。

三、尿检验的注意事项

1. 留取清洁中段尿:为了保证尿液样本的质量,需要留取清洁中段尿。在留取尿液前,需要用清水清洗外阴部,避免污染尿液样本。

2. 注意饮食和饮水:在进行尿检验前,需

要避免食用高蛋白、高脂肪和高盐的食物,避免大量饮水和喝咖啡等刺激性饮料,以免影响尿液成分的检测结果。

3. 避免使用某些药物:某些药物会影响尿液成分的检测结果,如利尿剂、抗生素等。在尿检验前需要咨询医生并告知医生正在使用的药物。

总之,尿检验是一种重要的医学检查方式,可以帮助医生了解你的泌尿系统健康状况。了解不同症状可能需要的尿检验检查项目,可以帮助你更好地了解自己的健康状况,并采取相应的预防和治疗措施。

(作者单位:河北省献县人民医院)