

# 消化道出血时的饮食护理原则和方法

□ 付文英

消化道出血是一种常见的消化系统疾病,可能由多种原因引起,如炎症、溃疡、肿瘤等。在治疗过程中,合理的饮食护理对于减轻症状、促进康复具有重要作用。本文将详细介绍消化道出血时的饮食护理原则和方法。

## 一、出血期间的饮食护理

在消化道出血期间,患者通常需要严格禁食水,因为食物摄入可能会加重出血症状。此时,患者应该通过静脉输液来补充身体所需的水分和营养。如果医生允许进食,也应该遵循少食多餐、细嚼慢咽的原则,选择高热量、高维生素的流食,如米汤、藕粉等。同时,

要限制钠和蛋白质的摄入,避免粗糙、坚硬、刺激性食物的摄入。

## 二、止血后的饮食护理

当消化道出血得到控制后,患者可以逐渐过渡到正常饮食。但是,在过渡过程中,患者仍然需要注意以下几点:

- 饮食应以清淡、易消化为主,避免油腻、辛辣、刺激性食物。可以适当增加蛋白质的摄入,如鸡蛋、瘦肉等,以促进身体的康复。
- 多吃富含纤维的食物,如蔬菜、水果等,以促进肠道蠕动,预防便秘。但是,要注意选择易于消化的蔬菜和水果,如南瓜、胡萝

卜、菠菜等,避免摄入过多的纤维素。

3.注意饮食卫生,避免食用过期、变质的食物,以免引起感染或加重病情。

## 三、营养补充

消化道出血后,患者往往容易出现营养不良的情况。因此,在饮食护理中,要注重营养补充。可以选择一些高蛋白、高维生素的食物,如鱼、虾、瘦肉、豆类等。同时,还可以适当补充一些维生素C、维生素E等抗氧化物质,以促进身体的康复。

## 四、心理护理

消化道出血患者在治疗过程中往往容易

出现焦虑、恐惧等心理问题。因此,在饮食护理中,要注重心理护理。护理人员应该与患者建立良好的沟通关系,了解其心理需求,提供必要的心理支持。同时,还可以通过音乐、阅读等方式来缓解患者的心理压力。

总之,消化道出血的饮食护理是一项非常重要的工作。通过合理的饮食护理,可以减轻患者的症状、促进康复、预防复发。因此,我们应该高度重视消化道出血患者的饮食护理工作,为患者提供科学、合理、个性化的饮食方案。

(作者单位:山东省寿光市人民医院)

# 如何正确使用抗结核药物提高治疗效果

□ 李美靖

结核病,也被称为肺结核,是一种由结核分枝杆菌引起的慢性传染病。它通常影响肺部,但也可以在其他器官如肾脏、骨骼等处形成病灶。尽管结核病已不像过去那样普遍,但它在全球范围内仍然是一个重大健康问题。

## 一、抗结核药物的使用

抗结核药物主要用于治疗结核病,其主要目的是消灭或抑制体内的结核分枝杆菌。通常需要几种药物联合使用,每种药物都有其特定的剂量和用药时间。一般来说,医生会根据患者的病情和身体状况来决定最佳的治疗方案。

1.遵医嘱:这是最重要的一点。请严格按

照医生为您制定的治疗方案服药,不要随意更改药物的种类或剂量。

2.按时服药:确保在规定的时间内服药,不要忘记或提前服用。这有助于药物在体内保持适当的浓度,以达到最佳的治疗效果。

3.不要漏服:如果偶尔忘记服药,不要自作主张加倍补服,否则可能会导致药物浓度过高,反而导致耐药性。

4.不要随意停药:除非医生指示,否则不要随意停药。否则可能会使病情恶化或导致治疗失败。

5.用药期间的监测:在治疗期间,定期进行身体检查和实验室检测是非常重要的。这可以帮助您和医生评估治疗效果,以及是否

需要调整治疗方案。

## 二、药物副作用及应对

抗结核药物可能会引起一些副作用,如恶心、呕吐、腹泻、皮疹等。如果您感到不适,应立即告诉您的医生。有些副作用是暂时性的,随着时间的推移会逐渐减轻。

1.定期检查:在治疗期间,定期进行身体检查和实验室检测可以帮助您及早发现并处理任何可能的副作用。

2.应对副作用的方法:您可以尝试调整饮食(如多喝水、吃清淡易消化的食物),并适当休息,以缓解副作用带来的不适。

## 三、保持良好的生活习惯

除了正确的药物治疗外,保持良好的生

活习惯对于结核病的治疗也是至关重要的。

1.均衡饮食:保证足够的营养摄入,多食用富含维生素和矿物质的蔬果和蛋白质食物。

2.充足的休息:保证充足的睡眠时间,避免过度劳累。

3.避免吸烟和饮酒:吸烟和饮酒会加重病情,影响治疗效果。

4.个人卫生:保持个人卫生,勤洗手,避免与他人共用生活用品,以减少疾病传播。

总之,正确使用抗结核药物、保持良好的生活习惯以及定期接受医生监测是提高结核病治疗效果的关键。如有疑问或遇到任何问题,请及时咨询医生或相关专业人员。

(作者单位:河北省廊坊市第三人民医院)

# 儿童口腔修复与成人口腔修复的区别

□ 顾冬华

儿童口腔修复与成人口腔修复在很多方面都存在显著的区别。这些区别主要体现在以下几个方面:

1.生长发育阶段:儿童正处于生长发育阶段,牙齿和颌骨的发育尚未完成。因此,在进行口腔修复时,需要考虑到儿童的生长发育特点,以确保修复效果能够适应他们未来牙齿和颌骨的变化。而成人口腔修复则主要针对已经发育成熟的牙齿和颌骨,因此在设计和制作过程中不需要过多考虑生长发育的影响。

2.修复材料的选择:儿童口腔修复需要选择适合儿童使用的修复材料,这些材料应具有良好的生物相容性、耐磨性、抗压强度等性能,同时还要考虑到儿童对美观的需求。而成人口腔修复材料的选择相对较为灵活,可以根据患者的具体情况和需求来选择合适的材料。

3.修复方法的选择:儿童口腔修复通常采用非侵入性的修复方法,如树脂充填、瓷贴面等,以减少对儿童牙齿和颌骨的损伤。而成人口腔修复则可以采用更多种方法,如金属烤瓷、全瓷冠、种植牙等,以满足患者不同的需求。

4.治疗过程的舒适度:儿童口腔修复需要充分考虑到儿童的生理和心理特点,尽量减轻治疗过程中的不适感。例如,在进行治疗前可以使用麻醉药物来减轻疼痛感;在治疗过程中可以使用动画片、音乐等方式来分散儿童的注意力,提高治疗的成功率。而成人口腔修复则可以根据患者的具体情况来选择合适的治疗方法,以提高治疗的舒适度。

5.预防和教育:儿童口腔修复不仅仅是治疗问题,更重要的是要教育和引导儿童养成良好的口腔卫生习惯,预防牙齿疾病的发生。而成人口腔修复则需要加

强对患者的健康教育,提高患者的自我保健意识和能力。

6.治疗效果的评估:儿童口腔修复需要定期进行复查和评估,以确保修复效果的稳定性和持久性。同时,还需要关注儿童牙齿和颌骨的生长发育情况,以便及时调整治疗方案。而成人口腔修复则可以通过定期的口腔检查来评估治疗效果,及时发现并处理可能出现的问题。

总之,儿童口腔修复与成人口腔修复在很多方面都存在显著的区别。在进行儿童口腔修复时,需要充分考虑到儿童的生长发育特点、生理和心理特点,以及预防和教育的需求,以确保修复效果的稳定和持久。而成人口腔修复则需要根据患者的具体情况和需求来选择合适的治疗方法和材料,以提高治疗的舒适度和成功率。

(作者单位:山东省齐河县中医院)

# 胆囊结石的治疗方法及预防措施

□ 张松

在我们生活中,有很多人被胆囊结石困扰,而作为普外科医生,我们有必要让大家对胆囊结石有更深入的了解。今天,我将从多个角度为你解析胆囊结石,让你更全面地了解这一常见的健康问题。

## 一、胆囊结石的基本知识

胆囊结石,顾名思义,就是在胆囊内形成的结石。它们通常由胆固醇和胆色素组成。胆囊结石的成因复杂,与年龄、性别、遗传、饮食、代谢、感染等多种因素有关。大多数胆囊结石患者没有明显症状,但有些患者可能出现消化不良、腹胀、腹痛、发热等症状。

## 二、胆囊结石的分类与特点

根据组成成分,胆囊结石可分为胆固醇结石、胆色素结石和混合性结石。胆固醇结石主要成分为胆固醇,多见于西方国家;胆色素结石则主要由胆红素矿

物质组成,颜色呈黄棕色,常见于发展中国家;混合性结石则同时含有胆固醇和胆色素,两种成分随机组合,颜色可能为黑色、棕色或黄色。

## 三、胆囊结石的检查与诊断

胆囊结石的诊断主要依赖体格检查、腹部超声和肝功能检查。腹部超声是最常用的检查方法,它可以准确显示胆囊结石的位置和大小。肝功能检查主要用于评估胆囊的功能,以排除胆囊炎等并发症。当怀疑有胆囊结石时,医生会进行一系列检查以确定其类型和大小,并评估是否存在并发症的风险。

## 四、胆囊结石的治疗方法

治疗方法取决于胆囊结石的类型和患者的具体情况。对于无症状的胆囊结石患者,可选择定期观察和随访。而对于有症状的胆囊结石患者,医生可能会建

议进行胆囊切除术,以消除症状并降低并发症的风险。此外,药物治疗也是治疗胆囊结石的一种方法,但通常只适用于较小的、位置特殊的结石。

## 五、预防胆囊结石的措施

预防胆囊结石的方法包括改变生活方式、调整饮食结构、控制体重、戒烟限酒等。同时,定期体检和随访也是预防胆囊结石的重要措施。一旦发现胆囊结石,应积极配合医生的治疗建议,遵循医生的指导,以期达到最佳的健康效果。

总的来说,胆囊结石虽然是一种常见的健康问题,但只要我们了解了它的基本知识、分类特点、检查诊断、治疗方法以及预防措施,就可以有效地应对它。希望这篇文章能帮助大家更好地了解胆囊结石,从而在日常生活中采取积极的预防和应对措施。

(作者单位:河北省文安县中医院)

手术过程中的生命体征监测对于患者的安全和恢复至关重要。本文将向读者介绍手术过程中常见的生命体征监测项目,包括体温、呼吸、血压、心率、血氧饱和度等,以及监测这些指标的重要性、监测方法以及注意事项。

## 一、体温监测

在手术过程中,患者体温可能会发生变化,这可能会影响手术效果和术后恢复。因此,医生通常会使用温度传感器来监测患者的体温。如果体温过低,可能会影响血液循环和凝血机制;如果体温过高,则可能会增加患者代谢率,影响麻醉效果。因此,医生需要密切关注患者的体温变化,并根据需要进行适当的处理。

## 二、呼吸监测

手术过程中,患者呼吸可能会受到影响,如手术部位暴露、麻醉药物的影响等。因此,医生通常会使用呼吸监测设备来监测患者的呼吸频率、深度和节律。如果呼吸频率过快或过慢,深度过大或过小,节律异常等,都需要及时处理,以确保患者呼吸正常。

## 三、血压监测

血压是反映心血管系统健康状况的重要指标。在手术过程中,血压的波动可能会影响手术效果和术后恢复。因此,医生通常会使用血压监测设备来监测患者的血压。如果血压过高,可能会增加手术风险;如果血压过低,则可能会影响血液循环和氧供。因此,医生需要密切关注患者的血压变化,并根据需要进行适当的处理。

## 四、心率监测

心率是心脏每分钟跳动的次数,是反映心血管系统状态的重要指标之一。在手术过程中,心率的变化可能会影响血液循环和氧供,进而影响手术效果和术后恢复。因此,医生通常会使用心率监测设备来监测患者的心率。如果心率过快或过慢,都需要及时处理,以确保患者的心脏功能正常。

## 五、血氧饱和度监测

血氧饱和度是指血液中氧合血红蛋白的浓度,是反映血液携氧能力的重要指标之一。在手术过程中,如果患者的血氧饱和度下降,则可能会影响器官和组织的氧供,进而影响手术效果和术后恢复。因此,医生通常会使用血氧饱和度监测设备来监测患者的血氧饱和度。如果血氧饱和度低于正常范围,则需要及时处理,以确保患者的血液携氧能力正常。

手术过程中的生命体征监测对于患者的安全和恢复至关重要。通过监测体温、呼吸、血压、心率和血氧饱和度等指标,医生可以及时发现和处理异常情况,确保患者生命体征稳定。同时,患者及其家属也应该了解这些监测项目的重要性,积极配合医生的治疗和护理工作。

(作者单位:河北省霸州市中医院)