

# 急性胰腺炎患者的护理措施

□ 蒙雪梅

急性胰腺炎是一种常见的消化系统疾病,其特点是胰腺自身消化,常由胰酶在胰腺内被激活引起。急性胰腺炎患者需要得到细致的护理,以确保身体恢复。以下是一些急性胰腺炎患者的护理措施:

## 一、基础护理

1.休息,绝对卧床休息,取弯腰、屈膝侧卧位;疼痛剧烈辗转不宁者,做好安全防护;加强病人的心理支持。

2.急性期严格禁食 1~3 日,出血坏死型者时间应更长,同时胃肠减压;禁食时应静脉维持病人的营养和液体平衡,注意补充电解质,病情稳定,腹痛、呕吐减轻或消失,可由少量流质逐步过渡到正常饮食。

3.病情观察,密切观察腹痛的性质及其演变,注意生命征、意识、尿量及肢体的温湿度,监测血清淀粉酶、血清电解质、血糖等变化。

4.做好对症护理,并遵医嘱及时、准确用药,注意药物的疗效及副作用。

5.出血坏死型胰腺炎的抢救配合,应迅速建立静脉通路;准备好抢救用物和药物;置病人平卧位、给氧,体温低者注意保暖;密切观察并记录生命征、意识、尿量等;遵医嘱及时准确使用各种抢救用药;对较多腹水、胸腔积液、心肾衰竭病人,应做好相应的治

疗与护理;出现急性呼吸窘迫综合征,应高浓度吸氧,并做好气管切开或辅助呼吸的护理;疑有胃肠穿孔或并发胰腺脓肿、假性囊肿医学教育网收集整理,或腹膜炎经抗生素治疗无效者,可考虑手术治疗,并做好术前的准备,术中配合,术后护理。

## 二、心理护理

急性胰腺炎的患者在治疗前,会有较重的心理负担,患者在治疗的过程中,容易精神状态不佳、情绪消极,对治疗缺乏足够的信心。而患者治疗的精神状态、情绪、治疗的信心,对治疗成功率有着重要的影响。因此,应与患者行一对一的交谈,针对患者不同的心理状态,实施不同的心理疏导。尽量促进患者能够放松心情,增强医疗安全感,积极面对治疗,使疾病尽早的得到治愈。

## 三、并发症预防与护理

1.感染:密切观察患者是否有发热、白细胞升高等感染征象。遵医嘱正确使用抗生素。

2.急性呼吸窘迫综合征:密切观察患者呼吸状况,如有呼吸困难、低氧血症等,及时通知医生。

3.糖尿病:部分急性胰腺炎患者可能继发糖尿病。应指导患者正确监测血糖,遵医嘱正确使用降糖药物。

## 四、治疗要点

1.减少胰腺外分泌,包括禁食、胃肠减压、静脉输液以维持营养、水、电解质和酸碱平衡;抗胆碱能药、组胺 H2 受体拮抗剂或质子泵抑制剂可减少胃酸分泌;生长抑素类药物用于重症胰腺炎。

2.解痉止痛,可用抗胆碱药或哌替啶等,禁用吗啡以避免肝胰壶腹括约肌(Oddi 括约肌)痉挛。

3.抑制胰酶活性,仅用于出血坏死型胰腺炎的早期,可用抑肽酶或加贝酯等。

4.抗生素,重症胰腺炎可常规用抗生素,对防合并感染。

5.抗休克,用于重症胰腺炎出现血压下降或休克征象时,应积极进行抗休克治疗。

6.出血坏死型胰腺炎经内科治疗无效,或并发胰腺脓肿、假性囊肿、弥漫性腹膜炎、肠麻痹坏死病例可手术治疗。

## 五、生活指导

饮食调整:急性胰腺炎患者在康复期应注意饮食调整,避免高脂、高蛋白、高糖等刺激性食物,选择易消化、营养丰富的食物。同时,应遵循少食多餐的原则,避免一次性摄入过多食物。

戒烟限酒:吸烟和饮酒是急性胰腺炎的

重要诱因,患者应在康复期戒烟限酒,以降低复发的风险。

保持良好的作息:保持良好的作息习惯有助于提高患者的免疫力,预防感染等并发症的发生。因此,患者应保持充足的睡眠,避免熬夜、过度劳累等不良生活习惯。

适当锻炼:适当的锻炼有助于提高患者的身体素质,促进康复。但患者在康复期应选择适合自己的运动方式,避免剧烈运动,以免加重病情。

定期复查:患者在康复期应定期进行复查,以便及时发现并处理潜在的并发症。同时,根据复查结果调整治疗方案,确保患者的康复。

遵医嘱:患者在康复期应严格遵循医生的建议和治疗方案,按时服药、定期复查,以确保病情得到有效控制。

总之,预防急性胰腺炎的并发症需要从护理措施和生活指导两个方面入手。医护人员应严密观察病情,采取有效措施降低腹腔内压力、促进胰液引流等;患者应在康复期注意饮食调整、戒烟限酒、保持良好的作息等,以降低并发症的发生风险。通过医护双方的共同努力,有望降低急性胰腺炎并发症的发生率,提高患者的生活质量和康复水平。

(作者单位:广西梧州市中医医院)

# 带状疱疹的认识误区与治疗方法

□ 李胜兰 颜香玲

带状疱疹,俗称“生蛇”“蛇丹”“缠腰火龙”或“蜘蛛疮”“蛇盘疮”,是由长期潜伏在脊髓后根神经节或颅神经节内的水痘带状疱疹病毒(varicella-zostervirus, VZV)经再激活引起的病毒感染性皮肤病。该病毒有嗜神经性,常沿一侧感觉神经轴突转移到皮肤,引起带状疱疹。带状疱疹是皮肤科常见病,表现为在红斑基础上出现成群的丘疹和水疱,损害常沿一侧周围神经分布,呈带状分布,一般不超过正中线。除皮肤损害外,可伴有低热、患部附近淋巴结肿大,同时常伴有神经病理性疼痛或感觉异常。一般年龄越大,症状越重,急性疼痛越重,PHN 的发生风险越高。虽然带状疱疹是皮肤科常见病,但人们对它的认识存在许多误区,导致防治不当。本文将就这些误区进行科普,并提供科学的防治方法,帮助大家拥抱健康生活。

## 一、认识误区

1.误区一:带状疱疹只会发生在老年人身上

实际上,任何年龄段的人都可能患上带状疱疹,但老年人、孕妇、免疫缺陷人群等特殊人群更容易出现严重并发症。年龄是带状疱疹最重要的危险因素,50 岁以上为易发人

群,年龄越大越容易患病,病情也更严重。即使身体健康人群 50 岁后患带状疱疹的风险仍会陡然增加。据统计,中国 50 岁以上人群每年新发带状疱疹约 156 万例。

2.误区二:带状疱疹只会出现在身体的一侧

虽然带状疱疹的皮疹通常出现在身体的一侧,但也有少数患者会出现双侧发病的情况。因此,不能以部位作为诊断依据。

3.误区三:带状疱疹是自限性疾病,有些抵抗力强的患者 2~3 周会自愈。既然会自愈,可以不管它吗?答案是“不可以”

带状疱疹的治疗目的是防止带状疱疹后神经痛,因此需要及时就医,给予足够疗程的抗病毒、营养神经及镇痛药物的治疗。如果带状疱疹好了后,还是痛且疼痛时间超过 3 个月,就可以被定义为带状疱疹后神经痛。带状疱疹不可怕,可怕的是带状疱疹后神经痛。

4.误区四:“一次中招”终身免疫

如此痛苦的疾病,得一次是不是就能终身免疫不再得了呢?很不幸,带状疱疹并非“一次中招,终身免疫”的疾病,相反,曾经得过带状疱疹的人,在痊愈后同样有可能复发。接种疫苗是最有效可行的预防带状疱疹及带

状疱疹后神经痛的手段。

## 二、科学防治

### 1.预防措施

(1)提高免疫力:保持健康的生活方式,包括均衡饮食、适量运动、充足睡眠和减少压力等,都有助于增强身体的免疫力,预防带状疱疹的发生。

(2)避免接触病毒:由于带状疱疹是由水痘-带状疱疹病毒引起的,因此应避免与携带水痘-带状疱疹病毒的人接触。

(3)保持良好的个人卫生:勤洗手,尤其是在接触到可能含有水痘-带状疱疹病毒的物品后,要及时清洁双手。

(4)疫苗接种:接种带状疱疹疫苗是预防带状疱疹的有效手段,可以激发身体产生免疫力,降低感染后发病的风险。

(5)定期体检:定期进行体检,及早发现和及时治疗可能影响免疫力的疾病,保持良好的身体健康状态。

### 2.治疗方法

抗病毒药物:是带状疱疹临床治疗的常用药物,能有效缩短病程,加速皮疹愈合,减少新皮疹形成,减少病毒播散到内脏。应在发疹后 24~72h 内开始使用,以迅速达到并维持有效浓度,获得最佳治疗效果。目前批准使用

的系统抗病毒药物包括阿昔洛韦、伐昔洛韦、泛昔洛韦、溴夫定和膦甲酸钠。

带状疱疹期的镇痛治疗:对于轻中度疼痛,可口服对乙酰氨基酚、非甾体类抗炎药或曲马多;中重度疼痛使用阿片类药物,如吗啡或羟考酮,或治疗神经病理性疼痛的药物,如钙离子通道调节剂加巴喷丁、普瑞巴林等。带状疱疹期间重度急性疼痛是发生 PHN 的危险因素,联合钙离子通道调节剂不仅能有效缓解疼痛,而且能减少 PHN 发生。研究显示,早期使用普瑞巴林可显著降低带状疱疹期疼痛评分,尤其在疱疹发生 7d 内使用能显著降低 PHN 发生率。

### 三、拥抱健康生活

带状疱疹虽然是一种常见病,但只要我们了解了它的特点,掌握了正确的防治方法,就能有效预防和治疗。在日常生活中,我们要保持良好的生活习惯和心理状态,增强身体免疫力,这样才能更好地拥抱健康生活。只有这样,我们才能共同守护我们的健康家园。

总之,带状疱疹虽然是一种常见病,但人们对它的认识存在许多误区。只要我们科学防治,拥抱健康生活,就能战胜这一疾病。我们共同努力,创造一个更美好的未来!

(作者单位:广西贵港市人民医院)

# 浅谈泌尿系统的重要性

□ 钟开清

在泌尿系统中,肾脏是最重要的器官,负责过滤血液,将废物和多余的液体排出体外。输尿管将尿液从肾脏输送到膀胱,膀胱则负责暂时储存尿液,尿道则将尿液排出体外。

## 一、泌尿系统的重要性

泌尿系统,作为人体的一个重要组成部分,主要负责排泄废物和液体的调节。它由肾脏、输尿管、膀胱和尿道组成,各个部分密切配合,共同维持着人体内部环境的稳定。然而,当泌尿系统发生故障时,这些器官的功能就会受到影响,导致排泄废物和液体不畅,甚至可能引发一系列疾病。因此,我们应该重视泌尿系统的健康,定期进行检查,以确保其正常运行。

肾脏是泌尿系统的关键部分,主要负责过滤血液中的废物和多余的水分,形成尿液。肾脏的健康状况直接影响到尿液的质量和数量。如果肾脏出现问题,可能导致尿量增多或减少、尿液颜色异常、蛋白尿、血尿等症状。此外,肾脏疾病还可能导致高血压、水肿、贫血等全身性问题。为了维护肾脏健康,我们需要保持良好的生活习惯,

如合理饮食、适量运动、戒烟限酒、避免过度劳累等。同时,定期进行肾功能检查,以便及时发现并治疗肾脏疾病。输尿管是将肾脏产生的尿液输送至膀胱的管道。输尿管的疾病可能导致尿液回流、肾盂积水、尿路感染等问题。输尿管疾病的常见症状包括腰痛、腹痛、尿频、尿急等。为了预防输尿管疾病的发生,我们应该注意保持良好的卫生习惯,避免憋尿、长时间站立等不良行为。同时,定期进行泌尿系统检查,以便及时发现并处理输尿管疾病。

膀胱是储存尿液的器官,尿道则是将尿液从膀胱排出体外的通道。膀胱疾病可能导致尿频、尿急、排尿困难等症状。常见的膀胱疾病有膀胱炎、膀胱结石、膀胱肿瘤等。为了维护膀胱健康,我们需要注意保持良好的卫生习惯,避免长时间憋尿、穿着过紧的内裤等不良行为。此外,定期进行泌尿系统检查,以及在遇到症状时及时就医,也有助于预防和治疗膀胱疾病。尿道是将尿液从膀胱排出体外的通道。尿道疾病的病因多种多样,包括感染、结石、外伤等。尿道疾病的常见症状

包括尿频、排尿困难、尿道分泌物等。为了预防尿道疾病,我们应该注意保持良好的卫生习惯,避免憋尿过久、穿着过紧的内裤等不良行为。同时,定期进行泌尿系统检查,以及在遇到症状时及时就医,也有助于预防和治疗尿道疾病。

总之,泌尿系统对人体健康至关重要。我们应该重视泌尿系统的健康,定期进行检查,以确保其正常运行。只有这样,我们才能有效地预防和治疗泌尿系统疾病,维护身体健康。在这个方面,中国的一些医疗机构和专业人士也在积极开展相关工作,为广大人民提供了丰富的医疗资源和服务。我们应该充分利用这些资源,关爱自己的身体,为构建健康中国做出贡献。

## 二、什么是泌尿系统

泌尿系统是由一系列器官组成的,包括肾脏、输尿管、膀胱和尿道。肾脏是泌尿系统的核心,负责过滤血液,将废物和多余的液体排出体外。输尿管将尿液从肾脏输送到膀胱,膀胱则负责暂时储存尿液,尿道则将尿液排出体外。在泌尿系统中,肾脏是最重要

的器官。它由大约一百万个肾单位组成,每个肾单位都由肾小球、肾小囊和肾小管组成。肾小球和肾小囊合称为肾小体,是肾脏过滤血液的地方。肾小管则负责将过滤后的血液重新吸收,并将其送回体内。输尿管是将尿液从肾脏输送到膀胱的管道。它由一系列的肌肉和组织组成,负责将尿液从肾脏输送到膀胱,并将膀胱中的尿液储存在膀胱。膀胱是泌尿系统中的一个重要器官,负责暂时储存尿液。它由一个类似于储物箱的括约肌和一个可以容纳一定量的尿液的腔室组成。当膀胱充满尿液时,它会向尿道发送信号,提醒人们需要排尿。尿道是将尿液从膀胱排出体外的管道。它由一系列的肌肉和组织组成,负责将尿液从膀胱排出体外。

结语:总结起来,泌尿系统是一个重要的系统,负责将人体内的废物和多余的液体排出体外。它由肾脏、输尿管、膀胱和尿道等多个器官组成,共同协作完成这一重要功能。因此,我们应该定期检查泌尿系统,确保其正常运行,以预防疾病的发生。

(作者单位:广西钦州市第二人民医院)