

念珠菌阴道炎的防治攻略

□ 郭亚杰

念珠菌阴道炎是一种常见的妇科疾病，由念珠菌感染引起。念珠菌是一种真菌，通常存在于阴道内，但正常情况下处于平衡状态。当免疫力下降或阴道环境发生变化时，念珠菌会繁殖过多，导致阴道炎。念珠菌阴道炎的症状包括阴道灼热感、瘙痒、疼痛和分泌物异常。如果不及时治疗，可能会导致症状持续、复发或加重。本文将介绍念珠菌阴道炎的防治攻略，帮助女性更好地预防和治理此疾病。

一、预防攻略

1. 保持健康的生活方式：均衡饮食、适度运动、戒烟限酒可以提高免疫力，有助于预防念珠菌阴道炎。
2. 保持外阴清洁：定期用温水清洗外阴，避免使用刺激性的洗液或肥皂。

3. 避免过度清洗阴道：过度清洗会破坏阴道正常菌群，增加念珠菌繁殖机会。
4. 避免滥用抗生素：抗生素会破坏阴道正常菌群，导致念珠菌过度繁殖。
5. 避免与他人共用浴巾、浴盆等物品，减少交叉感染的风险。
6. 定期进行妇科检查：及时发现并治疗潜在的疾病，如糖尿病等。
7. 正确使用避孕套：可以减少性传播疾病的感染风险，包括念珠菌阴道炎。

二、治疗攻略

1. 药物治疗：医生会根据病情选择合适的抗真菌药物，如氟康唑、氟胞嘧啶等。治疗期间应遵医嘱按时用药，不要自行停药或更改剂量。

2. 保持良好的心态：心理压力过大可能会影响治疗效果，因此保持良好的心态非常重要。

3. 注意饮食：饮食清淡，避免辛辣刺激性食物，有助于缓解症状。

4. 保持外阴干燥：穿宽松棉质内裤，并保持外阴干燥，避免潮湿环境有利于念珠菌繁殖。

5. 性伴侣的治疗：念珠菌阴道炎可以通过性传播。一般女性患者念珠菌性阴道炎，其性伴侣不需要常规治疗，如男性伴侣存在念珠菌感染的龟头炎症状则需要抗真菌治疗。在治疗期间应避免性生活，以免反复感染。

6. 避免过度清洗：在治疗期间，避免过度清洗阴道，以免破坏阴道正常菌群，影响治疗效果。

效果。

7. 定期复查：治疗结束后，应遵医嘱按时回诊进行复查，了解治疗效果和是否复发。

总之，念珠菌阴道炎是一种常见的妇科疾病，通过正确的预防和治理攻略，可以有效地控制病情。在预防方面，保持良好的生活方式、外阴清洁、避免滥用抗生素等是关键；在治疗方面，药物治疗是主要手段，同时保持良好的心态、注意饮食、保持外阴干燥、避免过度清洗、性伴侣同时治疗也是重要措施。在治疗期间，应遵医嘱按时用药、避免性生活、定期复查，以确保治疗效果和预防复发。最后，提醒广大女性朋友要重视妇科健康，定期进行妇科检查，及早发现并治疗妇科疾病。

(作者单位：河北省任丘市麻家坞镇卫生院)

神经阻滞麻醉的原理与方法

□ 王冰冰

神经阻滞麻醉是一种常用的麻醉方式，用于各种手术、疼痛治疗等。它通过将局部麻醉药注射到神经干、神经丛或神经根周围，阻断该神经所支配区域的痛觉传导，从而达到麻醉和镇痛的目的。神经阻滞麻醉具有起效快、镇痛效果好、副作用少等优点，已成为临床麻醉中不可或缺的一部分。

一、神经阻滞麻醉的原理

神经阻滞麻醉的原理是通过局部注射麻醉药，使神经末梢受到麻醉药物的阻断，从而阻断神经所支配区域的痛觉传导。当神经末梢受到麻醉药物抑制后，神经所支配区域的病人会感到无痛。这种麻醉方式适用于各种手术和疼痛治疗，尤其适用于对全身麻醉药

物过敏、不能耐受手术或疼痛的患者。

二、神经阻滞麻醉的适应症和禁忌症

神经阻滞麻醉的适应症包括但不限于：各种手术、疼痛治疗等，如骨科手术、神经外科手术、妇产科手术等。禁忌症包括但不限于：局部感染、局部炎症、严重凝血功能障碍等。在实施神经阻滞麻醉前，医生会进行详细的检查和评估，确保病人符合手术条件，并排除禁忌症。

三、神经阻滞麻醉的方法和技巧

神经阻滞麻醉的方法包括局部浸润、皮下浸润、神经周围注射等。医生会根据手术部位和病人情况选择合适的方法。在注射麻醉药时，医生需要严格遵守无菌原则，避免感染

的发生。同时，医生需要控制注射速度和注射量，避免对局部组织造成损伤。此外，医生还需要根据病人的反应和情况及时调整麻醉药物的剂量和注射方式。

四、神经阻滞麻醉的风险和并发症

虽然神经阻滞麻醉是一种相对安全的麻醉方式，但仍存在一定的风险和并发症。常见的并发症包括局部血肿、感染、过敏反应等。为了减少并发症的发生，医生需要严格遵守无菌原则，控制注射速度和注射量，并对病人进行密切观察和监测。如果发生并发症，医生需要及时处理，确保病人的安全和恢复。

五、注意事项和常见问题

实施神经阻滞麻醉前，病人需要充分了

解手术的相关知识和风险，并签署知情同意书。同时，病人需要保持良好的心态，积极配合医生的治疗和护理。在手术后，病人需要遵循医生的建议，按时服用药物和进行康复训练。

总之，神经阻滞麻醉是一种常用的麻醉方式，适用于各种手术、疼痛治疗等。它通过将局部麻醉药注射到神经干、神经丛或神经根周围，阻断该神经所支配区域的痛觉传导，从而达到麻醉和镇痛的目的。虽然存在一定的风险和并发症，但只要医生严格遵守操作规范，病人积极配合治疗和护理，就能有效降低风险和并发症的发生率。

(作者单位：中国人民解放军联勤保障部队第九八八医院焦作院区)

儿童麻醉的安全性与注意事项

□ 刘楠楠

随着人们对健康和安全的关注度不断提高，儿童麻醉也成为了越来越多家长关心的话题。儿童麻醉是指为手术或治疗需要，使用药物或手术方法使儿童在无意识状态下接受治疗。本文将为您介绍儿童麻醉的相关知识，包括麻醉的必要性、安全性、注意事项等，帮助您更好地了解这一领域。

一、儿童麻醉的必要性

在某些情况下，儿童需要接受手术治疗，如先天性心脏病、唇腭裂等。由于儿童的身体发育尚未完全成熟，手术的风险相对较高，因此麻醉是必要的。麻醉可以帮助儿童放松身体，减少疼痛和恐惧感，降低手术风险，使手术更加顺利地进行。

二、儿童麻醉的安全性

儿童麻醉是一项高度专业化的医疗技术，需要由经过专门培训的麻醉医师进行操作。麻醉药物的选择和使用必须符合国家相关法律法规和标准操作规程。同时，麻醉前需要进行全面的评估，包括身体状况、病史、过敏反应等，以确保麻醉的安全性。在手术过程中，麻醉医师会密切监测儿童的血压、心率、呼吸等生命体征，确保其处于稳定状态。术后，麻醉医师还会与家长沟通，提供必要的护理建议。

三、儿童麻醉的注意事项

1. 选择合适的医院和麻醉医师：选择具有丰富儿童麻醉经验的医院和麻醉医师是非常重要的。家长应该认真了解医院的资质和

麻醉医师的经验，确保得到专业和安全的医疗服务。

2. 术前准备：在手术前，医生会对儿童进行身体检查，评估身体状况和手术风险。家长需要配合医生做好术前准备，如告知医生儿童的病史、过敏史等。

3. 术后护理：手术后，麻醉医师会与家长沟通，提供必要的术后护理建议。家长需要密切关注儿童的术后反应，如疼痛、呕吐、呼吸困难等，并及时向医生咨询。

4. 避免过度焦虑：许多家长对儿童麻醉存在一定的焦虑情绪。事实上，经过专业培训的麻醉医师能够确保儿童得到安全和有效的麻醉处理。家长应该相信医生的专业能力，并

与医生保持密切沟通。

5. 术前禁饮、禁食：如0-12个月禁饮时间是2个小时，禁食时间是4个小时；12-36个月禁饮时间是3个小时，禁食时间是6个小时；36个月以上到12岁禁饮时间是3个小时，禁食时间是8个小时。这有助于减少术后不良反应的发生率。

总之，儿童麻醉是一项高度专业化的医疗技术，具有必要性和安全性。为了确保儿童得到安全和有效的医疗服务，家长需要了解相关知识，选择合适的医院和医生，做好术前准备和术后护理。同时，保持冷静和信任是非常重要的，相信经过专业培训的医生能够为儿童提供最佳的医疗服务。

(作者单位：河南省焦作市第二人民医院)

神经内科患者的康复护理方法

□ 孔艳娟

神经内科患者的康复护理是一项重要的医疗任务，它涉及到对患者的身体和精神健康的全面关注。康复护理的目标是帮助患者恢复身体功能，提高生活质量，减少并发症，并帮助他们更好地适应日常生活。以下是对神经内科患者的康复护理的科普知识。

一、健康生活方式

1. 保持健康的饮食习惯：提供均衡的营养，包括富含蛋白质、维生素和矿物质的食物，以及足够的水分摄入。限制高盐、高糖和高脂肪的食物，以降低血压和血脂。

2. 定期运动：鼓励患者进行适量的有氧运动，如散步、慢跑、游泳等，以增强心肺功能，提高免疫力。对于长期卧床的患者，应定期帮助他们进行肢体活动，以预防肌肉萎缩

和关节僵硬。

3. 充足的睡眠：睡眠不足和睡眠质量下降可能会影响患者的精神状态和康复进程。确保患者有足够的睡眠时间和良好的睡眠环境。

二、疼痛管理

1. 了解疼痛的原因：了解患者疼痛的原因，包括神经损伤、肌肉紧张等，并提供相应的治疗措施，如使用非处方药或处方药进行疼痛管理。
2. 提供放松技巧：提供放松技巧，如深呼吸、渐进性肌肉松弛等，以缓解疼痛和压力。

三、日常生活活动指导

1. 自我照顾：鼓励患者尽可能地自我照顾，如进食、洗澡、穿衣等。这有助于恢复身体功能和提高生活质量。

2. 定期锻炼：鼓励患者在身体允许的情

况下进行适当的锻炼，如太极拳、瑜伽等，以增强身体机能和改善精神状态。

四、预防并发症

1. 皮肤护理：保持皮肤干燥和清洁，避免长时间卧床导致压疮。对于长期卧床的患者，定期帮助他们翻身和活动肢体。

2. 感染预防：定期监测患者的大便和尿液，以预防肠道和泌尿道感染。提供清洁的饮水和食物，避免病从口入。

3. 睡眠障碍：一些神经内科患者可能会经历睡眠障碍，如失眠、夜间疼痛等。提供舒适的睡眠环境和情绪支持，以帮助患者度过困难时刻。

五、康复训练

1. 物理治疗：根据患者的具体情况，提供

适当的物理治疗和康复训练，如关节活动度训练、肌肉力量训练等。

2. 作业疗法：针对日常生活活动进行训练，如使用工具、完成简单任务等。这有助于恢复身体功能和提高生活质量。

3. 认知训练：对于有认知障碍的患者，提供适当的认知训练，如记忆游戏、阅读等，以提高他们的认知能力。

总之，神经内科患者的康复护理需要全面、细致的关注和努力。通过健康的生活方式、疼痛管理、日常生活活动指导、预防并发症、康复训练等措施，我们可以为患者提供最佳的护理环境，帮助他们更好地应对疾病带来的挑战，提高生活质量。

(作者单位：河北省廊坊市第四人民医院)