

小儿高热惊厥的家庭急救措施

□冯千伟

情绪是为孩子提供最好帮助的第一步。

第二,保护头部。在孩子出现惊厥时,要确保孩子的头部不会受到伤害。家长可以将孩子的头放在软垫上,避免碰撞硬物。

第三,保持通风。家长要将孩子移到通风良好的地方,以确保孩子能够呼吸新鲜空气。

第四,控制体温。如果孩子出现发热,家长可以用湿毛巾擦拭其额头、腋窝和腿部,以帮助其降低体温。同时,可以为孩子脱掉多余的衣物,避免过度保暖。

第五,保持监护。在孩子惊厥期间,家长应当时刻观察孩子的状况,并注意是否有其他不寻常的症状出现。在抽搐停止后,孩子可能会处于疲惫或迷糊状态,家长应给予关怀和安慰。

第六,协助呼吸。如果孩子的呼吸受到影响,家长可以轻轻将孩子的头部转向一侧,以保持呼吸道通畅。如果孩子停止呼吸或呼吸困难,请立即拨打急救电话并进行心肺复苏术。

第七,记录发作情况。家长在孩子出现高热惊厥时应第一时间记录发作时间、持续时间以及发作前后的症状变化,以便向医生提供详细的病史。

3.何时就医

大多数情况下,小儿高热惊厥是暂时性的,不会对孩子的长期健康产生严重影响。然而,当出现以下情况时,家长需要及时就医,寻求进一步治疗和评估。

第一,如果孩子的发热持续时间较长,或者即使采取了降温措施

仍无法控制体温,则要及时就医。持续性高热可能是一种潜在疾病的表现,需要医生进行进一步的评估和治疗。

第二,如果孩子在同一次发热期间出现了多次高热惊厥,则应尽快就医。反复发作的高热惊厥需要医生进行更详细的评估,并可能需要调整治疗方案。

第三,如果孩子出现呼吸困难、意识丧失、持续抽搐等不寻常症状,则需立即就医。这些症状可能是严重并发症的迹象,需要医生紧急干预和治疗。

尽管大多数高热惊厥在发作后对儿童没有长期影响,但一些儿童可能在发作后出现迟发性症状,如头痛、恶心、呕吐、行为异常等。如果儿童出现这些症状,家长应及时就医进行评估和处理。

4.预防与注意事项

当儿童发热时,及时采取降温措施非常重要。家长可使用适当剂量的退烧药物,如布洛芬或对乙酰氨基酚(扑热息痛),以帮助其降低体温。同时,可采取物理降温措施,如擦浴、冷敷等,但应注意避免过度降温。在孩子发烧期间,保持室内空气流通也很重要。家长要打开窗户,确保空气新鲜,并避免让孩子过度包裹,以免体温升高。此外,家长还要避免让孩子过度劳累或过度活动,尤其在天气炎热或潮湿的环境中,过度劳累可能导致儿童体温升高,增加发生高热惊厥的风险。

5.结语

总之,小儿高热惊厥是许多家长在育儿过程中会遇到的情况。通过正确的家庭急救措施、及时就医和有效的预防措施,大多数情况下其可以得到有效控制和护理。

(作者单位:河北省唐山市妇幼保健院)

浅析妇产科手术后的心理护理

□陈曦

妇产科手术后的护理工作不仅是生理功能的恢复,还包括心理方面的护理。产妇可能出现焦虑、抑郁等情绪,这种心理变化可能对其康复产生负面影响。正确实施心理护理对产妇的康复有积极作用。

1.妇产科手术后的心理变化规律

手术后的心理变化是极为复杂的,且个体之间差异较大。妇产科手术可能引发产妇恐惧、焦虑、疲惫和低落等情绪。手术后阶段情绪波动较大,部分产妇的紧张情绪之后会逐渐好转,但同时会在康复期出现焦虑、担忧等心理。

2.心理护理在妇产科康复中的重要性

心理护理对于妇产科手术后的康复非常重要。手术可能引起焦虑和沮丧等不良情绪,而适当的心理护理可以帮助产妇理解和应对身体的变化,促使她们接受自身的变化,建立自信心,恢复积极的生活态度。心理护理还可以促使产妇与医疗团队建立良好的沟通,促进产妇早日康复,也有助于减少或防止医疗纠纷的发生。对于长期精神压力较大的产妇,心理护理可以及时帮助其调整心态,提高其生活质量。由上可知,心理护理在妇产科康复中的重要性不言而喻,可为产妇提供全面支持,促进其身体的恢复,保持心理健康,提高术后生活质量。

3.妇产科手术后心理护理的实施步骤

妇产科手术之后,产妇往往会出现多种情绪反应,如焦虑、抑郁、恐惧、无助等。对此,妇产科手术后心理护理发挥了重要的作用,医护人员会时刻关注产妇情绪的变化,并采取有效措施舒缓产妇的情绪。心理护理的实施主要有以下几个步骤。

第一步,观察与了解。护理人员需要通过与产妇的沟通,了解其内心深处的疑虑和恐惧,并根据每一位产妇的特性进行个性化的护理规划。

第二步,安慰并给予正面引导。护理人员需要了解产妇的经历,通过讲解妇产科专业知识使产妇明白自己的身体状况,以此帮助其减轻焦虑和恐惧心理。

第三步,激发产妇的自我价值感,帮助其树立信心。赞扬产妇的担当和毅力,使她们更好地投入康复过程中。

第四步,建立良好的医患关系。对于许多产妇而言,手术过程和结果往往使她们感到孤独和绝望。建立良好的医患关系可以为她们提供心理支持,使其正确看待妇产科手术及产后康复过程,减少心理负担。医护人员也可以运用音乐疗法、深呼吸等方法,帮助产妇达到放松的状态,使其更好地面对手术后的康复过程。

总的来说,科学的心理护理不仅可以解决产妇在手术后的心理问题,提高她们的生活质量,也可以促进其身体的快速康复。

4.以人为本的心理护理为妇产科康复注入新的活力

以人为本的心理护理不仅是对身体病症的处理,同时是对产妇心理状态的关注和照顾,给妇产科康复护理行业注入了新的活力。

妇产科手术后,部分产妇的心情易受到影响,需要适当的心理疏导。面对手术后身体的变化、环境的改变等,很多产妇会感到惊慌失措、焦虑不安。这时候,专业的心理护理能够帮助她们稳定情绪,缓解心理压力。良好的心理状态对于产妇的康复有着至关重要的作用。产妇的心理状态会直接影响其身体的康复状态,情绪稳定、心态积极的产妇康复速度往往更快。

心理护理还有助于提高产妇的医疗体验,进一步提高产妇的满意度。产妇在手术前后受到的心理护理,可以让她们更深刻地体会到医护人员的关心和照顾,增加对医疗行业的信任感。

提供优质的心理护理服务需要大量的时间和精力,并要求医护人员具有相应的知识和交际能力。以人为本的心理护理,并不是简单地提供医疗服务,而是通过全面关注产妇的需求,提供个性化的医疗服务,提供适合产妇的个性化康复方案。

(作者单位:河北省隆化县尹家营满族乡卫生院)

儿童呼吸道过敏的症状及处理措施

□罗树桃

春日来临,万物复苏,阳光明媚,鸟语花香,但对于一些过敏体质的儿童而言,这可能会引起“春天的烦恼”。呼吸道过敏是一种常见的疾病,往往让儿童在这美好的季节里备受困扰。今天,我们就来探讨一下儿童呼吸道过敏的症状及应对方法。

1.儿童呼吸道过敏的症状

1.1 打喷嚏和流涕

打喷嚏和流涕是儿童呼吸道过敏的常见症状之一。当儿童暴露在过敏原,如花粉、尘螨或宠物皮屑中时,鼻子会感到不适,导致频繁打喷嚏和流涕。这些症状最为常见,也往往是最先被注意到的过敏警报,这种不适感会显著影响儿童的日常生活和活动。

1.2 鼻塞和鼻痒

除了打喷嚏和流涕外,儿童呼吸道过敏常见的症状还有鼻塞或发痒。这种不适感会让儿童不停地用手揉擦鼻子,甚至影响他们的睡眠质量。儿童可能会感到鼻腔堵塞,难以自如呼吸,甚至出现头痛或耳部不适等,给日常生活带来不便和困扰。

1.3 咳嗽

过敏性咳嗽也是儿童呼吸道过敏的常见症状之一。这种咳嗽往往在夜间或清晨更加严重,给儿童带来困扰。咳嗽可能是由于过敏原刺激引起的呼吸道反应,儿童可能会感到胸闷气短、呼吸不畅,影响睡眠质量,导致第二天疲倦不堪,影响日常生活和学习。

1.4 呼吸困难

在某些情况下,呼吸道过敏可能会导致儿童出现严重的呼吸困难。这种症状通常由支气管痉挛或

哮喘引起,可能危及生命,需要立即就医处理。呼吸困难是生命出现危机的紧急警示,儿童可能会感到胸闷气短、呼吸急促,甚至出现面色苍白、口唇发紫等情况。家长应保持警惕,一旦察觉孩子出现呼吸困难,应立即采取紧急措施并尽快寻求医疗帮助,以确保孩子的安全。

1.5 眼部症状

除了刺激鼻子和喉咙,呼吸道过敏还可能影响到儿童的眼睛,导致眼睛发红、瘙痒,甚至持续不断地流泪。这种症状被称为过敏性结膜炎,是眼睛受过敏原刺激引起的反应。儿童可能会因此感到眼部不适,有时还会出现灼热或刺痛的感觉,给生活和学习带来困扰。因此,及时缓解过敏引起的眼部不适,对于儿童的健康至关重要。

1.6 皮肤反应

除了出现呼吸道症状,有些儿童还可能在皮肤上出现发红、瘙痒或湿疹等不适症状。这种情况通常是因为皮肤接触到过敏原而引起的反应,可能会使儿童感到瘙痒,甚至疼痛或灼热。家长要及时给予适当的护理以缓解症状,让孩子的肌肤重新恢复舒适与健康。

以上症状可能会单独出现,也可能同时存在,每个儿童的严重程度也会有所不同。但无论如何,如果孩子出现这些症状,家长应留意并及时寻求医疗帮助。

2.儿童呼吸道过敏的正确处理措施

2.1 避免过敏原

了解儿童对哪些过敏原敏感是非常重要的。家长可以通过过敏测试或观察孩子在不同环境下的反应

来确定过敏原,并尽量避免其暴露在这些过敏原之中。

2.2 保持室内清洁

家长要定期清洁家居环境,包括地板、窗帘、床上用品等,以减少过敏原的积聚。使用空气净化器也可以帮助净化空气中的过敏原。

2.3 维持适宜的湿度

保持室内适宜的湿度对缓解儿童的过敏症状也有帮助。干燥的空气可能会加重儿童的症状,因此使用加湿器或其他调节湿度的设备是不错的选择。

2.4 药物治疗

家长可以给孩子使用过敏药物来缓解症状,如抗组胺药物、鼻喷剂或吸入器等。但要注意,药物治疗需要根据医生的建议进行,不宜随意使用。

2.5 过敏原特异性免疫疗法

对于一些严重的过敏症状,医生可能会推荐过敏原特异性免疫疗法。这种治疗方法是通过将儿童逐渐暴露于过敏原中来增强其免疫系统,从而减轻过敏症状。

2.6 监测症状变化

家长需要定期监测孩子的过敏症状变化,并随时与医生保持沟通,以及及时调整治疗方案。

3.结语

总的来说,呼吸道过敏虽然可能会给儿童带来烦恼,但通过合理的管理和治疗,大部分儿童的症状都可以得到有效控制。重要的是,家长要积极关注儿童的症状,及时采取措施,让他们在春日里尽情享受大自然的美好。

(作者单位:广东省佛山市禅城区人民医院南庄医院)