

## 浅谈急性肾衰竭的护理措施

□ 张婉童

急性肾衰竭是一种严重的临床状况,需要专业的护理来确保患者的安全和康复。在护理过程中,专业和细心的态度是双重保障,为患者提供最佳的支持和照顾。本文将向您介绍急性肾衰竭护理的专业性和细心性,以及如何实施这些措施。

### 一、专业性

1. 了解疾病:专业护理人员需要充分了解急性肾衰竭的病因、症状、治疗方法和可能的并发症。这有助于他们与患者和家属沟通,提供准确的信息和指导。

2. 制定护理计划:根据患者的具体情况,专业护理人员需要制定个性化的护理计划,包括饮食、液体管理、药物管理、生命体征监测等方面。

3. 药物管理:急性肾衰竭患者可能需要

使用多种药物,护理人员需要了解每种药物的副作用和相互作用,确保患者按时按量服药,并监测药物的效果和和不良反应。

4. 营养支持:急性肾衰竭可能导致食欲减退或呕吐,专业护理人员需要提供适当的营养支持,确保患者获得足够的热量、蛋白质和维生素。

5. 并发症预防:急性肾衰竭可能引发多种并发症,如感染、高钾血症、酸中毒等。专业护理人员需要密切监测这些并发症的迹象,及时采取相应的预防和治疗措施。

### 二、细心性

1. 密切监测生命体征:急性肾衰竭患者需要定期监测生命体征,如心率、血压、呼吸、温等,以评估病情的变化。如有异常,及时通知医生。

2. 尿液和肾脏功能的监测:定期监测患者的尿液和肾脏功能,如尿量、尿比重、肌酐等,以评估肾功能恢复情况。如有异常,及时通知医生。

3. 口腔和皮肤护理:患者需要保持口腔和皮肤的清洁干燥,避免感染和压疮的发生。护理人员应定期协助患者刷牙、漱口、洗澡和更换衣物。

### 三、实施措施

1. 饮食指导:应注意控制盐的摄入,有高血压和水肿的急性肾功能衰竭患者应当适当限制盐的摄入。建议应小于 3g/天,注意进行脂肪的摄入控制,高脂血症是促进肾脏病加重的重要因素。急性肾功能衰竭时尤其大量蛋白尿的患者更易出现体内脂质代谢紊乱,临床表现为高脂血症。应注意蛋白质的

摄入,急性肾功能衰竭时应注意根据肾功能衰竭程度决定蛋白质的摄入量。肾功能不全患者按 0.6~0.8 克每公斤体重每天的标准摄入蛋白质,要以优质蛋白为主。包括奶奶、蛋、瘦肉等。

2. 环境整洁:保持病房整洁舒适,空气流通,降低感染风险。

3. 定期巡访:护理人员应定期巡访患者,了解病情变化,提供必要的支持和指导。

4. 健康教育:向患者和家属提供急性肾衰竭的相关知识,帮助他们了解疾病的管理和预防并发症的方法。

总之,急性肾衰竭的护理需要专业性和细心的双重保障。护理人员需要充分了解疾病,制定个性化的护理计划,并密切监测患者的生命体征、尿液和肾脏功能等。

(作者单位:河北医科大学第二医院)

## 甲状腺手术前后的护理要点浅析

□ 许冰

甲状腺手术是一种常见的外科手术,用于治疗甲状腺疾病,如甲状腺结节、甲亢等。手术前后的护理对于确保手术安全和患者快速康复至关重要。本文将介绍甲状腺手术前后的护理要点,帮助患者更好地应对手术。

### 一、术前护理

1. 心理护理:甲状腺手术前,患者通常会感到紧张和焦虑。此时,与患者的沟通和关爱非常重要。医务人员应向患者解释手术过程和可能的并发症,并给予积极的支持和鼓励,以帮助患者建立信心和积极的态度。

2. 健康饮食与休息:在手术前的一段时间内,保持健康的饮食和充足的睡眠对于身

体恢复非常重要。建议患者食用高蛋白、高纤维、低盐低脂的食物,避免刺激性食物和饮料。同时,充足的睡眠也有助于身体恢复。

3. 避免感染:在手术前,患者应避免感冒、咳嗽和其他感染症状。如有需要,应提前告知医生,以便采取相应的预防措施。

4. 准备必要的物品:患者应提前准备好必要的物品,如身份证、医保卡等,以便在手术当天顺利地完手术。

### 二、术后护理

1. 观察生命体征:手术后,患者应留在观察室观察一段时间,以监测生命体征。如有异常情况,应及时告知医生。

2. 体位与休息:手术后,患者应保持正

确的体位,以减轻不适感。同时,充足的休息也很重要,有助于身体恢复。

3. 饮食与饮水:手术后,患者应遵循医生的建议,选择健康的食物和饮料。一般来说,手术后几小时内可开始饮水,随后可逐渐过渡到半流质饮食。如有特殊情况,应遵医嘱。

4. 保持口腔清洁:手术后,患者应注意口腔卫生,定期刷牙和漱口。如有口腔问题,应及时告知医生。

5. 术后并发症的应对:手术后可能会出现一些并发症,如出血、呼吸困难、声音嘶哑等。如出现异常情况,应及时告知医生,以便及时处理。

6. 康复锻炼:在身体允许的情况下,适度的康复锻炼有助于身体恢复。但应注意避免剧烈运动,以免影响伤口愈合。

7. 定期复查:手术后,患者应严格按照医生的建议定期进行复查,以便及时了解身体恢复情况。

总之,甲状腺手术前后的护理对于确保手术安全和患者快速康复至关重要。在术前,患者应做好心理准备,保持健康饮食和充足的睡眠,避免感染。在术后,患者应密切关注生命体征,遵循医生的建议进行饮食、休息和康复锻炼。同时,保持口腔清洁,应对可能出现的并发症,并按照医生的建议定期进行复查。

(作者单位:河北医科大学第二医院)

## 探讨哮喘的成因、预防与控制方法

□ 吴冬梅

哮喘是一种常见的慢性呼吸系统疾病,全球约有 3 亿人受其影响。哮喘发作时,患者会出现气促、胸闷和咳嗽等症状,严重时甚至可能导致窒息。本文将深入探索哮喘的成因、预防与控制,帮助大家更好地了解这一疾病,从而有效应对。

### 一、成因

哮喘的成因复杂,主要包括遗传因素和环境因素两个方面。遗传因素在哮喘发病中起着重要作用,大约有 60% 的哮喘病例与遗传有关。环境因素包括空气污染、吸烟、药物、感染等,这些因素可能加重哮喘症状或诱发新的发作。

1. 遗传因素:哮喘是一种多基因疾病,

多个基因的变异导致患者对各种刺激物产生过度反应。

2. 环境因素:空气污染、吸烟等环境因素可能通过影响呼吸道免疫系统或刺激气道上皮细胞释放炎性物质来诱发或加重哮喘症状。

### 二、预防

1. 避免过敏原:了解并避免接触已知过敏原(如花粉、宠物毛发等)是预防哮喘发作的有效方法。在哮喘发作时,应迅速评估可能存在的过敏原,并尽可能减少与之接触。

2. 改善室内环境:保持室内清洁,定期打扫和消毒,以减少空气中的细菌和病毒数量。

3. 合理饮食:避免食用易引起过敏的食物(如海鲜、牛奶等),以降低哮喘发作的风险。

4. 避免过度疲劳:过度疲劳可能导致机体抵抗力下降,增加哮喘发作的风险。因此,保持良好的生活作息,合理安排工作与休息,是预防哮喘的重要一环。

5. 接种疫苗:对于儿童来说,某些疫苗(如流感疫苗)可以降低感染呼吸道病毒的风险,从而减少哮喘发作的可能性。

### 三、控制

1. 药物治疗:常用的哮喘药物包括吸入性糖皮质激素、长效  $\beta$  受体激动剂、白三烯调节剂等。这些药物能有效减轻哮喘症状,

减少病情恶化风险。如有需要,应在医生指导下正确使用药物。

2. 呼吸操和呼吸练习:通过正确的呼吸操和呼吸练习,可以帮助患者增强呼吸功能,减少哮喘发作时的症状。

3. 定期监测:定期监测哮喘症状、诱发因素和药物治疗效果是维持良好控制的重要手段。患者应定期接受医生的评估和指导,以便及时调整治疗方案。

总之,哮喘是一种常见的慢性疾病,其预防与控制需要综合考虑遗传和环境因素。通过采取有效的预防措施和科学的治疗方法,我们可以有效控制哮喘,提高患者的生活质量。

(作者单位:河北省井陘县中医院)

## 浅谈乳腺超声的作用及注意事项

□ 曹永峰

随着现代医学技术的发展,乳腺超声已经成为一种常见的检查方法,用于发现和评估乳腺的健康状况。本文将详细介绍乳腺超声的作用,能够发现哪些问题,以及在检查过程中需要注意的事项。

### 一、什么是乳腺超声

乳腺超声是一种利用超声波检查乳腺的方法。超声波是一种声波,可以在人体内部传播,并被组织反射回来。通过乳腺超声,医生可以观察乳腺组织的形态、结构,以及是否存在异常回声,从而判断乳腺的健康状况。

### 二、乳腺超声能够发现哪些问题

1. 乳腺增生:乳腺超声可以观察到乳腺腺体的增厚,以及内部回声不均的情况,这可能是乳腺增生的表现。

2. 乳腺囊肿:乳腺超声可以观察到乳腺内存在无回声的区域,这可能是乳腺囊肿。

3. 乳腺纤维瘤:乳腺纤维瘤是乳腺良性肿瘤的一种,超声可以观察到肿瘤的形态、大小和边界情况。

4. 乳腺癌:乳腺癌是女性最常见的恶性肿瘤之一,超声可以观察到肿瘤的形态、边界、血流信号等情况,为医生的诊断提供重要

依据。

5. 导管内乳头状瘤:导管内乳头状瘤是一种发生在乳腺导管内的肿瘤,超声可以观察到肿瘤的大小和位置。

### 三、乳腺超声检查的注意事项

1. 准备:在进行乳腺超声检查前,需要穿着宽松舒适的衣服,以便医生更好地观察乳腺组织。同时,需要告知医生是否有任何不适或疼痛的部位,以便医生更好地评估病情。

2. 配合:在进行检查时,需要保持静止,避免移动或咳嗽,以免影响超声波的准确性。同时,需要按照医生的指示进行深呼吸、挤压

等动作,以便更好地观察乳腺组织的形态和结构。

3. 正确选择检查时间:乳腺超声检查应在月经后的第 7-10 天进行,因为此时乳腺组织较松软,有利于检查的准确性。

4. 复查:对于存在乳腺问题的女性,建议定期进行乳腺超声检查,及时发现并处理问题。

总之,乳腺超声是一种重要的检查方法,能够发现多种乳腺问题。在进行乳腺超声检查时,需要注意以上几点,以便获得更准确的检查结果。同时,对于存在乳腺问题的女性,建议定期进行复查,以便及时发现并处理问题。

(作者单位:河南省濮阳市安阳地区医院)

## 超声波的基本原理与应用探究

□ 王晶

在我们身体内部隐藏着许多秘密,它们在疾病形成和发展的过程中起着关键作用。随着科技的发展,超声波技术已经成为揭示这些秘密的重要工具,它被誉为医学诊断中的“火眼金睛”。

首先,让我们了解一下超声波的基本原理。超声波是一种频率高于人耳听力的声波,它可以穿透人体组织。当超声波在人体内部传播时,它会根据不同组织的声学特性(如密度、黏度、弹性等)产生不同的反射和折射。医生通过接收并分析这些反射波,

可以获得关于人体内部结构的信息。

那么,超声在医学诊断中有哪些应用呢?

首先,超声检查是孕期筛查的重要工具。通过超声检查,医生可以观察胎儿的生长发育情况,检测是否存在畸形,为早期诊断和治疗提供重要依据。此外,超声检查也是产前监测的重要手段,可以帮助医生了解胎盘的位置和功能,以及评估羊水的量,这对于预测妊娠并发症和指导分娩方式的选择都具有重要意义。

其次,超声检查在外科手术中也有广泛应用。例如,医生可以通过超声来引导微创手术器械进入目标区域,提高手术的精确性和安全性。此外,超声还可以用于评估手术后的恢复情况,例如评估伤口愈合和积液情况。

除了上述应用,超声检查还在许多其他领域发挥着作用。例如,超声可以用于检测心脏疾病,如心肌病和瓣膜疾病。通过观察心脏的形态和运动情况,医生可以评估心脏的功能,从而为诊断和治疗提供

依据。

此外,超声还可以用于检测肾脏疾病、肝脏疾病、乳腺和前列腺疾病等。

总的来说,超声波作为一种无创、无辐射的检查手段,在医学诊断中发挥着越来越重要的作用。它不仅为医生提供了丰富的信息,而且为疾病的早期发现和治疗提供了重要的依据。然而,我们也需要认识到其局限性,并不断提高技术水平,以更好地服务于临床诊断和治疗工作。

(作者单位:河南省驻马店市中心医院)