

肝炎患者的心理调适方法

□ 张红平

肝炎是一种常见的疾病，它可以影响肝脏的功能，导致一系列健康问题。对于肝炎患者来说，除了接受必要的医疗治疗外，积极的心态和正确的心理调适也是战胜病魔的关键。本文将介绍肝炎患者的心理调适方法，帮助患者积极面对疾病，战胜病魔。

一、了解肝炎

首先，肝炎是一种由多种原因引起的疾病，包括病毒感染、药物副作用、酒精损伤等。肝炎的症状包括食欲减退、恶心、呕吐、黄疸、乏力等。如果不及治疗，肝炎可能会导致肝硬化、肝衰竭甚至肝癌。因此，肝炎患者需要积极配合医生的治疗，同时保持良好的心态。

二、积极心态的重要性

积极的心态对健康的影响是巨大的。研究表明，积极的心态可以增强免疫系统功能，提高身体对疾病的抵抗力。对于肝炎患者来说，保持积极的心态可以增强身体的康复能力，有助于战胜病魔。

三、心理调适方法

- 接受现实：首先，患者需要接受自己患有肝炎的事实。不要逃避或否认病情，而是积极配合医生的治疗方案。
- 建立良好的医患关系：患者需要与医生建立良好的关系，听取医生的建议和治疗方案。同时，与家人和朋友保持良好的沟通，寻求他们的支持和关爱。

- 情绪调节：学会调节情绪，保持情绪稳定。可以通过放松训练、深呼吸、冥想等方式来缓解紧张和焦虑。

- 培养兴趣爱好：患者在治疗期间可以尝试一些自己感兴趣的事情，如阅读、绘画、瑜伽等。这些活动有助于放松身心，增强自信心。

- 正面思考：积极思考有助于增强患者的信心和勇气。可以尝试一些正面的自我激励方法，如写感恩日记、与他人分享自己的感受等。

- 寻求社会支持：患者可以加入肝炎患者支持群体，与其他患者交流经验和感受，分享治疗过程中的心得和体会。这有助于增强患者的信心和勇气，同时也可以得到他人的

支持和关爱。

- 保持健康的生活方式：良好的饮食习惯、充足的睡眠和适量的运动都是保持身心健康的重要因素。患者在治疗期间应该遵循医生的建议，保持健康的生活方式。

总之，对于肝炎患者来说，保持积极的心态和正确的心理调适是战胜病魔的关键。通过了解肝炎、接受现实、建立良好的医患关系、情绪调节、培养兴趣爱好、正面思考、寻求社会支持以及保持健康的生活方式，患者可以更好地应对疾病，增强身体的康复能力。希望每一位肝炎患者都能够勇敢面对病魔，早日恢复健康。

(作者单位:盐山县寿甫中医医院)

胆结石手术中的配合与护理措施

□ 王四昌

在医学领域中，胆结石是一种常见的疾病，给患者带来了不少困扰。而对于需要进行胆结石手术的患者来说，手术的成功与否往往离不开患者的配合和护理。那么，在胆结石手术中，究竟需要怎样的配合和护理呢？以下将为您详细介绍胆结石手术中的配合与护理要点。

一、术前准备

- 术前评估：医生会对患者进行全面的术前评估，包括身体状况、麻醉风险、手术适应症等。
- 饮食调整：手术前应遵循医嘱，适当调整饮食，避免摄入高脂肪、高胆固醇的食物。
- 心理护理：患者和家属可能会对手术产生恐惧和焦虑，医护人员应给予心理疏导

和支持，帮助患者树立信心。

二、术中配合

- 患者体位：手术过程中，医护人员需根据医生的要求，协助患者摆好体位，确保手术视野清晰。
- 器械准备：根据手术需要，准备好各种手术器械，确保术中使用的器械齐全、性能良好。
- 观察病情：医护人员需密切观察患者的生命体征，尤其是血压、心率、呼吸等指标，如有异常及时告知医生。

三、术后护理

- 观察生命体征：术后应密切观察患者的生命体征，尤其是血压、心率、呼吸、体温等指标，如有异常及时告知医生。
- 引流管护理：保持引流管的通畅，避免

受压、扭曲、脱落。注意观察引流液的颜色和性质，如有异常及时报告医生。

- 饮食与饮水：根据医生指示，合理安排患者的饮食和饮水。初期应以清淡、易消化的食物为主，逐渐过渡到正常饮食。

- 康复锻炼：根据医生建议，鼓励患者进行适当的康复锻炼，以促进身体恢复。

- 心理护理：术后患者和家属可能会因疼痛、不适等因素产生焦虑和恐惧，医护人员应给予心理疏导和支持，帮助患者树立信心。

- 预防感染：遵医嘱按时服用抗生素或消炎药，以预防感染。

- 定期复查：根据医生建议，定期到医院进行复查，以便及时了解病情变化。

四、术后并发症的预防与处理

- 出血：密切观察患者的引流液和生命

体征，如有异常及时处理。

- 胆漏：注意观察伤口和引流情况，如有异常及时报告医生处理。

- 感染：遵医嘱按时服用抗生素或消炎药，如有发热、疼痛等感染症状，及时报告医生处理。

- 胆汁淤积：遵医嘱服用利胆药物，定期复查肝功能。

总之，胆结石手术中的配合与护理对于患者的康复至关重要。医护人员应密切关注患者的生命体征和病情变化，给予心理支持和康复指导，确保患者顺利度过手术期。同时，患者和家属也应积极配合医护人员的工作，共同促进患者的康复。

(作者单位:盐山县寿甫中医医院)

普通内科的作用及诊疗方法

□ 高超

普通内科是医院中一个重要的科室，主要负责诊疗各种普通内科疾病，如感冒、咳嗽、高血压、糖尿病等。作为患者，与普通内科医生建立良好的沟通关系，了解他们的诊疗方法和注意事项，对于维护自己的健康非常重要。本文将向大家介绍普通内科的秘密，帮助大家更好地了解这个科室的作用和意义。

一、普通内科医生的职责

普通内科医生是综合性医生之一，他们不仅需要掌握各种疾病的诊疗知识，还需要具备丰富的临床经验。普通内科医生的主要职责包括：

- 诊断和治疗各种普通内科疾病，如感冒、咳嗽、高血压、糖尿病等。

- 与患者建立良好的沟通关系，了解患者的病史、家族史、生活习惯等，以便更好地制定诊疗方案。

- 指导患者进行自我管理，包括饮食、运动、药物使用等方面的建议。

二、普通内科的作用和意义

普通内科在维护患者健康方面具有重要的作用和意义。首先，普通内科涵盖了各种常见疾病的诊疗，能够为患者提供全面的医疗服务。其次，普通内科医生注重与患者的沟通交流，能够更好地了解患者的具体情况，制定个性化的诊疗方案。此外，普通内科医生还注重患者的自我管理，通过提供相关的知识和建议，帮助患者更好地维护自己的健康。

三、了解诊疗方法

了解普通内科的诊疗方法对于患者来说非常重要。一般来说，普通内科医生会根据患者的具体情况制定相应的诊疗方案。例如，对于感冒、咳嗽等常见疾病，普通内科医生可能会开具一些药物或建议患者自行购买一些非处方药进行治疗。而对于高血压、糖尿病等慢性疾病，普通内科医生会根据患者的具体情况制定相应的治疗方案，包括药物治疗、饮食控制、运动等方面。患者需要与普通内科医生保持密切的沟通，定期进行检查和复诊，以便及时调整治疗方案。

四、注意事项

了解普通内科诊疗过程中的注意事项对

于维护自己的健康非常重要。首先，患者需要按时就诊，按照医生的建议进行治疗和自我管理。其次，患者需要如实向医生提供自己的病史和家族史等信息，以便医生更好地制定诊疗方案。此外，患者还需要注意医生的建议，如饮食控制、运动等方面的注意事项。最后，患者需要与普通内科医生建立良好的信任关系，积极配合医生的治疗方案，共同维护自己的健康。

总之，了解普通内科的秘密对于维护自己的健康非常重要。通过了解普通内科医生的职责、作用和意义，以及诊疗方法和注意事项，患者可以更好地与普通内科医生合作，共同维护自己的健康。

(作者单位:怀安县医院)

探讨危重症患者营养支持的种类和方法

□ 曹淑萍

营养支持在危重症患者的治疗中具有重要意义。它不仅可以改善患者的营养状况，增强免疫功能，降低并发症的发生，还可以促进患者的康复。本文将从理论和实践两个层面，探讨危重症患者的营养支持问题。

一、营养支持的重要性

营养支持是指通过胃肠道或肠外途径给予患者所需的营养物质，以支持其生命体征和身体机能的恢复。对于危重症患者来说，由于疾病的影响，他们的胃肠道功能可能受损，食欲下降，进食量减少，导致身体所需的营养物质得不到足够的供应。这种情况下，营养支持就显得尤为重要。

首先，营养支持可以提供患者身体所需

的能量和蛋白质，有助于维持正常的生理功能，增强免疫系统，降低感染的风险。其次，合理的营养支持可以促进肠道功能的恢复，缩短住院时间，降低医疗费用。最后，良好的营养状态有助于提高患者的生活质量，使他们在康复过程中更有信心和活力。

二、营养支持的种类和方法

- 肠内营养：通过胃管、鼻饲等方式将营养物质输送到患者的胃肠道。适用于胃肠道功能正常，食欲良好，能够接受肠内营养的患者。

- 肠外营养：通过静脉输入营养物质的方式，如脂肪乳、氨基酸、葡萄糖等。适用于胃肠道功能受损或无法进食的患者。

- 早期目标导向性肠内营养：是一种新型的肠内营养方式，强调在早期就提供足够的营养物质，以促进患者的康复。

在实施营养支持时，应遵循个体化原则，根据患者的病情、胃肠道功能、饮食习惯等因素，制定合理的营养方案。同时，应密切关注患者的身体反应，定期调整营养物质的种类和剂量。

三、实践中的问题和解决方案

- 并发症：营养支持过程中可能发生一些并发症，如静脉炎、腹泻、导管感染等。应对这些并发症采取相应的预防和治理措施，如保持静脉导管清洁、使用适当的抗生素、调整饮食等。

- 导管脱落或堵塞：导管脱落或堵塞会影响营养物质的输送。应定期检查导管情况，及时处理异常情况。如发生堵塞，可用生理盐水或专门的药物溶液进行冲洗。

- 患者依从性：部分患者可能对肠内营养有抵触情绪，应与患者保持良好的沟通，解释营养支持的重要性，提高患者的依从性。

危重症患者的营养支持是一个重要且复杂的过程，需要医护人员的专业知识和技能。实施合理的营养支持，不仅可以改善患者的身体状况，提高其生活质量，还能降低并发症的发生率，促进患者的康复。在实践中，应关注细节，预防和处理各种并发症和异常情况。

(作者单位:唐山市工人医院)