

## 失禁性皮炎的预防和护理方法

□ 胡嘉茵

失禁性皮炎是指皮肤长期或反复接触尿液和(或)粪便,导致皮肤出现红斑,或不伴水泡、侵蚀或皮肤屏障作用缺失等为主要表现的炎症反应。失禁性皮炎主要发生在肛周、臀沟、骶尾部、生殖器(阴唇、阴囊)、下腹部、耻骨弓上、外阴部与大腿之间褶皱、大腿内侧、大腿后部等部位。当发生失禁性皮炎时,皮肤会出现红斑、水肿、浸渍、湿疹、剥脱、破损、丘疹、水泡、糜烂等,且与所受压力无关。严重者甚至会出现皮肤表层的缺失、渗液,或不伴有感染等。与失禁性皮炎相关的术语很多,其中常见的有尿布性皮炎、尿布疹、皮肤浸渍、会阴部皮炎及潮湿性皮炎等。

失禁性皮炎分为3级,0级是没有红斑、皮肤完整,但有失禁性皮炎的风险。1级是有皮肤红斑,但皮肤完整,或不伴有水肿,属于轻度。2级有皮肤红斑,同时伴有皮肤破损,或不伴有水泡、大疱、皮肤侵蚀、裸露皮肤感染。

预防失禁性皮炎是失禁患者护理的重要措施,目前对于失禁性皮炎的防治,主要是清

洗、润肤和使用皮肤保护剂三大原则。预防的重要措施是减少皮肤长期的接触尿液或粪便等刺激物,从根本上减少或避免皮炎的发生。失禁性皮炎护理方案:

(1)清洗:每天或每次失禁之后清洗。我们人体健康的皮肤的PH值在4-6,呈弱酸性,所以选择清洗液最好是无香味、无刺激性,且接近皮肤的PH值。清洗皮肤时动作要轻柔,力度温和,冲洗或点状清洗取代擦洗方式,避免摩擦、用力擦洗皮肤,清洗之后若有必要则用温和的方式使皮肤变干。目前国际上常使用免冲洗的清洗液,其PH接近皮肤且含有清洁剂和表面活性剂,可清除刺激物或脏污,免洗洁肤液使用方法:便后先清理大部分粪便后,再用免洗洁肤液进行局部喷洒,最后用湿巾或者纸巾点状轻蘸直至清洁为止。要避免使用碱性(肥皂)清洗液。

(2)润肤:润肤剂可以保持皮肤保护层的完整性。目前皮肤护理产品品种较多,一般含有亲脂性材料或油脂(称为润肤剂)。一些皮肤护理产品是由类似存在于健康角质层的物

质(即神经酰胺)的脂类来配制,用于减少干燥并修复脂类基质。保湿剂是通过在角质层吸收和保持水分而起作用的物质,一般包括甘油和尿素。保湿剂不可用于含水过多或存在浸渍的皮肤上,因为它会进一步吸收该部位水分,润肤剂(如凡士林、赛肤润、菜籽油等含脂高的物质)的作用是填补角质层细胞间的脂质,使皮肤表面更光滑并能填补皮肤屏障间的小裂缝。

(3)保护:保护剂的使用是为了保护皮肤角质层不受大小便的刺激及粪便中细菌的侵蚀。皮肤保护剂既要有水合作用也要透气,以保证长时间的使用不会引起皮肤的浸渍。常见的皮肤保护剂有两类,一类是油膏类如氧化锌、凡士林、二甲硅油等;另一类是液体状的丙烯酸酯。其次,中药如烧伤润湿膏、京万红烫伤膏加龙血竭等也有一定的效果。另外,现在比较新型的产品,如3M伤口保护膜、薄的水胶体、康惠尔皮肤保护膜等用于皮肤保护效果也很好。

(4)修复:在给予患者选择润肤剂时应注意不是所有的润肤剂都有修复皮肤保护层的

作用,保湿剂不可用于已经浸渍的皮肤上。在清洗和保护阶段,如清洗剂或保护剂已有修复作用,则不必再单独选择修复产品。当失禁患者合并真菌感染时,应请皮肤科会诊,遵医嘱使用抗真菌药物。但应注意使用抗真菌药物时,务必使真菌药物直接接触患者皮肤。

当皮炎处皮肤出现糜烂的时候,我们应该选择造口粉和皮肤保护膜联合使用,清洁皮肤后,喷洒造口粉再喷上皮肤保护膜,然后再次喷洒造口粉,最后再喷两次皮肤保护膜。注意造口粉均匀涂抹薄薄一层,粉过厚保护膜不能有效覆盖,影响治疗效果。

我们在预防和处理皮炎的时候,更应该重视减少刺激物的接触,对于大便失禁且粪便水样的情况,我们可以放置内置式卫生棉条。如果大便糊状或者相对成形,那么我们可以使用一件式造口袋粘贴,使大便排至造口袋内。对于小便失禁的男性,我们可以套保鲜袋的方法收集尿液或者使用护理垫剪孔隔离的方法隔绝尿液。如果是女性小便失禁那么我们最好留置尿管收集尿液。

(作者单位:广西壮族自治区民族医院)

## 神经内科病人如何正确使用助行器和轮椅等辅助器具

□ 陈剑媚

神经内科病人常常需要借助助行器和轮椅等辅助器具来改善他们的行走和移动能力。正确使用这些器具不仅可以提高病人的生活质量,还可以减少因错误使用而导致的意外伤害。本文将向读者介绍神经内科病人如何正确使用助行器和轮椅等辅助器具,帮助读者更好地理解并掌握相关技巧。

### 一、助行器使用方法

1.选择合适的助行器:根据病人的身高、体重、病情等因素选择合适的助行器。常见的助行器有拐杖、四脚拐、助行架等。

#### 2.使用方法:

- 握住把手,保持身体平衡。
- 将助行器放在身体侧面,慢慢站立,确保身体稳定。
- 迈步时,先用助行器支撑身体,再迈出发步。
- 行走过程中,要保持身体挺直,眼睛向前看,步子稳定。
- 使用助行器上下楼梯时,要注意安全,可寻求他人搀扶。

3.正确的站姿:患者在使用助行器时,应保持正确的站姿,即双脚与肩同宽,身体保持平衡。同时,双手握住助行器的扶手,确保身体重量均匀分布在助行器上。

4.缓慢移动:开始移动时,患者应先尝试

小幅度的移动,逐渐适应助行器的使用。在移动过程中,要注意身体平衡,避免摔倒。

5.定期调整:随着患者的康复,可能需要调整助行器的位置或高度。因此,应定期检查助行器的状况,并及时进行调整。

6.注意事项:在使用助行器时,应注意周围环境,避免因视线不佳或地面湿滑等原因导致的摔倒。

### 二、轮椅使用方法

1.正确选择:根据患者的具体情况选择合适的轮椅,如手动轮椅、电动轮椅等。确保轮椅的尺寸适合患者,并与患者的身体状况相适应。

#### 2.使用方法:

- 坐下:将轮椅推到床边,调整轮椅高度,使病人坐下时双脚能触地。坐下时,身体挺直,双手抓住扶手,确保身体稳定。
- 起身:病人可以用双手抓住扶手,借助身体重量慢慢起身。在起身过程中,可寻求他人搀扶。
- 推动轮椅:握住轮椅把手,用双手的力量推动轮椅。推动时,要保持身体平衡,眼睛向前看,轮椅速度适中。
- 转向:转动轮椅时,先用双手抓住把手,然后用腰部和臀部的力量进行转向。
- 上下楼梯:将轮椅折叠,抬起轮椅,确

保病人安全地上下楼梯。

3.正确的坐姿:患者在使用轮椅时,应保持正确的坐姿,即双脚平放在地面上,身体保持平衡。同时,双手握住轮椅扶手,确保身体重量均匀分布在轮椅上。

4.缓慢移动:开始移动时,患者应先尝试小幅度的移动,逐渐适应轮椅的使用。在移动过程中,要注意身体平衡,避免摔倒或撞到周围物体。

5.定期调整:随着患者的康复,可能需要调整轮椅的位置或角度。因此,应定期检查轮椅的状况,并及时进行调整。

6.安全带的使用:患者在使用电动轮椅时,应注意安全带的使用方法。确保安全带系紧且舒适,以防止意外跌倒。

7.注意事项:在使用轮椅时,应注意周围环境,避免因视线不佳或路面湿滑等原因导致的意外事故。此外,在上下楼梯时,应使用正确的姿势和技巧,以避免对关节造成过大的压力。

### 三、训练与康复

正确使用辅助器具是神经内科病人康复过程中的重要一环。为了提高患者的自我护理能力,应定期对患者进行辅助器具使用的训练和指导。此外,患者应积极参与康复锻炼,如步行训练、平衡训练等,以提高行走能

力和生活质量。

### 四、注意事项

- 遵循医嘱:使用助行器和轮椅时,应遵循医生的建议,不得擅自更改使用方法和时间。
- 观察病情:使用过程中,要密切观察病人的病情变化,如出现不适,应立即停止使用,并及时就医。
- 保持清洁:定期清洁助行器和轮椅,避免细菌滋生,确保病人的健康。
- 安全使用:使用助行器和轮椅时,要注意安全,避免跌倒和碰撞。
- 家庭支持:家属应学会正确使用助行器和轮椅,为病人提供必要的支持和帮助。

### 五、家庭和社会支持

- 家属教育:家属应了解神经内科病人使用助行器和轮椅的知识,正确引导病人进行使用。
- 社会支持:社会应关注神经内科病人的生活质量,为病人提供必要的支持和帮助。

神经内科病人正确使用助行器和轮椅等辅助器具对其康复具有重要意义。通过了解并掌握相关技巧,患者可以更好地利用这些器具来改善生活质量。此外,家属和医护人员应对患者进行定期训练和指导,帮助患者更好地适应辅助器具的使用。正确的使用方法和积极的康复锻炼将有助于神经内科病人更快地恢复健康。

(作者单位:广西钦州市第一人民医院)

## 如何选择合适的影像检查技术

□ 许鹏

选择合适的影像检查技术是医学诊断和治疗方案制定中的重要一环。随着医学影像技术的不断发展,各种影像检查技术如X光、CT、MRI、超声等都为疾病的诊断提供了重要的依据。下面将介绍如何根据不同疾病和患者情况选择合适的影像检查技术。

### 一、基本原则

在选择影像检查技术时,应遵循安全、有效、经济和方便的原则。同时,应根据患者的具体情况和医生的建议,选择适合的影像检查技术。

### 二、影像检查技术的分类

- X光:利用X射线穿透人体组织,产生影像,通常用于骨骼和胸部疾病的检查。
- CT:计算机断层扫描技术,能够更清晰地显示人体内部结构和组织,广泛应用于颅

脑、胸部、腹部和骨骼疾病的检查。

3.MRI:磁共振成像,利用磁场和射频波产生图像,能够显示软组织结构、神经系统和肌肉等部位的疾病。

4.超声:利用声波产生图像,具有无创、无辐射和易于诊断的优点,广泛应用于腹部、泌尿系统和心血管疾病的检查。

### 三、不同疾病的选择

- 骨折:通常首选X光检查。
- 肺部感染:可以选择X光或CT进行检查。
- 肿瘤:通常首选CT或MRI进行检查,以获得更清晰的图像和更准确的诊断。
- 心血管疾病:心血管检查的最佳方法是冠状动脉造影。冠状动脉造影是检查冠状动脉大血管病变的金标准,但是冠状动脉造

影是微创手术,属于有创检查。一般情况下对于高度怀疑冠心病,需要植入支架的患者,行冠状动脉造影检查。而对于症状不典型的患者,可以行冠状动脉CTA检查除外冠心病。如果冠状动脉CTA发现有严重的冠脉狭窄,再进一步行冠状动脉造影检查。

除了以上各种疾病的情况外,还需要考虑患者的具体情况,如年龄、病情严重程度、药物过敏史、放射线敏感度等。一般来说,年龄较小、病情较轻、药物过敏史较少的患者在选择影像检查技术时具有一定的优势。

### 四、未来发展

随着医学影像技术的不断进步,各种新的影像检查技术也在不断涌现。例如,高分辨率CT、三维重建CT、PET-CT等技术的应用为疾病的诊断提供了更准确和全面的信息。

未来,随着人工智能和机器学习技术的发展,智能诊断系统将在医学影像中发挥越来越重要的作用,为医生提供更加客观和准确的诊断建议。

总之,选择合适的影像检查技术是医学诊断和治疗方案制定中的重要一环。医生应根据患者的具体情况和疾病的性质,选择适合的影像检查技术。同时,患者和家属应了解各种影像检查技术的优缺点和适用范围,积极配合医生的工作,共同为疾病的诊断和治疗提供更好的条件。随着医学影像技术的不断进步,未来的影像检查技术将更加精确、快速、安全和智能化,为疾病的早期发现和诊断提供更好的条件。

(作者单位:河北省沧州中西医结合医院影像中心)