

# 泌尿外科疾病常见症状及其指示问题

□ 徐华

在回答如何维护泌尿系统的健康之前,需要了解泌尿外科常见症状及其指示问题。这不仅有助于人们对自身的健康状况有更清晰的认识,还关系到能否及时发现并治疗泌尿系统的疾病。泌尿系统疾病往往具有一些共同的表现,通过这些症状,我们可以对潜在的泌尿外科问题有一个初步的判断。

## 一、尿液改变的征象

1、尿色改变:尿液颜色的改变通常反映了身体内部的某些变化。正常的尿色范围从浅黄色到深琥珀色不等。颜色的变化可能是由多种原因引起的:深黄色或橙色的尿液可能意味着身体缺水,这是由于液体摄入量不足或过度脱水(如剧烈运动后未及时补充水分)。红色或粉红色的尿液可能因为食物(如甜菜和蓝莓)而着色,但也可能是血尿的迹象,这需要进一步的医疗评估,因为它可能与肾脏疾病、泌尿道感染或泌尿系肿瘤有关。深褐色或可乐色的尿液可能是肝脏疾病或肝炎的标志,甚至可能是严重的肾脏病变如肾炎的信号。

2、尿量的变化:尿量的变化同样是泌尿系统健康的一个重要指标。尿量的异常变化可能暗示着不同的健康问题:尿量减少(少尿)可能是肾功能不全的初期迹象,

尤其是当伴随有肌酐水平升高时。它也可以是由于长时间脱水或血容量减少(如大量出血后)。尿量增多(多尿)可能是糖尿病的征兆,尤其是当伴随有口渴和频繁饮水的情况出现时。此外,一些肾病综合征也会导致尿量异常增多。

## 二、排尿相关症状

1、排尿困难:排尿困难或排尿时的疼痛是泌尿外科常见的症状,其可能原因包括:泌尿道感染(UTI):感染通常会导致尿道炎症,产生痛感和燃烧感。前列腺问题:前列腺增大(良性前列腺增生)或前列腺炎,会压迫尿道,导致排尿困难。尿路结石:结石可能阻塞尿路,导致尿液排出时的剧烈疼痛。

2、尿频尿急:尿频和尿急是指需要更频繁地排尿,这些症状可能指示以下问题:前列腺疾病:前列腺的病变会影响到周边的膀胱功能,造成尿频尿急的症状。膀胱炎:膀胱的炎症会减少膀胱的储尿能力,导致尿急。神经源性膀胱:神经损伤可能导致膀胱控制能力减弱,从而引发频繁的尿急感觉。

## 三、疼痛相关症状

1、腰部或腹部疼痛:腰部或腹部的疼痛可能与泌尿系统的多种状况有关,包括:

肾脏感染或肾脏结石:感染或结石常常导致剧烈的腰痛,这种疼痛可能是持续性的,也可能是间歇性的。肾炎:肾脏的炎症病变可以引起腰部的钝痛或隐痛。肾癌:虽然早期可能无症状,但随着病情进展,可能会出现腰痛。

2、会阴部或外生殖器疼痛:泌尿道感染:感染可能使尿道及其周边区域变得敏感和疼痛。性传播疾病(STDs):如淋病、生殖器疱疹等疾病会导致外生殖器的疼痛和不适。其他泌尿生殖器疾病:这包括前列腺炎、阴囊炎等,这些条件都可能导致会阴部或外生殖器的疼痛。

## 四、其他常见症状

1、尿失禁:即无法控制尿液的排出,这可能指示的问题有:膀胱肌肉收缩不正常,导致尿液控制困难。尿道括约肌功能障碍:特别是在女性中,生育后的肌肉松弛可能导致尿失禁。神经损伤:如糖尿病或脊髓损伤导致的神经控制障碍可能导致尿失禁。前列腺手术后遗症:男性在接受前列腺手术后可能出现尿失禁。

2、血精:指精液中含有血液,这可能指示的问题有:前列腺疾病:前列腺炎或前列腺癌可能导致精液中出现血液。射精管炎症:射精管感染或炎症可能导致血精。精囊

炎:精囊是储存精子的囊状器官,其炎症可能导致血精。

3、泌尿道异物感:泌尿道结石:小的结石可能在尿道内移动时造成异物感或刮擦感。异物或结晶沉积:有时候,药物或过高的尿液盐分可能导致结晶或异物在尿道内形成。肿瘤:泌尿道内的肿瘤,无论良性还是恶性,都可能引起异物感。

4、夜尿:心脏疾病:心脏功能减退可能导致晚上腿部液体回流至血液中,增加夜间排尿。前列腺肥大:特别是在老年男性中,前列腺增大可能压迫膀胱,造成夜间频繁排尿。糖尿病:高血糖水平会导致身体试图通过尿液排出多余的糖分,可能导致夜间多尿。

尽管上述症状可以给我们提供关于泌尿系统健康状况的重要信息,但最终的诊断必须由专业的医疗人员根据详细的病史采集、体格检查和必要的辅助检查来确定。公众应该提高对泌尿外科疾病症状的认识,并在出现异常时及时求医,切不可自行诊断或延误治疗。同时,保持健康的生活方式,如合理饮水、规律作息、避免不洁性行为等,对预防泌尿系统疾病同样重要。

(作者单位:广西中医药大学附属广西国际壮医医院)

# 帕金森病患者的日常护理要点

□ 江旭霞

帕金森病是一种慢性神经退行性疾病,主要影响中老年人。随着病情的发展,患者会出现运动功能障碍,如震颤、僵硬、行动迟缓等症。这些症状严重影响患者的生活质量。本文将为大家介绍帕金森病患者的日常护理要点,帮助家属和护理人员更好地理解 and 执行护理措施。

## 一、基础护理

1、饮食管理:①均衡饮食的重要性:帕金森病患者的身体状况要求他们的饮食必须含有足够的营养成分,以支持身体的基本功能和药物疗效的最大化。蛋白质有助于修复身体组织,而足够的纤维素可以帮助预防因运动减少而导致的便秘问题。此外,维生素和矿物质如维生素D和钙质对骨骼健康尤其关键。②适宜食物的选择:选择软质且易于吞咽的食物,可以大大减轻患者的吞咽困难。液态食品如汤品或是营养丰富的奶昔可以作为良好的食物来源。同时,要避免可能引起消化不良的食物,如过于油腻或是辛辣的食物,保持饮食的清淡。

2、身体锻炼:①运动的选择与安排:适当的运动不仅可以帮助帕金森病患者改善肢

体的灵活性和平衡能力,还可以提升他们的心理状态,增加自信。选择低强度且对身体负担小的运动,如散步、游泳、瑜伽和太极,可以有效地减少肌肉僵硬和震颤,提高生活质量。②个性化锻炼计划:每位患者的病情和体能状况都有所不同,因此需制定一个个性化的锻炼计划。物理治疗师可以根据患者的具体病情,如肌肉僵硬的程度、行动能力等,制定合适的锻炼方案,并随着病情的变化适时调整计划。

## 二、症状管理

1、运动障碍的处理:①使用辅助设备的建议:对于行动能力受限的帕金森病患者,使用辅助设备可以显著提高其自理能力和生活质量。拐杖或步行器不仅可以帮助患者保持平衡,减少跌倒的风险,还可以在室外活动时提供额外的安全保障。②安全转移技巧的学习:教育患者及其家属正确的转移和移动技巧,可以有效避免在进行日常活动时的意外伤害。例如,从床上起身时应先坐起,慢慢转身,使用手中的力量辅助站立,避免急促动作造成失衡。③环境的适应性改造:改造居住和活动环境,以减少行动不便

带来的困扰。例如,安装扶手和防滑垫在浴室和楼梯等关键位置,保证患者在家中的安全。同时,保持走道的畅通无阻,避免地面上有滑动或绊倒的障碍物。

2、心理支持:①应对情绪变化的策略:帕金森病的持续进展不仅对患者的身体造成影响,也对心理造成重大压力。家属和护理人员应鼓励患者表达自己的感受,并提供必要的心理支持,如一起参加户外活动或是兴趣小组,增强患者的社交互动和生活乐趣。②专业心理咨询的途径:对于深受抑郁、焦虑困扰的患者,寻求专业的心理咨询服务是非常必要的。专业心理医生或心理咨询师可以通过一对一的谈话,帮助患者更好地理解和调整自己的情绪,找到应对疾病的积极方式。

## 三、药物管理和医疗跟进

1、药物治疗的执行:①遵医嘱的重要性:帕金森病的药物治疗往往需要精确的剂量和严格的时间安排来确保药效。患者和护理人员必须严格遵守医生的指导,准时服药。同时,应密切观察患者对药物的反应,包括任何可能的副作用,及时与医生沟通调整

治疗方案。②药物副作用的管理:了解和识别药物可能带来的副作用,如恶心、头晕、睡眠障碍等,有利于保证患者的生活质量。在出现副作用时,应及时向医生报告,以便适时调整药物种类或剂量。

2、定期检查和评估:①定期的医疗评估:定期进行神经系统功能评估,可以及时发现病情的变化,评估治疗效果,及时调整治疗计划。这包括但不限于运动功能测试、认知能力评估和情绪状态的检查。②应对新症状的策略:帕金森病的进展可能带来新的症状或加重现有症状,对此,患者和护理人员应保持警惕。一旦发现新的健康问题或症状变化,应立即联系医生,以便及时进行诊断和治疗,防止病情恶化。

总之,护理帕金森病患者是一项长期而细致的工作,需要护理人员 and 家属的共同努力与细心照料。通过实施上述护理措施,可以有效帮助患者改善生活质量,减轻病痛带来的苦楚。让我们在护理中不断学习和适应,为帕金森病患者创造一个更加安全和舒适的日常生活环境。

(作者单位:浙江省衢州市龙游县人民医院)

# 外科手术前后的必备知识

□ 袁小园

外科手术是一种常见的医疗过程,是许多疾病的重要治疗方式。无论是小手术还是大手术,了解手术前后的注意事项和护理方法都有助于患者的康复。本文将介绍外科手术前后您需要了解的一些必备知识,帮助您更好地度过手术期,加快康复进程。

## 一、外科手术前的准备

1、术前检查:术前检查是外科手术前必不可少的步骤,通过这些检查可以全面了解患者的身体状况,确保手术的安全性和成功率。血液检查可以评估患者的血液指标,如血红蛋白、白细胞计数等,排除贫血、感染等情况;心电图可以检查心脏的电活动情况,排除心律失常等问题;胸片可以检查肺部情况,排除肺部感染、结核等疾病。这些检查结果将帮助医生评估手术的风险,并制定出更合适的治疗方案,从而保障患者的手术安全和术后康复。

2、术前饮食:一般来说,手术前一天需要禁食,以确保手术时胃部为空,避免误吸食物进入气管和肺部,导致术中并发症。在医生的指导下,您可能需要调整饮食,例如避免高纤维食物和油腻食物,选择易消化的清淡食物。此外,有些药物可能会影响手术过程或术后康复,医生可能会建议您在手术前暂停服用

这些药物。

3、了解手术细节:通过与医生的交流,您可以了解手术的具体内容、手术的风险和术后的护理措施,有助于您做好心理准备。了解手术的具体内容可以让您对手术过程有更清晰的认识,减少因不了解而产生的焦虑和恐惧。同时,了解手术的风险和术后护理措施可以让您更好地配合医生的治疗,减少术后并发症的发生,促进术后康复。

## 二、外科手术后的护理

1、伤口护理:定期更换敷料有助于保持伤口清洁干燥,减少感染的风险。在更换敷料时,应注意轻柔地清洁伤口周围的皮肤,并确保手部清洁。同时,避免用力搓揉或拉扯伤口,以免造成伤口再次开裂或感染。如果发现伤口有任何异常情况,如红肿、渗液、发热等,应及时就医处理。

2、饮食调理:建议饮食以清淡易消化为主,如清汤、米粥、蒸蔬菜等,避免油腻食物和刺激性食物,如辛辣食物、酒精等,以减轻胃肠道负担,预防消化不良等问题的发生。同时,要保持充足的水分摄入,有助于促进新陈代谢,加速康复。术后饮食应结合个人体质和手术类型,遵医嘱调整饮食,有助于提高术后康复效果,减少并发症的发生。

3、活动恢复:术后适度活动有助于促进血液循环、加速康复。适度活动有助于防止血液淤积、肌肉萎缩,促进伤口愈合和康复。一般建议术后适当活动,如散步、简单的伸展运动等,但需避免剧烈运动和负重活动,以免影响伤口愈合或引发其他并发症。在进行活动时,应根据自己的身体状况和医生的建议逐渐增加活动量和强度。若在活动过程中出现不适,如胸闷、头晕等症状,应立即停止活动并就医。

4、用药注意:按照医嘱正确使用这些药物可以有效控制术后疼痛、预防感染,促进康复。在使用抗生素和止痛药物时,应遵循医生的指导,严格按照用药方法和剂量使用,避免自行增减剂量或长时间使用。滥用这些药物可能导致耐药性增加、药物副作用加重等问题。同时,应定期复诊,及时向医生汇报用药情况,以便医生根据实际情况调整用药方案。

## 三、术后复诊和康复

1、遵医嘱:患者应严格按照医嘱服药,不要自行增减药量或更改用药方式。定期复诊是必不可少的,医生会根据患者的恢复情况调整治疗方案。同时,患者应听从医生的建议和指导,如饮食调理、活动恢复等方面,做到量力

而行,避免过度劳累或不当行为影响康复。若在术后康复过程中出现异常情况,如发热、伤口感染等,应及时就医,遵医嘱进行处理。

2、注意伤口情况:术后伤口感染是比较常见的并发症之一,若发现伤口红肿、渗液、发热等症状,应及时就医,接受医生的诊断和治疗。同时,避免自行处理伤口,如拆线、涂药等,以免造成伤口感染或延缓愈合。

3、合理饮食:建议采取均衡饮食,包括蛋白质、维生素、矿物质等各类营养素的摄入。蛋白质是身体修复组织的重要营养素,可促进伤口愈合和肌肉恢复。同时,维生素和矿物质也有助于身体各项功能的正常运作。合理饮食有助于提高免疫力,减少感染的风险,促进术后康复。

4、逐步恢复活动:术后逐步增加适度运动,避免剧烈运动和长时间站立。

## 四、结语

外科手术是一项复杂的医疗过程,患者在手术前后都需要做好充分的准备和护理工作。正确的术前准备和术后护理措施是保证手术成功和患者康复的关键。希望本文能够帮助您更好地了解外科手术前后需要注意的事项,祝您早日康复!

(作者单位:广西贵港市人民医院)