

# 浅谈肠内、肠外营养支持的方法与优缺点

□ 冯雪菲

营养是维持人体健康所必需的,而手术、创伤或疾病等因素可能导致人体营养状况的改变。在这种情况下,适当的营养支持至关重要。本文将介绍肠内营养和肠外营养的支持方法及其优缺点,并探讨如何选择最适合的营养支持方式。

## 一、肠内营养

肠内营养是指通过胃肠道提供营养的方法。它通常适用于能够经口进食但食欲减退的患者。肠内营养优点如下:

- 费用较低:肠内营养主要通过胃肠道吸收,无需额外的设备或药物费用。
- 并发症较少:肠内营养相对安全,并发症发生率较低。

3.促进肠道功能:肠内营养有助于维护肠道的正常功能,避免肠道菌群失调。

然而,肠内营养也存在以下缺点:

- 适应症范围有限:对于完全无法进食的患者,肠内营养可能无法满足营养需求。
- 喂养难度:对于某些患者,如吞咽困难、胃食管反流等,肠内营养可能存在一定的难度。
- 无法提供足够的热量和蛋白质:肠内营养提供的热量和蛋白质可能不足以满足特殊情况下的能量和蛋白质需求。

## 二、肠外营养

肠外营养是指通过静脉输入营养物质的方法。它通常适用于无法经口进食的患

者,如重症胰腺炎、大面积烧伤等。肠外营养优点如下:

- 全面、精确的营养供给:肠外营养能够提供全面、精确的营养供给,满足特殊情况下的能量和蛋白质需求。
- 无需胃肠道负担:对于无法进食的患者,肠外营养无需胃肠道的负担,有利于胃肠道功能的恢复。
- 并发症可控制:肠外营养相对安全,并发症如静脉炎、感染等可得到及时控制。然而,肠外营养也存在以下缺点:
  - 费用较高:肠外营养需要专门的设备、药物和护理,费用相对较高。
  - 导管感染风险:长期肠外营养患者存

在导管感染的风险,需要定期监测和护理。

3.缺乏胃肠道刺激:肠外营养缺乏对胃肠道的刺激,可能导致肠道蠕动减慢,引起肠道菌群失调或便秘等问题。

综上所述,选择何种营养支持方式应根据患者的具体情况而定。一般来说,对于能够经口进食但食欲减退的患者,肠内营养是较为理想的选择。而对于无法经口进食的患者,如重症胰腺炎、大面积烧伤等,肠外营养则更为合适。在选择营养支持方式时,还需考虑患者的身体状况、治疗需求、经济条件等因素。此外,无论采用何种营养支持方式,都应注意合理搭配饮食,以补充体内所需的多种营养成分。

(作者单位:河北省廊坊市人民医院)

# 心肺复苏(CPR)的基本步骤和注意事项

□ 苏强

在我们日常生活中,突发疾病或意外事故可能随时发生,而心脏骤停更是一种极其危险的情况。在这种情况下,心肺复苏(CPR)是一项急救技能,可以挽救生命。但是,很多人对心肺复苏的基本步骤和注意事项并不了解。那么,究竟什么是心肺复苏?如何正确实施心肺复苏呢?

## 一、基本步骤

- 确认现场环境安全:在实施CPR之前,确保现场安全,移除任何可能造成伤害的物品。
- 观察患者情况:观察患者是否有呼吸或脉搏。正常情况下,成年人应有规律地呼吸,而脉搏则可以在手腕部位感觉到。如果没

有呼吸或脉搏,就需要立即进行CPR。

## 3.开始心肺复苏:

- 胸部按压:将一只手掌根放在患者胸部的中央,与乳头连线水平,将另一只手掌根放在前一只手的手背上,手指不接触胸部。保持肩、肘、腕垂直,用力按压胸部使胸骨下陷5-6厘米。
- 保持频率:按压频率应在至少100次/分钟,以确保足够的血液流动。
- 人工呼吸:与胸部按压交替进行口对口人工呼吸。确保每次吹气时胸部有明显上抬。确保吹气时患者头后仰,确保气道开放。
- 循环进行CPR:每次完成30次胸部按压后,进行两次人工呼吸。持续循环进行直到

专业救援人员到达或患者恢复自主呼吸。

## 二、注意事项

- 正确的姿势:在进行CPR时,确保身体直立,不要弯曲膝盖。这有助于保持正确的按压位置和力度。
- 避免干扰:在实施CPR时,确保患者身体稳定,避免移动或摇晃。
- 确保气道开放:在进行胸部按压和人工呼吸时,确保头部和颈部稳定,避免扭曲,以保持气道开放。
- 及时的救援:尽快呼叫专业救援人员到场,以增加患者的生存机会。不要等待直到专业人员到达,而忽略进行CPR。
- 知识和培训:学习并获得CPR认证是

至关重要的。如果没有足够的经验或知识,最好寻求专业人士的指导或参加CPR培训课程。

6.注意事项在实施CPR时可能出现的并发症,如过度通气、过度疲劳等,应适时休息和调整。

7.及时拨打急救电话:在实施CPR的同时,拨打急救电话寻求专业救援支持。

总的来说,实施心肺复苏是一项需要技巧和耐心的任务。通过遵循上述步骤和注意事项,可以大大提高患者的生存机会。此外,学习和掌握CPR技能不仅可以帮助他人,也可以在必要时自我应用。无论何时,保持警觉并采取行动总是明智的选择。

(作者单位:河北省邯郸市中心医院)

# 食管癌术后的护理措施

□ 曹文蕾

食管癌是一种常见的消化道肿瘤,手术是治疗该病的主要手段之一。然而,手术后患者需要接受一定的护理,以预防并发症的发生。本文将介绍食管癌术后护理的重要性,以及如何预防并发症。

## 一、术后护理的重要性

食管癌手术后,患者需要一段时间的恢复期。在这个过程中,正确的护理可以帮助患者更快地恢复健康,减少并发症的发生。如果护理不当,可能会导致伤口感染、出血、吻合口瘘等严重后果。因此,术后护理对于患者的康复至关重要。

## 二、如何预防并发症

- 保持口腔卫生:术后患者应保持口腔卫生,定期刷牙、漱口,以减少口腔感染的风险。
- 合理饮食:术后初期,患者应以流质、半流质饮食为主,逐步过渡到正常饮食。避免食用刺激性食物和饮料,以免影

响伤口愈合。

3.适当运动:术后患者应适当进行运动,以促进血液循环和身体恢复。但要注意不要过度运动,以免影响伤口愈合。

4.观察伤口情况:术后患者应定期观察伤口情况,如出现红肿、疼痛、渗血等症状,应及时就医。

5.戒烟戒酒:吸烟和饮酒是食管癌术后并发症的危险因素之一,因此患者应戒烟戒酒,以减少并发症的发生风险。

6.心理护理:术后患者可能会出现焦虑、抑郁等心理问题,家属应给予关心和支持,帮助患者调整心态,积极面对疾病。

## 三、并发症及应对措施

1.伤口感染:伤口感染是食管癌术后最常见的并发症之一,表现为伤口红肿、疼痛、渗出等症状。一旦出现这些症状,应及时就医并遵医嘱使用抗生素治疗。

2.吻合口瘘:吻合口瘘是食管癌术后较为严重的并发症之一,表现为伤口持续渗出、发热、呼吸困难等症状。一旦出现这些症状,应立即就医并接受手术治疗。

3.胃食管反流:部分食管癌患者术后可能出现胃食管反流症状,如反酸、烧心等。此时,患者应调整饮食,避免食用刺激性食物和饮料,同时可遵医嘱使用药物治疗。

4.饮食不当引起的并发症:部分患者在术后恢复期可能因饮食不当而导致再次出现食管梗阻、吞咽困难等症状。因此,患者在术后应遵循医生的建议,合理安排饮食。

总之,食管癌术后护理对于患者的康复至关重要。通过保持口腔卫生、合理饮食、适当运动、观察伤口情况、戒烟戒酒和心理护理等措施,可以有效预防并发症的发生。如有疑问或出现并发症症状,请及时就医。

(作者单位:河北省故城县医院)

# 放射治疗的原理、方法与适应症

□ 郭佳洁

放射治疗,也被称为放疗,是一种利用放射线如X射线来治疗疾病的方法。放射线是一种高能电磁波,具有穿透组织的能力,并能损害细胞和DNA(脱氧核糖核酸)的结构。因此,放疗可以杀死癌细胞,抑制其生长,甚至促使癌细胞自我毁灭。

放射线的生物学效应取决于其剂量、照射部位和剂量率等因素。在放疗过程中,医生需要精确控制放射线的剂量和照射方式,以确保对正常组织的影响最小化,同时尽可能地消除癌细胞。

## 一、放射治疗的方法

- 电子束放疗:电子束放疗是一种常用的放疗方法。电子线具有较高的能量,可以穿透深层组织,因此常用于治疗较晚期的癌症。
- X射线放疗:X射线放疗是最常见的放疗方法之一。它适用于各种类型的癌症,尤其是早期和晚期的癌症。

3.粒子束放疗:粒子束放疗是一种更为精确的放疗方法,适用于治疗深度肿瘤或对常规放疗不敏感的肿瘤。

4.调强放疗:调强放疗是一种更为灵活的放疗方法,它可以根据肿瘤的形状和位置调整放射剂量,从而更好地保护正常组织。

## 二、适应症

放射治疗在许多癌症治疗中都发挥了重要作用。以下是几种常见的适应症:

- 局部晚期或复发性癌症:对于局部晚期或复发性癌症,放疗可以作为单独的治疗方法,或者作为化疗、手术等其他治疗方法的一种补充。
- 无法手术的早期癌症:对于某些早期癌症,由于病灶过大或位置特殊,无法进行手术时,放疗可以作为替代治疗方法。
- 防止癌症扩散:对于某些癌症,如鼻咽癌、口腔癌等,放疗可以作为预防

扩散的治疗方法。

4.配合化疗:放疗可以与化疗联合使用,以提高治疗效果,减少化疗药物的副作用。

5.儿童癌症:对于儿童癌症患者,放疗也是一种常用的治疗方法,尤其是对于无法承受手术或化疗的患儿。

需要注意的是,并非所有癌症患者都适合接受放疗。在决定是否进行放疗之前,医生通常会评估患者的病情、身体状况、肿瘤的位置和性质等因素。此外,放疗也可能产生一些副作用,如皮肤损伤、恶心、呕吐等,因此患者需要了解这些副作用并积极配合医生的治疗建议。

总的来说,放射治疗是一种重要的癌症治疗方法,具有独特的优势和适应症。通过了解其原理和方法,我们可以更好地理解其作用和局限性,从而为患者提供更全面、个性化的治疗方案。

(作者单位:河北省邯郸市中心医院)

宫颈癌,这种影响全球数百万妇女的疾病,如果能早发现、早诊断、早治疗,生存率可以显著提高。这就是宫颈癌筛查的重要性所在。宫颈癌筛查是通过一系列检查,包括宫颈细胞学检查、HPV检测和必要时进行的阴道镜检查和组织学检查,以发现早期子宫颈癌或癌前病变的过程。

## 一、宫颈癌筛查的重要性

- 早期发现:通过定期筛查,可以及早发现子宫颈癌前病变和早期子宫颈癌,这些病变在得到适当治疗的情况下,预后良好,甚至可能治愈。
- 预防进一步发展:通过筛查,可以及时发现并治疗子宫颈上皮内瘤变(CIN),这是子宫颈癌的癌前病变,及时治疗可以阻止其进一步发展。
- 提高生活质量:早期发现和及时治疗可以显著减少患者的痛苦,提高生活质量。

## 二、宫颈癌筛查流程

- 宫颈细胞学检查:这是宫颈癌筛查的基础步骤,通过收集子宫颈上的细胞进行检查,以寻找异常细胞。细胞学检查通常由妇科医生进行,通过窥阴器暴露宫颈,用细胞刷或棉签收集宫颈表面的细胞。
- HPV检测:HPV,即人乳头瘤病毒,是子宫颈癌的主要风险因素。HPV检测是一种血液测试,用于检查是否感染了特定的HPV类型。
- 必要时进行阴道镜检查和组织学检查:如果细胞学检查或HPV检测结果异常,医生可能会建议进行阴道镜检查,以观察子宫颈的组织结构。然后进行组织学检查以获取更精确的诊断。
- 评估和治疗:根据筛查结果,医生会制定相应的治疗计划。对于发现的有问题的患者,可能会进行诸如冷冻治疗、激光治疗或子宫颈锥切等治疗。对于更严重的病例,可能需要手术进行治疗。

## 三、宫颈癌筛查的频率

宫颈癌筛查的频率取决于个体风险和筛查结果。对于大多数女性,建议从21岁开始进行筛查,如果是21岁之前有多个性伴侣或患有其他性传播疾病,那么开始筛查的年龄应该提前。一般建议每三年进行一次细胞学检查和HPV检测的联合筛查,或者每五年进行一次单纯的细胞学筛查。对于那些已经完成多个筛查周期且结果均正常的女性,可以适度延长筛查间隔。但需要注意的是,任何改变都应在医生的指导下进行。

宫颈癌是一种可以预防和治疗的疾病,通过定期的宫颈癌筛查,我们可以及早发现并治疗任何异常情况,从而提高生活质量。因此,每个女性都应该了解并接受宫颈癌筛查,这不仅是对自己身体的负责,也是对未来生活质量的保障。

(作者单位:河北省故城县中医医院)

# 宫颈癌筛查的重要性与流程

□ 李泊玲