

浅析中西医结合治疗肺栓塞的方法

□ 韦宜宾

肺栓塞主要是由于血栓、气体栓塞或其他栓子阻塞肺部导致的相应临床症状,大多数情况下因为下肢深静脉血栓脱落阻塞于肺动脉造成疾病的发生。患者可表现为咳嗽、咳痰、咯血,严重者出现呼吸困难。阻塞的程度较重时,可引起循环障碍,导致猝死。病情凶险,病死率高。那么,你知道中西医如何治疗肺栓塞吗?取得的效果呢?下述将做出简要说明供您参考。

一、肺栓塞的发生原因

肺栓塞的主要发生原因包括静脉回流障碍、内膜损伤和功能不全,尤其是血液高凝状态。

1.影响静脉回流的相关因素:如久坐、久病卧床或分娩后久卧,下肢静脉的回流需要肌肉的收缩来助力,久坐、久卧不动使下肢肌肉收缩减少,或肥胖、下肢静脉曲张使静脉的血液流速减慢,容易诱发栓塞。

2.内皮损伤或功能障碍:对于肺栓塞患者而言,血管内皮细胞损伤是第一要素,静脉血栓栓塞、血栓形成存在一致的病理生理特征和危险因素,静脉血液瘀滞、高凝状态、系统内皮细胞损伤等造成肺栓塞的发生。

3.潜在高凝、易栓状态:如肿瘤患者、口服避孕药、疾病治疗相关因素等破坏纤溶系统的平衡,机体的凝血、抗凝,促进肺栓塞的发生,致使患者出现不同程度的高凝状态或易栓状态。

4.创伤、手术:如颅脑创伤、下肢骨折、关节置换、脊髓损伤等手术后易发生肺栓塞,除了同血液高凝状态、静脉壁受损、静脉血流速减慢等有关外,也与手术时间较长有关。

5.常见的栓塞类型:肺血栓栓塞、羊水栓塞、脂肪栓塞、肺空气栓塞等。

二、肺栓塞的危害

1.呼吸困难:患者经常会在活动后出现胸口憋闷呼吸困难的状况,稍作休息后又自行缓解,但可能数日后重复发生。此时应予以重视,以免影响患者日常生活质量。

2.咯血:发生肺栓塞24小时之内可出现咳血现象。血量较少,呈鲜红色,数日后由鲜红色变成暗红色。这是由于患者支气管黏膜下支气管动脉系统代偿性扩张破裂导致。

3.胸部疼痛:胸痛可在突然间发生,多数伴有呼吸困难,其症状类似于心绞痛发作。

4.危及生命:若肺动脉出现较大分支的

堵塞,严重会引起发绀、休克、晕厥等并发症,威胁生命。

5.猝死:肺动脉主干突然阻塞会骤然致死。

三、中西医结合治疗肺栓塞

1.中医治疗:肺栓塞临床表现各异,中医学常归属于中医“咳嗽”、“胸痛”、“喘证”、“厥证”等辨证范畴。急性肺栓塞以痰、瘀、毒互阻为主要病机。慢性肺栓塞则以气虚血瘀、阳气亏虚、久病入络,而病情迁延难愈。中医治疗肺栓塞要辨证论治,肺栓塞急性期辨证多以痰瘀互阻为主,慢性期辨证以气虚血瘀为主。肺栓塞目前缺乏统一的中医证型。根据近年来相关文献研究,发现临床上急性肺血栓栓塞症的主要证型为气虚水停、气虚血瘀、痰浊阻肺、痰瘀互结、阳气暴脱等证型,慢性肺血栓栓塞症多为气虚血瘀型,结合疾病的临床表现及演变过程,可将证型简化为痰浊证、血瘀证和阳脱证3种证型更利于临床辨证施治。其主要治法为活血化瘀及健脾化痰法,血府逐瘀汤、桃红四物汤及瓜蒌薤白半夏汤和温胆汤可作为主方加减运用。危重症型阳脱证可运用参附汤加减回阳救逆。

2.西医治疗:(1)抗凝:主要应用低分子量肝素、华法林、新型口服抗凝药,如利伐沙班片、达比加群酯等实施抗凝治疗;(2)溶栓治疗:可迅速溶解血栓恢复肺组织灌注,增加肺毛细血管血容量,降低病死率和复发率;(3)手术治疗:若有溶栓禁忌可考虑手术取栓,手术治疗包括外科血栓清除术、经导管介入治疗。手术取栓适用于支持治疗后仍有低血压,即经补液和吸氧后收缩压依旧小于 $\leq 90\text{mmHg}$,或有心跳和呼吸骤停风险的患者。此外,也可根据当地的资源和经验在手术取栓前尝试导管直接旋转吸取血栓;(4)血流动力学和呼吸支持:充分补液、氧供,必要时予正压通气;(5)择期神经外科手术。急性脊髓损伤及多发性外伤等具较高静脉血栓风险的患者,考虑到颅内出血的风险,可应用物理方法预防血栓形成。

总之,通过中西医结合治疗肺栓塞能够达到治标治本的目的,有很好的预防和治疗效果,减轻对身体的副作用,以此维持患者血流动力学的稳定,防止休克和心力衰竭,明显改善患者的疾病预后。

(作者单位:广西中医药大学第一附属医院)

探讨医疗护理员在康复护理、临终关怀等方面的作用

□ 刘朋

随着社会的发展,医疗护理员在康复护理和临终关怀中的作用越来越受到人们的关注。医疗护理员不仅能够帮助患者恢复健康,还能在患者生命垂危时给予他们关怀和支持。本文将详细介绍医疗护理员在康复护理和临终关怀中的重要作用。

一、康复护理

康复护理是医疗护理的重要组成部分,旨在帮助患者恢复身体功能、提高生活质量。医疗护理员通过专业的技能和知识,为患者提供全面的康复护理服务。

1.评估和计划:医疗护理员会根据患者的具体情况,了解患者的身体状况、功能状况

以及潜在的康复目标。根据评估结果,医护人员制定个性化的康复计划,医疗护理员为患者提供针对性的护理服务。

2.日常生活能力训练:医疗护理员会指导患者进行日常生活能力的训练,如进食、洗漱、如厕等。通过这些训练,患者可以逐渐恢复独立生活的能力,提高生活质量。

3.疼痛管理:医疗护理员会密切关注患者的疼痛状况,根据疼痛程度采取相应的措施,帮助患者缓解疼痛,提高舒适度。

4.心理支持:康复过程中,患者可能会面临身体和心理的双重压力。医疗护理员会给予患者心理支持,帮助他们调整心态,积极面对康复过程。

二、临终关怀

临终关怀是指为生命垂危的患者提供全面的护理服务,旨在减轻患者的痛苦和不适,提高他们的生命质量。医疗护理员在临终关怀中扮演着至关重要的角色。

1.疼痛管理:对于即将离世的患者,疼痛管理尤为重要。医疗护理员会密切关注患者的疼痛状况,及时采取措施,帮助患者缓解疼痛。

2.舒适度提升:医疗护理员会为患者提供舒适的护理服务,如调整床铺软硬度、提供适宜的湿度和温度等,帮助患者保持身体舒适。

3.心理支持:临终阶段,患者和家属通常会面临巨大的心理压力。医疗护理员会给予

患者和家属心理支持,帮助他们调整心态,坦然面对生命的终点。

4.家庭和社会支持:医疗护理员还会积极与患者家属和社会组织沟通,为患者提供家庭和社会支持,帮助患者在生命的最后阶段感受到温暖和关爱。

未来,随着人们对健康和生命质量的追求不断提高,医疗护理员将在康复护理和临终关怀领域发挥越来越重要的作用。同时,我们也需要关注医疗护理员的培训和发展问题,为他们提供更好的职业发展机会和福利待遇,以促进整个行业的健康发展。

(作者单位:河北省沧州市人民医院)

小儿急性上呼吸道感染的预防与治疗方法

□ 徐若飞

在我们的日常生活中,小儿急性上呼吸道感染是一种常见的儿科疾病,它通常是由病毒引起的。然而,这种疾病并不只是简单的病毒感染,它是一场与病毒的“暗战”,需要我们家长和小儿共同努力来应对。本文将向大家介绍小儿急性上呼吸道感染的相关知识。

一、病因

小儿急性上呼吸道感染的主要原因是病毒,常见的病毒包括腺病毒、流感病毒、副流感病毒、呼吸道合胞病毒等。这些病毒可以通过飞沫传播,当小儿与感染者接触时,就有可能被病毒感染。此外,营养不良、免疫力低下等自身因素也是小儿易感染急性上

呼吸道感染的重要原因。

二、症状

小儿急性上呼吸道感染的主要症状包括发热、咳嗽、流鼻涕、喉咙痛等。这些症状通常在病毒感染后的1-3天内出现,并可能持续数天至一周左右。如果小儿出现这些症状,家长应及时就医,以免延误病情。除了上述症状外,小儿急性上呼吸道感染还可能

出现一些并发症,如中耳炎、鼻窦炎等。因此,家长在照顾小儿时,应密切关注病情变化,及时就医。

三、预防

预防小儿急性上呼吸道感染的关键是增强小儿的免疫力。以下是一些实用的预防

措施:

1.合理饮食:保证小儿的营养摄入,尤其是蛋白质的摄入,有助于提高免疫力。

2.锻炼身体:鼓励小儿多进行户外活动,增强体质。

3.避免接触感染源:避免带小儿去拥挤的环境,如公共场所等,以减少感染的风险。

4.接种疫苗:根据当地卫生部门的要求,为小儿接种相关疫苗,如流感疫苗等。除了上述措施外,家长在日常生活中也要注意保持小儿的个人卫生,如勤洗手、勤换衣物等。

四、治疗

一旦小儿确诊为急性上呼吸道感染,家长应积极配合医生的治疗方案。一般来说,医生会根据病情给予相应的药物治疗,如抗

病毒药物、退烧药物等。同时,医生还会根据小儿的个体情况,制定相应的护理方案,如多喝水、注意休息等。

在治疗过程中,家长要密切关注小儿的病情变化,如有异常情况应及时就医。此外,家长要保持良好的心态,积极面对小儿的疾病,给予他们足够的关爱和支持。

总之,小儿急性上呼吸道感染是一场与病毒的“暗战”,需要我们家长和小儿共同努力来应对。通过了解病因、掌握症状、采取预防措施以及积极配合治疗,我们可以有效地预防和治疗小儿急性上呼吸道感染。让我们一起为小儿的健康保驾护航!

(作者单位:围场满族蒙古族自治县医院)

浅谈失眠的应对方法与策略

□ 潘乾坤

失眠,这个困扰着无数人的问题,常常让人感到疲惫、烦躁和不安。然而,通过了解失眠的原因和采取科学的方法与策略,我们能够打破这个恶性循环。本文将向大家介绍如何通过科学的步骤和方法来打破失眠的困扰。

一、了解失眠的原因

失眠的原因多种多样,包括心理压力、生活习惯、环境因素、健康状况等。首先,我们需要了解自己的失眠原因,以便有针对性地采取措施。例如,如果是因为工作压力大,可以尝试调整工作节奏、加强休息,以缓解压力。如果是因为环境不适,如噪音、光线干扰等,

可以通过调整环境来改善睡眠。

二、调整生活习惯

生活习惯对于睡眠质量的影响很大。睡前尽量避免喝咖啡、茶等含有咖啡因的饮料,以及酒精等刺激性物质。保持良好的作息习惯,尽量不要熬夜。适当进行运动,有助于改善睡眠。同时,睡前避免刺激性活动,如剧烈运动、看恐怖电影等,以免影响睡眠。

三、放松身心

放松身心是打破失眠恶性循环的重要步骤。可以通过深呼吸、冥想、渐进性肌肉松弛等方法来放松身体和心理。此外,良好的睡眠环境也很重要,如安静、舒适的床铺、遮光窗

帘等,有助于放松身心,促进睡眠。

四、寻求专业帮助

如果失眠问题持续存在或加重,建议寻求专业医生的帮助。医生可以通过专业的诊断和评估,了解失眠的具体原因,并提供相应的治疗方案。同时,一些非药物治疗方法,如认知行为疗法、睡眠刺激控制疗法等,也可以帮助改善睡眠问题。

五、建立积极的应对策略

面对失眠问题时,我们需要建立积极的应对策略。首先,要保持乐观的心态,相信自己能够克服失眠问题。其次,要学会调整自己的心态,不要把失眠问题看得过于严重,以免

产生焦虑和压力。此外,要学会放松自己,不要把注意力完全放在失眠问题上,而是要关注自己的身体和心理健康。最后,要学会寻求帮助和支持,与家人和朋友分享自己的困扰和感受,获得他们的支持和鼓励。

打破失眠的恶性循环需要科学的方法和策略。首先需要了解失眠的原因,然后调整生活习惯和放松身心。如果问题持续存在或加重,建议寻求专业医生的帮助。最后,要建立积极的应对策略,保持乐观的心态,并学会寻求帮助和支持。通过这些方法与策略,我们能够打破失眠的困扰,恢复健康的睡眠状态。

(作者单位:河北省秦皇岛市九龙山医院)