

# 手术后镇痛药物的使用与注意事项

□ 梅强

手术后的疼痛是一种常见的生理反应,镇痛药物在减轻这种疼痛方面发挥着重要作用。然而,使用镇痛药物并非无痛不虑,正确使用和注意事项至关重要。本文将为您详细介绍术后镇痛药物的使用方法与注意事项。

## 一、镇痛药物分类

1.非甾体类抗炎药(NSAIDs):如布洛芬、双氯芬酸钠等,具有镇痛、消炎、解热作用。

2.阿片类镇痛药:如吗啡、芬太尼等,具有强大的镇痛作用,但副作用较多,需谨慎使用。

3.辅助用药:如曲马多、罗通定等,具有协同镇痛作用,适用于多种疼痛。

## 二、使用方法

1.遵医嘱:医生会根据手术类型、疼痛程

度、患者身体状况等因素,开具相应的镇痛药物。务必遵循医嘱用药。

2.按时服药:按照医生开具的剂量,按时服用镇痛药物,不要随意增减剂量或停药。

3.口服给药:镇痛药物一般通过口服方式给药,如有特殊情况(如严重消化道疾病、吞咽困难等),请告知医生,改用其他给药方式。

4.合理搭配:在使用其他药物(如消炎药、抗过敏药等)时,请告知医生,避免药物相互作用产生不良反应。

## 三、注意事项

1.过敏反应:部分患者对镇痛药物可能存在过敏反应,用药前应咨询医生,进行过敏试验。

2.呼吸抑制:阿片类镇痛药可能对呼吸系统产生抑制,对于呼吸功能不全的患者应慎用。

3.胃肠道不适:非甾体类抗炎药可能引起胃肠道不适,对于有消化性溃疡病史的患者,应咨询医生,确定是否可以使用。

4.药物相互作用:多种药物可能相互作用,影响镇痛效果或增加副作用,用药期间应密切关注身体反应。

5.避免饮酒:酒精可能与镇痛药物产生相互作用,加重药物副作用,用药期间应避免饮酒。

6.观察身体反应:用药期间应密切关注身体反应,如有不适,立即就医。

7.特殊情况处理:对于术后出现异常疼

痛的特殊情况(如伤口裂开、剧烈内脏痛等),应及时就医,根据医生建议调整镇痛药物剂量或更换药物。

## 四、使用镇痛药物的优点与缺点

**优点:**镇痛药物可以有效减轻术后的疼痛,提高患者的生活质量;同时有助于术后恢复,减少因疼痛引起的身体应激反应。

**缺点:**镇痛药物可能产生一系列副作用,如呼吸抑制、胃肠道不适、成瘾性等;过量使用可能导致中毒,严重时危及生命。

手术后的镇痛药物使用是一门需要谨慎对待的学问。了解并遵循正确的使用方法和注意事项,不仅可以有效减轻疼痛,更能减少不必要的副作用。

(作者单位:霸州市中医医院)

# 幽门螺杆菌感染与消化内科疾病的关系

□ 李美娜

在我们的生活中,一种常见的微生物——幽门螺杆菌(Helicobacter pylori,简称HP),经常被提及。它是一种生活在胃黏膜组织中的细菌,能够引发多种消化内科疾病。这篇文章的目的就是探讨幽门螺杆菌感染与消化内科疾病的关系,以便帮助大家更好地理解这种重要的微生物。

## 一、幽门螺杆菌的特性

幽门螺杆菌是一种微需氧菌,能够在胃酸浓度极高的环境中生存。它具有独特的生命周期,包括在胃黏膜细胞间穿梭,以及通过粪便排出体外。这种细菌的感染率较高,但并非所有人都会出现症状。

## 二、幽门螺杆菌与消化内科疾病的关系

1.消化性溃疡:

幽门螺杆菌感染是消化性溃疡的主要病因。这种细菌会破坏胃黏膜的完整性,导致胃酸直接与胃壁接触,进而引发溃疡。

2.胃炎:

幽门螺杆菌感染可能导致慢性胃炎,表现为胃部疼痛、食欲不振、消化不良等症状。

3.胃食管反流病:

幽门螺杆菌感染可能导致胃部压力升高,进而引发胃食管反流。

4.胃癌:

虽然幽门螺杆菌并不是直接导致胃癌的原因,但它可以促进胃癌的发生。长期感染可能导致胃黏膜的持续损害,进而增加患癌的风险。

## 三、如何预防和治疗

1.预防:

保持良好的卫生习惯,包括饮食卫生和个人卫生,避免与他人共用餐具,以及定期进行幽门螺杆菌检测,有助于预防感染。

2.治疗:

对于已经确诊的幽门螺杆菌感染者,治疗通常采用联合用药的方法,如抗生素加抑酸药或胃黏膜保护剂。治疗周期通常为几星期,需要患者严格遵守医嘱。

## 四、关怀与支持

面对消化内科疾病,我们不应感到恐惧或孤独。大量的研究表明,积极的心态和良好的生活习惯有助于疾病康复。我们应该关注自己和他人的健康,提供必要的支持和关怀。

如果有人表现出消化内科疾病的迹象,如腹痛、反酸、消化不良等,应及时就医,寻求专业的治疗和关怀。

总的来说,了解并预防幽门螺杆菌感染是维护消化系统健康的重要一环。作为公众,我们需要了解相关知识,保持警惕,积极预防;作为医生,我们需要提高对幽门螺杆菌的认识,提供更精确的诊断和治疗;作为患者,我们需要积极配合治疗,保持良好的生活习惯和心态。让我们共同努力,为我们的消化系统健康而战!希望这篇文章能帮助大家更好地理解这一重要话题,也希望每一个人都能对自己的消化系统健康负起责任来,做到预防为主,及时就医。

(作者单位:大城县妇幼保健计划生育服务中心)

# 孕妇和产妇的护理要点

□ 张疏菡

在孕育新生命的阶段,孕妇和产妇都承担着至关重要的责任。除了生理上的变化,她们还需要应对心理、情绪和社会方面的挑战。了解并遵循一些基本的护理要点,对于她们的健康和幸福至关重要。

## 一、孕妇护理要点

1.营养均衡的饮食:确保摄入足够的营养,包括蛋白质、钙质、叶酸等。避免过度摄入高脂肪和糖分的食物。

2.定期产检:按照医生的要求定期进行产检,以便及时了解胎儿的发育状况和孕妇自身的健康状况。

3.适度运动:在保证安全的前提下,进行适度的有氧运动,如散步、瑜伽等,有助于控制体重和保持良好的健康状况。

4.避免过度劳累:孕妇应避免过度劳累,合理安排作息时间,保证充足的休息和睡眠。

5.保持心情愉快:情绪稳定、心情愉快对胎儿的发育有积极影响。尝试通过冥想、音乐、阅读等方式来调节情绪。

6.预防妊娠期并发症:如高血压、糖尿病、贫血等。定期产检,与医生保持良好沟通,了解相关风险并采取预防措施。

7.准备新生儿用品:在胎儿出生前,为新生儿准备必要的用品和衣物,如婴儿床、婴儿车、尿布等。

## 二、产妇护理要点

1.休息和睡眠:产妇在分娩后需要充足的休息和睡眠时间,以恢复身体。避免过度劳

累,合理安排作息时间。

2.观察恶露情况:产后恶露是正常现象,但若出现异常情况,如颜色变化、量增多等,应及时就医。

3.保持会阴部清洁:产妇应保持会阴部清洁,避免感染。遵循医生的建议,适时开始盆底康复治疗。

4.合理饮食:产妇应摄入营养丰富、易于消化的食物,以恢复身体。同时,要补充足够的水分,以防脱水。

5.保持心情愉快:分娩后的产妇情绪波动较大,需要家人的关爱和支持,以保持心情愉快。

6.预防产后并发症:如产后出血、感染等。与医生保持良好沟通,了解相关风险并采

取预防措施。

7.尽早开始母乳喂养:母乳是婴儿最理想的天然食物。产妇应在分娩后尽早开始母乳喂养,并坚持母乳喂养的信心。

除了以上提到的护理要点,孕妇和产妇还应该注意个人卫生、穿着舒适的衣服、适度使用空调和取暖设备,以及遵循医生的建议等方面。这些措施有助于她们在孕期和产后期间保持良好的身体状况和生活质量。

总结起来,孕妇和产妇在孕期和产后期间需要关注多个方面的护理要点。通过遵循这些建议,她们可以更好地照顾自己和胎儿或新生儿,确保母婴健康和幸福。

(作者单位:河北省廊坊市大城县中医医院)

# 冠心病患者的护理方法

□ 赵翠翠

冠心病全称为冠状动脉粥样硬化性心脏病,其基本病因是冠状动脉粥样硬化。在血管中形成斑块,最终导致动脉狭窄,从而影响到心脏的血液供应。

## 一、护理的重要性

冠心病患者的护理至关重要,它不仅可以帮助减轻症状,提高生活质量,更可以降低再发的风险。良好的护理包括健康的生活方式、定期的医疗检查和适当的药物治疗。

## 二、预防再发的关键

1.健康的生活方式:

饮食应富含健康脂肪(如橄榄油、鱼),控制糖分和盐分的摄入,避免过多摄入饱和脂肪和反式脂肪。适量运动是预防冠心病的关键,建议每周至少150分钟的中等强度有氧运动。同时,戒烟和限制酒精摄入对预防冠心

病也有重要影响。

2.控制血压和血脂:

定期检查血压和血脂至关重要。如果数值偏高,应咨询医生并开始药物治疗。

3.定期检查:

定期进行心电图检查和血液检查可以帮助及早发现病情变化。如果医生认为需要,还可以进行冠状动脉成像检查,以确定冠状动脉的状况。

4.良好的心理状态:

焦虑和压力可能增加心脏病的风险,因此保持情绪稳定,寻找适当的情绪管理方法(如冥想、瑜伽、深呼吸练习等)对于冠心病患者来说非常重要。

5.合理用药:

患者应遵循医生的建议,按时按量服药,

不随意更改药物剂量或停药。

## 三、护理实践

1.健康饮食:

确保摄入足够的蔬菜、水果、全谷类和优质蛋白质,以提供身体所需的营养。减少加工食品和高糖食品的摄入。

2.规律运动:

选择适合自己的运动方式,如步行、骑自行车、游泳或瑜伽等,每周至少进行三次,每次30分钟。

3.戒烟限酒:

戒烟是预防心脏病的最有效方法。限制酒精摄入,避免饮用大量酒精对心脏健康不利。

4.定期检查身体:

定期进行心电图、血压和血脂检查,如有需要,医生可能会建议进行冠状动脉成像检

查。这些检查可以帮助您及早发现病情变化。

5.良好的睡眠:

确保每晚有足够的优质睡眠,有助于调节血压和心率,对心脏健康有益。

6.精神放松:

学习有效的压力管理方法,如深呼吸、冥想、放松音乐等,有助于保持情绪稳定,减少心脏病发作的风险。

7.遵医嘱:

按时服用医生开具的药物,不要自行更改剂量或停药。如有不适,及时就医。

总之,冠心病患者的护理包括健康的生活方式、定期的医疗检查和适当的药物治疗等方面。通过遵循这些建议,您可以在很大程度上预防冠心病再发,提高生活质量。

(作者单位:河北省盐山县人民医院)