

体检护理沟通技巧的重要性及常见问题

□ 张海燕

健康是人们非常重视的话题,定期进行体检能够及时发现身体的潜在疾病,有助于尽早治疗。在体检过程中,体检护理人员起到了至关重要的作用。他们需要具备良好的沟通技巧,以获取准确的健康信息,提供必要的护理指导,并帮助建立健康的生活方式。本文将介绍体检护理沟通技巧的重要性、常见问题以及如何提升沟通技巧。

一、体检护理沟通技巧的重要性

体检护理沟通技巧是指护理人员在体检过程中与体检者进行有效沟通,包括健康状况的询问、检查结果的解释、健康建议的传达等。良好的沟通技巧可以帮助体检

者更好地理解自己的健康状况,及时发现潜在的健康问题,并得到相应的护理和治疗。此外,沟通技巧还能增强体检者对护理人员的信任和满意度,提高体检的整体效果。

二、常见的沟通问题

在体检过程中,护理人员可能会遇到一些沟通问题,如语言表达能力不足、专业术语过多、缺乏耐心等。这些问题可能会影响体检者的情绪和健康状况的评估。例如,语言表达能力不足可能导致护理人员无法清晰地表达检查结果,进而导致体检者对检查结果产生误解;专业术语过多则可能使体检者感到困惑和不安;缺乏耐心则可能使体检者感到不被重视,进而影响他们

对护理人员的信任度。

三、提升沟通技巧的方法

为了提高体检护理沟通技巧,我们可以采取以下方法:

- 增强语言表达能力:通过学习医学术语和表达方式,提高自己的语言表达能力。同时,多与同行交流,分享经验,互相学习。
- 使用简单易懂的语言:在与体检者沟通时,尽量使用简单易懂的语言解释检查结果和健康建议。如果遇到难以理解的专业术语,可以尝试用比喻或实例来解释。
- 保持耐心:体检过程可能会比较长,护理人员需要保持耐心,尽可能地解答体检者的疑问,让他们感到被尊重和理解。

4. 倾听和理解:倾听体检者的叙述,理解他们的情绪和需求,给予适当的关心和支持。

5. 积极反馈:对于体检者的反馈和建议,应积极回应并给予适当的反馈,以增强他们对护理人员的信任和满意度。

良好的体检护理沟通技巧对于获取准确的健康信息、提供必要的护理指导以及建立健康的生活方式至关重要。了解这些技巧的重要性、提升沟通技巧的方法以及常见问题解决方法将有助于提高体检过程的效率和质量。通过关注受检者的感受和问题,尊重他们的隐私和权利,以及建立合作关系,体检护理人员可以为受检者提供更好的医疗服务。

(作者单位:河北省邢台市中心医院)

异位妊娠的症状与治疗方法

□ 谢燕

异位妊娠是一种常见的妇科疾病,也被称为“宫外孕”,是指受精卵在子宫外着床发育。这种情况常常导致患者迷路,不知道如何处理。本文将向大家科普异位妊娠的相关知识,帮助大家更好地了解这一疾病,避免迷路。

一、异位妊娠的原因

异位妊娠通常是由于输卵管炎症、输卵管发育异常、盆腔炎等疾病引起的。其中,输卵管炎症是最常见的原因之一。输卵管是精子和卵子结合的部位,如果发生炎症,可能导致输卵管堵塞或蠕动异常,使得受精卵无法正常移动到子宫内着床发育,从而在其它部位着床发育,引发异位妊娠。

二、异位妊娠的症状

早期异位妊娠通常没有明显症状,随着孕周的增加,可能出现

腹痛、阴道流血等症状。由于异位妊娠的位置不同,症状也会有所不同。例如,在输卵管峡部妊娠(输卵管管内着床部位)时,可能会突然出现剧烈腹痛;而在输卵管壶部妊娠(输卵管伞部着床)时,可能会逐渐出现腹痛和阴道流血。因此,如果出现类似症状,应及时就医。

三、如何预防异位妊娠

预防异位妊娠的关键在于及时发现并治疗可能导致异位妊娠的疾病。例如,定期进行妇科检查,及时治疗盆腔炎等疾病;注意个人卫生,避免不洁性生活等不良行为;对于有输卵管炎症等病史的患者,应定期复查,及时发现异常情况并进行治疗。

四、异位妊娠的治疗方法

异位妊娠的治疗方法因个体情况而异,包括药物治疗、手术治疗

等。手术治疗通常包括腹腔镜手术和开腹手术两种方式。腹腔镜手术是一种微创手术,具有恢复快、创伤小等优点,已成为异位妊娠的主要治疗方法之一。药物治疗则适用于早期异位妊娠、没有明显内出血或不愿意接受手术治疗的患者。此外,对于有生育要求的女性,如果异位妊娠已经治愈且没有并发症,可以考虑采用辅助生殖技术进行治疗。

异位妊娠是一种常见的妇科疾病,通过了解异位妊娠的原因、症状、预防方法、治疗方法等知识,可以帮助大家更好地了解这一疾病。同时,如果出现类似症状,应及时就医,以免延误治疗。

(作者单位:四川省广安市广安区人民医院)

浅谈血液净化的原理与方式

□ 郝秀辉

当我们的身体出现了炎症、内环境紊乱、肝肾功能衰竭,或者摄食了有毒的食物或药物时,身体产生的毒素就会渗透到血液中,造成血液中堆积了过多的代谢产物和毒素,而无法排出,就会引起各种身体症状,影响身体健康。通过“血液净化”能够将血液中的毒素排出体外,恢复身体正常的功能。那么到底什么是血液净化呢?下面让我们来了解一下。

一、什么是血液净化

利用相关的仪器设备,将患者的血液引出体外,在体外循环技术的作用下对患者的血液进行净化,以清除患者血液中的代谢废物、毒素和多余的水分,之后再回输到患者体内。目的是为了维持患者身体的电解质和酸碱平衡,将各种治病因子清除体外,以达到治疗患者疾病的目的。

二、血液净化的原理

1. 弥散

在经过半透膜两侧的血液和透析液中的分子,会在限定的空间内自由扩散,保持两者浓度的相同,之后分子会从高浓度的一侧转移到低浓度的一侧。

2. 对流

在跨膜压(TMP)的辅助下,液体会从压力较高的一侧透过半透膜,逐渐向压力低的一侧移动,液体中的溶质也会透过半透膜,能够清除血液中的中小分子溶质。

3. 吸附

利用溶质吸附膜器或者滤器中的活性炭和吸附树脂,来吸附血液中各种有毒有害物质,从而实现清除的目的,主要应用于血液灌流、免疫吸附等环节中。

三、血液净化的方式

血液净化的方式可以分为:血液透析、血液滤过、血液灌流、血浆置换、免疫吸附、连续性肾脏替代治疗(CRRT)等。在实际的临床治疗中,需要根据患者的病情和身体状况选择相应的血液净化方式,但是这些方式的共同作用就是帮助患者进行血液净化。

四、哪些人需要做血液净化

第一,急(慢)性肾功能衰退患者,由于这类患者的肾功能不健全,无法起到过滤的作用,会在体内沉积大量的水分,无法自行排除,负荷过重时还会出现肺水肿等症状;第二,急性呼吸窘迫综合征(ARDS)患者,利用血液净化能够清除身体炎症反应和水分,以缓解水肿;第三,严重水与电解质失衡患者,比如高钠血症、低钠血症、高钾血症、低钾血症、水中毒等;第四,慢性心力衰竭患者,可以缓解患者的生化异常和电解质紊乱;第五,中毒患者,能够有效排除身体内毒素。

总而言之,我们需要了解血液净化的这些知识,在关键时刻就能派上用场。

(作者单位:河北省邯郸同爱医院)

探讨胎膜早破的护理要点

□ 王钰茗

曾几何时,胎膜早破是一种令人恐惧的情况。无法预测的疼痛、感染的风险以及早产的可能性,都让妇产科医生和孕妇们倍感压力。然而,随着医学技术的进步和人们对这一问题的深入研究,我们现在可以更好地应对胎膜早破,并为孕妇们提供更全面的护理。

胎膜早破是指在临产前胎膜自然破裂。孕龄<37孕周的胎膜早破又称为早产(未足月)胎膜早破。胎膜早破是围生期最常见的并发症,可导致早产率升高,围生儿病死率增加,宫内感染率及产褥感染率均升高。胎膜早破的原因有:创伤,宫颈内口松弛,感染,羊膜腔压力增高,胎儿先露部与骨盆入口衔接不好,胎膜发育不良等。胎膜早破的护理要点:

一、观察流液情况,加强外阴清洗

胎膜破裂后,孕妇需要密切观察

阴道流液的情况,并加强外阴的清洁,以免导致宫内感染。如果流液较多,需要及时更换干净的内裤和床单,避免细菌滋生。同时,孕妇需要保持外阴干燥,避免潮湿的环境导致感染。

二、适当抬高臀部,避免脐带脱垂

胎膜破裂后,孕妇需要采取适当的体位,以避免脐带脱垂。可以在臀部放置枕头等物品,以抬高臀部。如果孕妇需要卧床休息,需要避免长时间保持一个姿势,可以适当改变姿势,以减轻对子宫的压迫。

三、密切监测胎心胎动

胎膜破裂后,孕妇需要密切监测胎心和胎动的情况。如果发现胎动异常或者胎心率下降,需要及时就医。医生会根据具体情况制定处理方案,以保障母婴健康。

四、注意饮食和排便

胎膜破裂后,孕妇需要注意饮食

清淡,保持大小便通畅。因为用力排便会增加腹压,可能导致羊水流出增多,从而影响胎儿的健康。因此,孕妇需要保持规律的排便习惯,避免过度用力排便。

五、保持心情愉悦,避免过度焦虑

胎膜早破可能会给孕妇带来一定的心理压力,但过度焦虑和紧张情绪可能会对母婴健康造成影响。因此,孕妇需要保持心情愉悦,积极应对妊娠过程。家人和朋友的支持和理解也非常重要。

总之,胎膜早破的护理要点包括观察流液情况、加强外阴清洁、适当抬高臀部、密切监测胎心胎动、注意饮食和排便、保持心情愉悦等。孕妇在妊娠过程中需要关注自己的身体状况,及时就医并遵循医生的建议。

(作者单位:四川省广安市广安区人民医院)

上呼吸道感染的护理和预防并发症的方法

□ 王丽

上呼吸道感染是日常生活中一种常见的疾病,它通常由病毒或细菌引起,表现为咳嗽、流鼻涕、喉咙痛、发热等症状。本文将介绍上呼吸道感染的科学护理和预防并发症的方法。

一、科学护理上呼吸道感染

- 休息:保证充足的休息时间,有助于身体恢复。避免过度劳累,尽量减少外出活动,尤其是在天气寒冷时。
- 饮食:多喝水,保持充足的水分摄入。选择清淡、易消化的食物,避免油腻、辛辣、刺激性的食物。
- 保持口腔卫生:每天刷牙两次,使用

淡盐水漱口,有助于缓解喉咙痛等症状。

4. 观察病情:注意观察自己的身体状况,如出现持续发热、咳嗽加剧等症状,应及时就医。

5. 家庭环境:保持室内空气流通,定期开窗通风,避免室内空气污染。同时,避免接触过敏原,如花粉、宠物等。

二、预防并发症

上呼吸道感染如果不及治疗,可能会引发一些并发症,如肺炎、支气管炎等。因此,科学预防并发症非常重要。

- 按时服药:按照医生的建议,按时服用药物,不要随意停药或更改剂量。

2. 定期就医:如果病情持续不改善,或出现新的症状,应及时就医,听取医生建议。

3. 增强免疫力:通过饮食调理、运动锻炼、保持良好的作息时间等方式,增强身体免疫力,提高抵抗力。

4. 避免过度劳累:注意休息和放松,避免过度劳累导致身体抵抗力下降。

5. 预防交叉感染:在病情未完全康复之前,尽量减少与他人接触,尤其是免疫力较弱的人 and 儿童。

三、常见问题解答

1. 上呼吸道感染会传染吗?

答:上呼吸道感染通常由病毒引起,具

有一定的传染性,但通过规范佩戴口罩、勤洗手、避免与他人接触等措施,可以预防传染。

2. 为什么上呼吸道感染容易反复发作?

答:上呼吸道感染通常由病毒感染引起,而病毒容易变异并产生抗药性,因此呼吸道感染容易反复发作。此外,身体免疫力低下也会导致呼吸道感染反复发作。

总之,上呼吸道感染是一种常见的疾病,通过科学护理和预防并发症的方法,可以有效缓解症状并避免并发症的发生。同时,保持良好的生活习惯和增强身体免疫力,可以更好地预防呼吸道感染。

(作者单位:河北省高碑店康康医院)