

手术室常见风险与护理措施

□ 吴洪利

在医疗领域,手术是治疗各种疾病的重要手段之一。然而,手术过程中可能会出现各种风险和并发症,这不仅对患者的健康构成威胁,也给医疗团队带来巨大的挑战。因此,了解手术室常见风险并采取有效的护理措施,对于保障患者安全和提高手术成功率具有重要意义。本文将为大家介绍手术室中的常见风险及其相应的护理措施,包括手术感染的预防、术中出血的控制、麻醉相关风险的管理等方面。

一、手术感染风险及护理措施

1、细菌感染:在手术过程中,开放的切口是细菌入侵的主要途径。这些细菌可能来源于手术室的空气、医疗设备、甚至医护人员的身體。如果不采取适当的预防措施,细菌感染可能导致切口发炎、红肿,严重时会引起败血症等系统性感染,延长患者的恢复时间并增加医疗成本。为此,医护人员必须遵循严格的无菌操作程序,包括但不限于手术前后的彻底洗手、穿戴无菌手套、口罩和防护服。此外,应使用无菌的手术器械和一次性医用物品,以减少感染的风险。

二、术中出血风险及护理措施

1、意外出血:手术过程中的意外出血可能由多种原因引起,包括手术操作中意外伤害及血管、患者先天性或后天性的血液凝固功能障碍等。意外出血不仅增加手术风险,还可能导致急性失血性休克,危及患者生命。为了有效应对意外出血,术前的全面评估尤为关键,包括详细的病史收集、血常规检查、凝血功能测试等,以评估患者出血和凝血的风险。手术中,医护团队应随时准备止血材料和设备,如止血带、电凝器等,并确保迅速获取血

2、交叉感染:交叉感染是指手术室内不同患者之间通过医护人员、医疗设备或空气传播病原体导致的感染。交叉感染不仅危害患者的健康,还可能导致耐药菌株的传播,给医院感染控制带来极大挑战。为了防止交叉感染的发生,医院需要加强手术室的空气质量管理,使用高效过滤系统净化手术室空气,并保持适当的温湿度。所有手术室表面和设备都应在每次手术后进行彻底的清洁和消毒。同时,医护人员在处理不同患者前后应更换个人防护装备,避免直接接触患者的血液和体液。

三、麻醉风险及护理措施

1、麻醉过敏反应:麻醉过敏反应是指患者对某种麻醉药物产生的免疫反应,表现为皮疹、荨麻疹、呼吸困难,甚至是过敏性休克。术前通过详细询问患者的过敏史和药物使用史,进行皮肤过敏测试,可以有效降低过敏反应的发生率。麻醉团队应选择患者历史上未曾使用过或经测试表明安全的麻醉药物。一旦发生过敏反应,应立即中止使用可疑药物,并根据过敏反应的严重程度给予相应的抢救措施,如给予抗组胺药、皮质激素或进行气管插管。

液制品以备不时之需。

2、大出血:在某些复杂或风险较高的手术中,患者可能会遭遇大出血事件,这对手术团队的应急处理能力提出了更高的要求。大出血不仅能迅速导致患者的生命体征不稳定,还可能引起多器官功能障碍。因此,术前的准备工作包括但不限于制定详尽的手术计划、准备充足的血液制品、设置可靠的静脉通路等。在手术过程中,医护人员应持续监测患者的血压、心率、血氧饱和度等生命体征,以便及时发现大出血并迅速采取措

四、术后护理及并发症预防

1、术后疼痛管理:术后疼痛管理是患者术后恢复的重要组成部分。医护人员应根据患者的疼痛程度,及时给予镇痛药物,并采用非药物性镇痛措施,如物理疗法、心理疏导等。同时,应密切观察患者的生命体征,及时发现并处理术后并发症,如感染、出血、呼吸衰竭等。

2、麻醉意识障碍:麻醉意识障碍包括术后谵妄和认知功能障碍等,这些状况可能由麻醉药物、手术本身或患者先存的健康问题共同作用引起。为了减少麻醉后意识障碍的发生,麻醉医生在选择麻醉方案时应考虑患者的年龄、健康状况以及手术类型,尽量减少麻醉药物的使用量和选择副作用较小的药物。术后,应为患者提供安静、舒适的环境,并给予充足的疼痛管理,以促进患者快速恢复。对于高风险患者,术后应进行认知功能的评估,必要时给予专业的康复治疗。

总之,手术室的风险管理和护理是一项复杂而重要的工作,它要求医护人员不仅要有丰富的专业知识和技能,还需要有高度的责任心和敬业精神。通过对手术室常见风险的了解及有效的护理措施的实施,可以显著降低手术并发症的发生率,保障患者的手术安全和健康。随着医疗技术的不断进步和护理理念的不断更新,相信未来手术室的安全管理会更加完善,患者的手术体验也将更加安全和舒适。

(作者单位:重庆市公共卫生医疗救治中心)

骨折的常见症状和处理方法

□ 谢瑞堂

骨折是指骨骼因外力作用而产生的连续性中断,它是日常生活中常见的一种伤害。骨折的种类繁多,由轻微的裂纹到严重的多段性或复杂性骨折。无论是在工作中,还是在日常生活活动中,了解骨折的常见症状和正确的处理方法对于预防骨折引发的进一步伤害具有重要意义。

一、骨折的常见症状

1、疼痛和肿胀:骨折发生后,最常见且直观的症状就是疼痛。这种疼痛通常非常明显,尤其在施加压力或进行触摸时更为剧烈。疼痛的机制主要是由于骨折导致的局部组织损伤和神经受刺激。肿胀则是伴随疼痛出现的另一个常见症状,它是由于骨折部位周围的软组织炎症和血管受损所致。由于血管损伤,血液和体液可能渗入周围组织,导致肿胀加剧。

2、变形:受伤部位可能会出现不正常的形态变化。这种变形可能是由于骨断端错位,即骨折两端不对齐,或者是因为断骨旋转而导致的。在某些骨折如开放性骨折中,骨头甚至可能穿破皮肤,从外部可见。

3、功能障碍:骨折通常会致受伤部位的功能受限。在轻微的情况下,这可能表现为

活动受限;在更严重的情况下,患者可能完全无法使用受伤的肢体。例如,腿部骨折的患者可能会因无法承受体重而无法行走。

4、异常活动:在断裂部位可能会出现不正常的活动,也就是说,患者或医生可能会感觉到骨折端之间的摩擦或移动。这通常伴随着疼痛,并且可能会进一步损伤周围的软组织。

5、骨擦音:当骨折端在活动,它们之间的摩擦可能产生一种特殊的声音,这种声音称为骨擦音。它不常见,但在某些情况下,尤其是在在安静的环境中,或使用听诊器时,医生可能会听到它。

二、骨折的处理方法

1、急救措施:当意识到发生了骨折时,首先需要保持冷静,并确保患者不要移动受伤部位,以避免进一步的损伤。此时,如果有专业人员在场,应立即寻求帮助。

2、固定:对骨折部位进行妥善固定是非常重要的。可以使用木板、木棍或其他硬质材料作为夹板,用布带或绷带将其固定在受伤的肢体上,以减少骨折端的移动,并防止对血管和神经的进一步损伤。

3、冷敷:在骨折发生后的48至72小时内,冷敷可以有效地减轻肿胀和疼痛。应使用

冰袋或者冷水袋,并用布包裹以避免直接接触皮肤,防止冻伤。冷敷通常每次持续20至30分钟,每隔几小时重复一次。

4、止血:如果骨折是开放性的,伴有出血,则需要采取止血措施。可以用干净的布料直接对准伤口压迫,如果出血量大,可能需要使用止血带,但必须谨慎使用,以免阻断血流导致组织坏死。

5、保持伤肢抬高:将受伤肢体抬高可以减少肿胀。保持受伤部位高于心脏水平有助于减缓血液和体液在受伤部位的积聚。

6、医疗救治:及时拨打急救电话或尽快将患者送至医院。专业医生将根据具体情况

进行诊断,并提供相应的治疗方案。

7、影像学检查:医生通常会要求进行X光片检查来确认骨折的存在和详细情况。在某些情况下,可能需要进行CT扫描或MRI来获取更详细的骨折信息,尤其是对于复杂的或难以在X光片上显示的骨折。

8、非手术治疗:对于闭合性骨折或简单骨折,通常采用石膏固定或者外用支具来治疗。这些方法可以帮助保持骨折端的对位,促进骨折愈合。

9、手术治疗:对于复杂性骨折、伴有严重

软组织损伤或闭合性治疗无效的骨折,可能需要进行手术治疗。手术通常包括使用金属钉、钢板、螺丝或外固定器等内固定器械来稳定骨折端。

10、康复治疗:骨折愈合后,患者通常需要进行康复训练,以恢复受伤部位的功能。这可能包括渐进性的负重练习、伸展和增强训练等。

11、物理疗法:物理疗法可以帮助患者缓解疼痛,改善血液循环,促进愈合。治疗方法可能包括热疗、冷疗、电刺激或超声波治疗。

12、功能训练:功能训练是在专业康复师的指导下进行的,目的是恢复患者的日常活动能力和工作能力。这通常是一个循序渐进的过程,需要患者的积极参与和持续努力。

骨折是一种需要严肃对待的医疗情况,它不仅带来身体上的痛苦,还可能影响日后的生活质量。通过科学的治疗和认真的康复训练,大多数骨折患者都能够恢复到受伤前的生活状态。对于我们每个人来说,增加对骨折知识的了解,掌握基本的急救技能,不仅能够帮助自己在遇到突发情况时保持镇定,并且在必要时还能为他人提供帮助。

(作者单位:广西贵港港北区人民医院)

预防宫颈病变的生活方式建议

□ 黄惠仙

宫颈病变是妇女健康的常见威胁,包括宫颈炎、宫颈上皮内瘤变(CIN)以及宫颈癌。全球范围内,宫颈癌是女性第四常见的癌症。尽管如此,宫颈病变在很多情况下是可预防的。通过落实某些生活方式的建议,可以显著降低宫颈病变的风险。本文将为大家介绍如何通过日常生活中的具体行为来预防宫颈病变。

一、了解宫颈病变及其危险因素

1、宫颈病变的类型:宫颈病变包括宫颈炎、宫颈上皮内瘤变(CIN)和宫颈癌。宫颈炎常由微生物感染引起,可能伴有不适和分泌物改变。CIN是宫颈细胞的异常增长,存在潜在恶变风险,但不一定进展为癌症。宫颈癌则是由HPV长期感染引起的严重疾病,需要早期筛查和干预。

2、危险因素:宫颈病变的主要危险因素是持久感染高危型HPV。吸烟和免疫抑制状态也增加宫颈病变风险,因为它们可以削弱局部防御。此外,长期使用避孕药和多次生育可能会对宫颈健康产生不利影响。了解这些因素有助于采取预防措施,降低宫颈病变风险。

二、预防策略

1、疫苗接种:HPV疫苗的出现是预防宫颈癌的一大突破。医学专家建议,在青春期前接种HPV疫苗可以在很大程度上减少因

HPV感染导致的宫颈病变风险。这是因为疫苗能够激发身体产生抗体,对抗未来可能遇到的病毒。对于已经性活跃的女性,即便可能已经接触过HPV,接种疫苗仍然有助于降低某些HPV型号引起的感染风险。

2、定期体检:宫颈癌的早期阶段通常无症状,因此,定期的宫颈涂片检查(又称Pap测试)对于早期发现异常细胞至关重要。建议从21岁开始,定期进行宫颈涂片检查。对于30岁以上的女性,结合HPV DNA测试,能更精确地筛查HPV感染情况。这些检查可以及时发现宫颈上皮内瘤变(CIN),并在其发展成宫颈癌前进行治疗。

三、生活方式建议

1、个人卫生习惯:个人卫生习惯在预防宫颈病变方面发挥着重要作用。安全的性行为,包括使用避孕套,可以显著降低HPV的传播概率。此外,避免吸烟也是减少宫颈病变风险的关键因素,因为烟草中的有害物质可直接损害宫颈的健康。

2、饮食:合理的饮食对预防宫颈病变同样重要。高抗氧化食物,如富含维生素C和E的水果和蔬菜,能增强免疫系统,帮助身体抵抗感染。同时,摄入足够的膳食纤维,如全谷物、豆类和坚果,有助于维持健康体重,肥胖被认为是宫颈病变的一个危险因素。

3、体重管理:保持健康的体重对预防多种疾病包括宫颈病变都至关重要。肥胖与激素水平的变化有关,这可能会增加宫颈细胞异常增生的风险。通过平衡饮食和定期锻炼,维持正常的体重不仅能够提升整体健康,也能降低宫颈病变的概率。

4、运动:规律的身体活动能够提高身体的代谢率和免疫力,从而帮助预防包括宫颈病变在内的多种健康问题。适量的运动能够促进血液循环,增强身体对疾病的抵抗能力。建议每周至少进行150分钟的中等强度运动,如快走、游泳或骑自行车。

5、管理压力:长期的压力可以影响人的免疫系统,减弱身体对感染的防御能力。发展健康的压力管理技巧,如定期进行放松练习、深呼吸、瑜伽或冥想等,可以有效降低身体和心理的压力水平,从而维持免疫系统的正常功能。

6、增强免疫力:免疫力的强弱直接影响着身体对病原体,包括HPV的抵抗能力。除了均衡饮食和摄入高抗氧化食物外,确保每日足够的微量元素和矿物质摄入也至关重要。例如,锌和硒是两种已知的免疫力增强剂,它们在维护身体健康和预防病变中扮演着重要角色。适量摄入富含这些微量元素的食物,如坚果、海鲜和全谷物,能够帮助提升

免疫系统的效能。

7、避免长期激素影响:长期使用某些激素类药物可能会影响身体激素水平的平衡,从而可能增加宫颈病变的风险。与医疗专业人士讨论避孕方法的选择,考虑到个人的健康状况和需要,可能有助于减少这方面的风险。

8、避免有害物质暴露:长期接触某些化学物质可能会增加宫颈病变的风险。在日常生活中,应尽量减少接触可能含有致癌物质的清洁剂、化妆品和塑料制品。选择天然或有机的产品,了解产品成分,能够帮助减少这类风险。

9、环境选择:生活和工作的环境中可能存在导致宫颈病变的致病因素。尽量避免空气污染严重的环境,选择清洁、通风良好的居住与工作空间。家中使用空气净化器和定期清洁可以减少室内空气污染。

预防宫颈病变是一个涉及多方面的综合过程,涵盖了生活习惯、饮食、运动等多个方面。通过积极采取上述建议,每位女性都可以在保护自己免受宫颈病变侵害方面迈出重要一步。定期的医疗检查、健康的生活方式和良好的个人卫生习惯是预防的关键。这不仅是对个人健康的投资,也是对家庭及社会的贡献。预防宫颈病变,从现在开始,从每个人做起。

(作者单位:广西百色市妇幼保健院)