

# 结肠造口的常见心理障碍及护理方法

□ 张运颖

结肠造口是一种常见的医疗技术,用于治疗某些疾病,如结肠癌、肠梗阻等。然而,结肠造口会给患者带来一系列的心理障碍和护理问题。本文将介绍结肠造口常见心理障碍及护理知识,帮助患者更好地应对这一挑战。

## 一、结肠造口常见心理障碍

- 焦虑和恐惧:** 患者对结肠造口的陌生和未知,以及对手术和术后恢复的担忧,可能导致焦虑和恐惧。
- 自尊心受损:** 结肠造口可能影响患者的外观和社交活动,导致自尊心受损。
- 情绪不稳定:** 结肠造口可能会引发疼痛、不适和感染等并发症,患者可能出现情绪不稳定、易怒等问题。

4. **睡眠障碍:** 结肠造口的并发症和疼痛可能导致患者睡眠质量下降,出现失眠、多梦等问题。

## 二、护理知识

- 保持造口周围皮肤的干燥与清洁,** 避免过于频繁更换造口袋, 这会造成皮肤表面的损伤,引起造瘘口皮炎。
- 患者一旦发生造瘘口皮炎,** 可以用造口粉或者氧化锌软膏局部外用, 可有效减轻局部皮肤疼痛, 感染等症状。
- 造瘘口需要按时人工扩肛,** 每周至少一到两次, 每次三到五分钟。如果没有及时的扩肛, 会造成腹壁肌肉挛缩挤压肠管, 造成造瘘口出口的梗阻。
- 合理饮食:** 患者还应该做好饮食护

理, 不要吃坚硬、辛辣、生冷等刺激性食物, 以免刺激到肠道。患者应该饮食清淡, 可以选择米粥、蔬菜汤等食物。

5. **心理疏导:** 家属和医护人员应给予患者关爱和支持, 帮助患者树立信心, 积极面对疾病和治疗过程。

## 三、应对策略

- 自我认知:** 患者应了解结肠造口的基本知识和护理方法, 增强自我护理能力。同时, 积极与医生、护士等专业人士沟通, 获取专业的指导和建议。
- 心理调适:** 患者应学会调整心态, 保持乐观积极的态度, 接受并面对结肠造口。可以通过与亲朋好友交流、寻求专业心理辅导等方式, 缓解焦虑和恐惧情绪。

3. **社交支持:** 家属和朋友应给予患者关爱和支持, 帮助患者建立自信心和应对疾病的勇气。同时, 鼓励患者积极参与社交活动, 恢复正常的社交生活。

4. **合理安排作息:** 患者应保证充足的睡眠时间, 合理安排作息时间, 避免过度劳累和精神紧张。如有睡眠障碍, 可尝试通过调整睡眠环境、放松身心等方法改善睡眠质量。

总之, 结肠造口是一种常见的医疗技术, 但也可能给患者带来一系列的心理障碍和护理问题。患者应了解结肠造口的基本知识和护理方法, 积极面对疾病和治疗过程。同时, 家属和朋友应给予关爱和支持, 共同应对这一挑战。

(作者单位: 河北省唐山中心医院)

# 探讨手术室护理的重要性及注意事项

□ 李夏健

手术室护理是一个复杂且关键的医疗领域, 它涉及到对患者身体、心理和生理需求的全面关注。在手术室, 护理人员不仅要确保手术的顺利进行, 还要关注患者的情绪和身体状况, 确保他们在整个手术过程中获得最佳体验。本文将深入探讨手术室护理的重要性, 以及如何为患者提供最佳体验。

## 一、手术室环境与准备

手术室的布局和环境对于患者的情绪和舒适度至关重要。宽敞、明亮、安静且温度和湿度适宜的手术室环境, 有助于减轻患者的紧张情绪。在患者进入手术室前, 护理人员应确保手术室环境整洁、设备齐全、

灯光适宜, 并准备好必要的医疗设备, 如手术床、麻醉机、监护仪等。此外, 护理人员应主动与患者沟通, 向他们介绍手术流程和注意事项, 以减轻他们的焦虑和恐惧。

## 二、术前护理

术前护理是手术成功的重要一环。护理人员应提前了解患者的病史、过敏史等信息, 为手术做好准备。在术前访视过程中, 护理人员应与患者进行深入沟通, 了解他们的顾虑和期望, 为他们提供心理支持。为患者提供术前指导, 如呼吸训练、手术体位训练等, 有助于提高手术的顺利进行。

## 三、术中护理

术中护理是手术室护理的核心部分。

在手术过程中, 护理人员应密切关注患者的身体状况, 确保他们得到充分的休息和睡眠。在麻醉过程中, 护理人员应与麻醉师密切合作, 确保患者安全地接受手术。同时, 护理人员应保持手术区域的清洁和无菌, 避免感染的发生。在术中, 护理人员还应关注患者的心理状况, 及时给予关怀和支持, 帮助他们度过手术过程中的不适。

## 四、术后护理

术后护理是手术室护理的重要组成部分, 它涉及到对患者的身体状况、情绪和康复过程的全面关注。在手术后, 护理人员应及时监测患者的生命体征, 确认他们已经度过危险期。同时, 为患者提供必要的术后

指导, 如饮食、活动、康复训练等, 帮助他们尽快恢复身体健康。此外, 护理人员还应关注患者的情绪和心理状况, 及时给予关怀和支持, 帮助他们尽快恢复正常生活。

手术室护理是一个复杂而关键的医疗领域, 它涉及到对患者的身体、心理和生理需求的全面关注。为了提供最佳体验, 手术室护理应注重环境与准备、术前护理、术中护理和术后护理的每一个环节。通过建立良好的沟通、提供舒适的环境、关注患者的身体状况、心理状况以及康复过程, 手术室护理能够为患者提供最佳的医疗体验。

(作者单位: 河北省邢台市第九医院(巨鹿县医院))

# 肾脏移植手术的注意事项

□ 石小玉

肾脏, 作为人体内最重要的排泄器官, 负责过滤血液中的废物, 维持水、电解质和酸碱平衡。一旦肾功能受损, 这些平衡可能被打破, 导致严重的健康问题, 甚至危及生命。在这种情况下, 肾脏移植是拯救生命的重要手段。

肾脏移植手术是一项复杂且专业的医疗程序, 涉及多个专业领域的协作, 包括外科、麻醉、护理、病理学和免疫抑制剂管理。它不仅是一项技术操作, 更是一种艺术, 因为每个手术都必须在精确的

时机进行, 以最大程度地提高成功率并减少并发症。

肾脏移植手术的目标是替换受损的肾脏, 恢复正常的肾功能, 同时确保受体的生命安全。手术过程中, 医生会从捐赠者身上取出健康的肾脏, 然后将其植入到受体体内。这个过程需要精确的手术技巧和精细的器官处理, 以确保移植后的成功。

在手术前, 需要进行一系列的检查和准备工作。包括评估受体的健康状况, 确定合适的捐赠者, 进行免疫抑制治疗的

方案制定等。同时, 需要对捐赠者的肾脏进行评估, 以确保其适合移植。在手术过程中, 需要精确的手术技巧和精细的器官处理, 以防止移植后的排斥反应。

肾脏移植手术的成功不仅仅取决于手术技巧, 还取决于术后护理和免疫抑制剂的剂量和种类正确。同时, 需要定期进行血液检查、尿液检查和影像学检查, 以评估肾脏的状况。

肾脏移植手术是一种昂贵的治疗方

式, 但它为那些因肾功能衰竭而面临生命威胁的人们提供了生的希望。它不仅挽救了生命, 也提高了他们的生活质量。在这个过程中, 医生、护士和相关医护人员付出了巨大的努力和牺牲, 他们的专业精神和高尚品质值得我们敬佩和尊重。

总的来说, 肾脏移植是一种挽救生命的重要手段。它不仅需要精湛的手术技巧, 还需要严谨的术前评估和术后护理。这既是一门科学, 也是一门艺术。

(作者单位: 河南省郑州市第七人民医院)

# 白血病的临床表现与预防措施

□ 雷天生

白血病是一种严重危害人类健康的血液系统疾病, 主要表现为: 在血液系统中存在着大量的原始细胞和幼稚细胞, 在血液中聚集, 对正常的血液系统产生严重的影响。临床上以贫血, 出血, 感染及浸润为特征。如果及时进行专业的治疗, 急性白血病的平均存活时间只有三个月, 最短的几天内就会死去。通过现代医学的手段, 很多病人的症状得到了改善, 大部分病人可以延长生存时间, 部分病人已经完全康复了。

## 1. 白血病的临床表现

起病急缓不一。白血病急性和慢性的发作各不相同, 发病隐匿, 可能是几个星期到几个月的渐进发展, 或者突然发作。其主要表现为造血功能障碍或白血病细胞浸润。

出现贫血症状。急性白血病最常见的临床表现是贫血, 约有一半病人在发现时已有严重的贫血。患者面色苍白, 乏力, 胸闷; 气喘, 困倦, 虚弱, 在运动后更加显著, 逐渐恶化, 并与贫血的严重性成正比。

出现出血现象。超过一半的病人在发病初期会出现出血的症状, 如瘀点、淤斑、鼻衄、齿龈出血、月经过多、眼底、颅内出血等。

出现发热现象。在急性白血病病人的初期会出现发热, 这可能是由于粒细胞不足引起的感染或者是白血病引起的发热。大部分病人在最初诊断时都有不同的发热。如果是

正常情况下, 患者会出现低热、盗汗等症状, 在经过化学治疗后, 患者的身体会逐渐的恢复, 如果出现高热可能是因为出现了继发性感染, 这和成熟粒细胞的降低有很大的关系。

有浸润的表现。常见的出现骨痛、胸骨压痛, 还可能会出现淋巴结、肝脾肿大等表现。部分病人皮肤上会有弥漫性的斑丘疹、紫蓝色的皮肤结节或肿瘤形成的硬结, 部分病人出现牙龈肿胀。如果侵犯了中枢神经系统, 就会有头痛、头晕、烦躁等症状, 严重的还会有呕吐、颈项强直、视神经乳头水肿及脑神经症状, 甚至部分患者出现脊髓麻痹等症。

## 2. 白血病与生活方式: 如何降低风险?

白血病的发生与病毒感染、化学物质、食品安全、放射线、遗传等均有密切关系, 要远离白血病, 就应该从日常生活中开始预防和降低风险。

### 2.1 健康饮食

保持健康饮食习惯是降低白血病风险的重要步骤。以下是一些建议:

均衡饮食: 确保摄入足够的蛋白质、脂肪、碳水化合物、维生素和矿物质。

多食用新鲜水果和蔬菜: 这些食物富含抗氧化剂, 有助于抵抗疾病。

控制糖分和加工食品摄入: 这些食物可能导致体重增加, 增加慢性疾病的风险。

避免过度饮酒: 过度饮酒可能会损害肝脏, 增加患白血病的风险。

### 2.2 适量运动

适当的运动可以帮助降低白血病的风险。以下是一些建议:

每周至少进行 150 分钟的中等强度有氧运动, 如快走、骑自行车或游泳。

增加日常活动量: 例如, 选择走路或骑自行车代替开车。

针对关节进行力量训练, 以增强肌肉和骨骼健康。

### 2.3 避免暴露于有害物质

尽量避免暴露于有害物质, 特别是那些可能增加白血病风险的因素。以下是一些建议:

避免长时间或高强度接触辐射, 如接受不必要的 X 光检查。

在工作或生活中尽量避免接触有害化学物质, 如苯、甲醛等。

如果必须接触有害物质, 应采取适当的防护措施。

### 2.4 减少压力

过度的压力可能会影响免疫系统的功能, 增加患白血病的风险。以下是一些建议: 学习应对压力的技巧, 如深呼吸、冥想或放松技巧。

建立支持系统: 与家人和朋友分享感受,

或寻求专业的心理咨询。

保持积极的生活态度, 并寻找生活中的乐趣。

### 2.5 充足休息

充足的睡眠对于免疫系统的正常运作至关重要。以下是一些建议:

确保每晚 7 至 9 小时的睡眠时间。

建立一个安静、黑暗和舒适的睡眠环境。

避免在就寝前饮食含咖啡因或糖分的食物或饮料。

### 2.6 戒烟限酒

戒烟和限制酒精摄入是降低白血病风险的重要措施。吸烟和过度饮酒都会增加患白血病的风险。戒烟和限制酒精摄入可以大大降低这一风险。吸烟和过度饮酒都会削弱免疫系统的功能, 使身体更容易受到疾病的攻击。因此, 为了降低患白血病的风险, 应该戒烟并限制酒精摄入量。

### 2.7 定期检查

定期进行身体检查是预防白血病的关键。以下是一些建议:

定期进行血液检查, 包括血常规和生化检查。这些检查可以检测到血液中的异常细胞或指标。

如果发现异常指标或症状, 及时进行进一步检查和治疗。

(作者单位: 广西壮族自治区桂东人民医院)