

腰椎间盘突出手术治疗适应症与护理方法

□ 于智飞

腰椎间盘突出是一种常见的骨科疾病,它会导致患者腰部疼痛、下肢麻木、无力等症状。如果病情严重,药物治疗和物理治疗无效,就需要考虑手术治疗。本文将介绍腰椎间盘突出手术治疗的适应症和术后护理,帮助患者更好地了解自己的病情,做好术后康复。

一、腰椎间盘突出手术治疗的适应症

手术治疗腰椎间盘突出症的适应症包括:

- 患者年龄在45岁以下,且病情严重,严重影响生活质量。
- 患者经过保守治疗(如药物治疗、物理治疗等)无效,且症状持续时间较长。
- 患者存在腰椎管狭窄、腰椎滑脱等并发症,需要手术治疗。

4.患者存在腰椎间盘突出引起的马尾神经压迫症状,如大小便障碍等,需要紧急手术治疗。

需要注意的是,手术治疗并非腰椎间盘突出症的唯一治疗方法,对于一些病情较轻的患者,可以选择药物治疗、物理治疗等保守治疗方法。同时,手术治疗也存在一定的风险和并发症,需要患者和医生共同权衡利弊。

二、腰椎间盘突出手术后的护理

手术后,患者需要做好术后护理,以促进康复。具体包括:

- 饮食护理:手术后,患者需要多食用高蛋白、高纤维、高维生素的食物,以促进伤口愈合和身体恢复。同时,避免食用辛辣、刺激

性食物,以免影响伤口愈合。

2.休息与活动:手术后需要卧床休息,以减少手术部位的活动,促进伤口愈合。一般来说,手术后需要卧床休息2-3周左右,之后可以进行适当的活动和锻炼。但需要根据医生建议 and 自身恢复情况,逐渐增加活动量和锻炼强度。

3.避免弯腰和重体力劳动:手术后,患者需要避免弯腰和重体力劳动,以免加重病情和影响康复。

4.定期复查:手术后需要定期到医院进行复查,以了解手术效果和康复情况。如有异常,可以及时发现和处理。

5.心理护理:手术后,患者可能会出现焦

虑、紧张等情绪,需要家人的关心和支持,同时也可以寻求心理医生的帮助。

三、注意事项

患者在手术后需要注意以下几点:

- 按时服药,定期到医院复查。
- 避免剧烈运动和过度劳累。
- 注意保暖,防止感冒受凉。
- 如有异常症状,及时到医院就诊。

总之,腰椎间盘突出手术治疗是一种有效的治疗方法,但也需要患者和医生共同权衡利弊。患者在手术后需要做好术后护理,包括饮食、休息、活动、心理等方面。同时,也需要注意一些注意事项,以促进康复。

(作者单位:河北省沧州市和平医院)

X光辐射的安全与防护措施

□ 许鹏

随着科技的发展,X光技术在医疗、工业、科研等领域的应用越来越广泛。然而,X光辐射对人体和环境的影响也引起了人们的关注。本文将介绍X光辐射的基本知识、安全与防护措施,以及在实践中需要注意的事项。

一、X光辐射的基本知识

X光是一种电磁波,其波长很短,穿透力很强。当X光穿透人体或物质时,会释放出能量,产生电离作用,从而产生辐射生物效应。

X光辐射对人体和环境的影响主要取决于辐射剂量、辐射源的种类和距离等因素。过量的辐射照射可能导致遗传突变、细胞损伤、免疫系统抑制等问题。因此,在X光诊断和治疗过程中,必须遵循安全与防护原则。

二、X光辐射的安全与防护措施

1.合理选择X光设备:根据实际情况选择合适的X光设备和技术,以减少辐射剂量。

2.遵循操作规程:操作人员必须接受专业培训,熟悉操作流程和注意事项,严格遵守操作规程。

3.穿戴防护用品:操作人员应穿戴适当的防护用品,如铅围脖、铅手套、铅裙、铅衣等,以减少身体接触辐射的机会。

4.控制照射时间:尽量缩短照射时间,减少患者的辐射暴露。

5.建立剂量监测制度:对X光设备进行定期检测和维护,建立辐射剂量监测制度,确保设备正常运行,减少辐射泄漏风险。

6.做好现场防护:设置警示标识,加强现场监管,确保患者和工作人员之间的距离合适,减少相互辐射的风险。

7.加强宣传教育:对患者和工作人员进行宣传教育,让他们了解辐射的危害和防护措施,增强自我保护意识。

三、实践中需要注意的事项

1.避免不必要的照射:在诊断和治

疗过程中,应尽可能减少患者的照射次数和时间,避免不必要的辐射暴露。

2.合理安排检查顺序:根据患者的情况和辐射剂量限制,合理安排检查顺序,避免重复照射。

3.关注特殊群体:孕妇、儿童、老年人等特殊群体对辐射更为敏感,应尽量避免不必要的照射。

4.加强沟通与配合:医护人员应与患者及其家属充分沟通,说明辐射的危害和防护措施,取得他们的理解和配合。

5.规范废物处理:对放射性废物进行妥善处理,防止放射性污染。

总之,X光辐射的安全与防护是一个非常重要的问题。我们应该加强宣传教育,提高公众对辐射危害的认识和自我保护意识;同时,医疗机构和相关部门也需加强监管和管理,确保X光诊断和治疗过程中的安全与规范。

(作者单位:河北省沧州市中西医结合医院影像中心)

肺炎,一种常见的呼吸道感染疾病,常常会引起一系列的身体症状,如咳嗽、呼吸困难、发热等。除了这些身体症状,肺炎患者也可能面临一些心理压力。了解这些压力,提供适当的心理护理和疏导,对患者的康复至关重要。

一、肺炎患者的常见心理压力

1.恐惧和不安:肺炎可能会引起严重的身体症状,如呼吸困难,这可能会让患者感到恐惧和不安。他们可能担心自己的健康状况,对疾病的严重性感到不确定。

2.焦虑和抑郁:肺炎可能会影响患者的日常生活,如无法正常工作或学习,这可能会导致他们感到焦虑和沮丧。长期的疾病过程也可能引发抑郁情绪。

3.自我形象改变:肺炎可能会影响患者的自我形象,他们可能会觉得自己是一个负担,对未来感到悲观。

4.孤独感:生病期间,患者可能需要长时间卧床休息,这可能会让他们感到孤独和无助。

二、心理护理及疏导方法

1.建立良好的沟通:与患者建立良好的沟通关系,倾听他们的感受,理解他们的需求。让他们知道你关心他们的感受,愿意提供帮助。

2.给予积极的反馈:对患者表达出的积极情绪和努力表示赞赏,这有助于增强他们的自信心。

3.提供必要的医疗信息:向患者解释肺炎的基本知识,让他们了解自己的病情和治疗方案,这将有助于他们更好地应对疾病。

4.鼓励社交互动:鼓励患者在身体状况允许的情况下,参与社交活动,如电话拜访、视频聊天等,以减轻孤独感。

5.引导自我照顾:教患者一些自我照顾的方法,如正确的呼吸技巧、放松练习等,帮助他们应对呼吸困难等身体症状。

6.心理疏导:对于焦虑和抑郁情绪,可以引导患者寻求专业心理医生的帮助。他们可以学习一些应对压力和抑郁的技巧,如深呼吸、放松练习、冥想等。

三、注意事项

1.定期评估患者的心理状态:医护人员应定期评估患者的心理状态,以便及时发现和处理任何心理问题。

2.尊重患者的感受:无论患者的情绪如何,都应尊重他们的感受,避免使用可能加剧负面情绪的语言。

3.健康教育:向患者及其家人提供有关肺炎及其应对策略的健康教育材料,帮助他们更好地理解自己的病情和治疗方案。

总之,肺炎患者的心理护理及疏导是至关重要的。通过建立良好的沟通、提供必要的医疗信息、鼓励社交互动、引导自我照顾、心理疏导以及尊重患者的感受等措施,我们可以帮助患者在身体和心理上更好地应对肺炎。

(作者单位:河北省沧州市和平医院)

肺炎患者的心理护理方法

□ 牛保培

骨科伤口的类型与护理方法

□ 屈馨月

骨科伤口是骨科疾病中常见的症状之一,也是骨科疾病治疗中需要关注的重要问题。了解骨科伤口的相关知识,对于患者和医生来说都非常重要。下面将介绍一些关于骨科伤口的小知识。

一、什么是骨科伤口?

骨科伤口是指由于各种原因导致的骨组织损伤,如骨折、关节脱位等,引起的皮肤破损和软组织损伤。

二、骨科伤口的常见类型有哪些?

1.开放性骨折:骨折部位的皮肤破裂,露出骨折断端。

2.软组织挫伤:由于外伤等原因导致的软组织损伤,如肌肉、韧带、关节囊等损伤。

3.切割伤:伤口表面整齐,边缘尖锐,形状呈线状,伤口深度根据伤者受伤的力量而定。

4.其他类型:如骨肿瘤、骨髓炎等引起的伤口。

三、骨科伤口的表现有哪些?

骨科伤口通常表现为受伤部位的

疼痛、肿胀、瘀血、活动受限等症状。如果伤口较深,还可能出血、感染等并发症。

四、如何预防骨科伤口的发生?

1.增强自我保护意识:在日常生活中,要注意保护自己的骨骼和关节,避免意外伤害。

2.正确使用保护工具:如使用拐杖、助行器等保护工具,避免过度使用导致关节损伤。

3.定期进行体检:定期体检可以及时发现骨骼和关节的健康问题,及早治疗。

4.合理饮食:保持均衡的饮食,摄取足够的维生素和矿物质,有助于维持骨骼健康。

五、骨科伤口的治疗方法有哪些?

1.复位固定:对于骨折、关节脱位等伤口,需要进行复位固定,以维持骨骼的正常形态和位置。

2.药物治疗:根据病情,可适当使用消炎止痛、活血化淤等药物,以缓解症状。

3.手术治疗:对于严重的骨科伤口,

如开放性骨折、骨肿瘤等,可能需要手术治疗,如切开复位、植骨融合等。

4.康复治疗:在伤口愈合后,需要进行康复治疗,以促进肌肉力量的恢复、关节活动的改善,提高生活质量。

六、如何护理骨科伤口?

1.保持伤口清洁干燥:定期更换敷料,避免感染。

2.合理饮食:摄取足够的蛋白质、维生素和矿物质,有助于伤口愈合。

3.适当活动:在医生指导下进行适当功能锻炼,有助于恢复肌肉力量和关节活动。

4.心理护理:伤口的治疗和恢复过程中,可能会遇到各种心理问题,需要家人的关心和支持。

总之,骨科伤口是骨科疾病中常见的症状之一,了解其相关知识对于患者和医生来说都非常重要。通过正确的预防和护理措施,以及合理的护理,可以促进伤口的愈合,提高患者的生活质量。

(作者单位:四川省广安市广安区人民医院)

急危重患者观察与抢救的护理方法

□ 孔莹莹

急危重症患者是指病情严重、随时可能发生生命危险的患者。这类患者的观察与抢救护理非常重要,需要医护人员具备丰富的专业知识和技能,及时采取有效的措施,以挽救患者的生命,减轻痛苦,促进康复。

一、观察病情

1.生命体征:密切监测患者的体温、脉搏、呼吸、血压等生命体征,及时发现异常变化。

2.意识状态:观察患者的意识状态,如出现意识模糊、嗜睡、昏迷等异常表现,应立即报告医生。

3.皮肤黏膜:注意观察患者的皮肤颜色、温度和湿度,以及黏膜颜色、湿润度等,以判断患者的血液循环情况。

4.呼吸状态:观察患者的呼吸频率、节律、深浅度等,以及是否有呼吸困难、气促等异常表现。

5.排泄情况:观察患者的尿量、颜色等,以及大便的次数、性质和量等,以判断患者的肾脏功能。

6.液体平衡:监测患者的尿量和比重,以及体内水分的变化,以判断患者的液体平衡情况。

二、抢救护理

1.保持呼吸道通畅:急危重症患者往往需要紧急气管插管,以确保呼吸通畅。同时,应及时清除呼吸道内的异物,防止窒息。

2.建立静脉通道:根据病情需要,尽快建立静脉通道,以便及时给予药物。

3.急救药品准备:根据病情需要,随时准备急救药品,如呼吸兴奋剂、升压药物等。

4.配合医生抢救:医护人员应密切配合医生进行抢救,及时提供所需的药品和器材,准确执行医生的口头医嘱。如有可能,应预先准备好必要的急救器材和药品,以便在紧急情况下迅速使用。

5.防止并发症:在抢救过程中,应注意防止各种并发症的发生,如休克、肾功能衰竭、呼吸衰竭等。

6.心理护理:对于急危重症患者及其家属,心理护理非常重要。医护人员应及时给予安慰和关心,帮助他们缓解紧张情绪,积极配合治疗。

三、注意事项

1.严格遵守规章制度:医护人员应严格

遵守医疗规章制度,认真履行职责,确保急危重症患者的观察与抢救护理工作顺利进行。

2.注重团队协作:急危重症患者的抢救需要医护人员之间的密切协作,医护人员应具备高度的团队意识和协作精神。

3.及时报告病情变化:医护人员应及时向上级医师或护士长报告病情变化,以便及时调整治疗方案。

总之,急危重症患者的观察与抢救护理是一项非常重要的工作。医护人员应具备丰富的专业知识和技能,严格遵守规章制度,注重团队协作和细节观察,以挽救患者的生命,减轻痛苦,促进康复。

(作者单位:河北省河间市人民医院)