

胃肠镜检查的过程及注意事项

□ 杨洁

胃肠镜检查是诊断胃肠疾病的重要手段之一,通过胃镜和肠镜可以对胃肠黏膜进行检查,发现病变并进行活检,有助于早期发现和诊断多种胃肠疾病。胃镜检查可以观察食管、胃及十二指肠黏膜的形态,肠镜检查可以观察结肠黏膜的形态。此外,胃肠镜检查还可以进行内镜下治疗,如息肉切除、止血等。

一、胃肠镜检查前的准备

在进行胃肠镜检查前,需要进行一系列准备工作,包括饮食、药物、心理等方面。

1.饮食:检查前三天,应注意清淡饮食,避免过于油腻的食物。检查前一天应禁食易产气的食物,如豆类、碳酸饮料等,以免影响插管操作。

2.药物:某些药物可能会影响胃肠镜检查的结果,因此需在医生指导下停用相关药物。如抗生素、非甾体类抗炎药、抗肿瘤药等。

3.心理:胃肠镜检查是一项侵入性的操作,可能会产生不适感。患者应了解操作过程,放松心情,积极面对检查。

二、胃肠镜检查的过程

胃肠镜检查分为检查前准备、插管操作和活检三个步骤。

1.检查前准备:医生会向患者说明情况,介绍胃镜和肠镜的特点及注意事项。患者需配合完成各项准备工作,如禁食、服药等。

2.插管操作:医生会使用胃镜或肠镜,将

仪器插入患者的食管或结肠内,观察黏膜形态,并进行活检。此时,患者应保持放松,避免过度紧张。

3.活检:在胃肠镜检查过程中,医生会根据病情需要,对可疑病变部位进行活检。患者应配合医生操作,保持呼吸和放松。

三、胃肠镜检查后的注意事项

胃肠镜检查后,患者应注意休息、观察身体反应等情况,并遵循医生的建议进行饮食调整。

1.休息:检查后患者应卧床休息,避免剧烈运动。

2.身体反应:部分患者可能会出现短暂的腹痛、腹胀等不适感,属于正常现象。如症

状严重或持续时间较长,应及时就医。

3.饮食:根据医生建议,确定饮食种类和时间,以清淡易消化食物为主,避免刺激性食物。

4.复查:根据病情需要,定期进行胃肠镜检查,以便及时发现和诊断病情变化。

总之,胃肠镜检查是诊断胃肠疾病的重要手段之一,通过胃镜和肠镜可以对胃肠黏膜进行检查,发现病变并进行活检。在进行胃肠镜检查前,需要进行一系列准备工作,如饮食、药物等。在检查过程中,患者应保持放松,配合医生操作。检查后,患者应注意休息、观察身体反应和饮食等方面。定期进行胃肠镜检查,以便及时发现和诊断病情变化。

(作者单位:河北省涿鹿县医院)

剖腹产难产的孕妇护理方法

□ 董玉洁

剖腹产难产,顾名思义,就是指孕妇在生产过程中,由于各种原因无法通过自然分娩的方式将胎儿娩出,而不得不通过剖腹手术来取出胎儿。对于这类孕妇,护理工作显得尤为重要。

一、心理护理

剖腹产难产孕妇在生产过程中承受着巨大的心理压力,因此心理护理至关重要。首先,家属应给予孕妇充分的关心和照顾,及时给予安慰和鼓励,帮助孕妇放松心情。其次,孕妇自身也应学会调整心态,积极配合医生的治疗和护理。

二、术前准备

1.身体检查:孕妇在手术前应进行全面的身体检查,包括血压、血糖、心电图等,以确

保孕妇的身体状况适合进行剖腹产手术。

2.做好术前准备:孕妇应在手术前做好皮肤清洁工作,穿着舒适、透气的内衣和手术服。同时,应排空膀胱,避免术中误伤。

3.饮食调整:孕妇在手术前应避免过度饮食和饮水,以免术中呕吐和窒息。

三、术中护理

1.配合医生:孕妇在手术过程中应密切配合医生,确保手术顺利进行。

2.观察孕妇情况:护士应密切观察孕妇的生命体征、面色、尿量等指标,及时报告医生处理。

3.确保新生儿安全:新生儿出生后,护士应立即将其清理干净,确保呼吸道通畅,并及时进行保暖和护理。

四、术后护理

1.观察伤口情况:孕妇术后应密切观察伤口情况,如出现红肿、渗血等异常情况应及时报告医生处理。

2.合理饮食:孕妇术后应遵循医生的建议,合理安排饮食,保证营养均衡,促进身体恢复。

3.适当运动:术后孕妇可根据医生建议适当进行运动,如散步、瑜伽等,以促进身体恢复和预防术后粘连。

4.保持卫生:孕妇术后应保持个人卫生,勤换衣物和床单,避免感染。

5.母乳喂养:对于需要母乳喂养的孕妇,术后应尽早开奶,并注意哺乳姿势和技巧。

五、出院指导

1.定期回访:医院应定期对剖腹产难产孕妇进行回访,了解其身体恢复情况和家庭状况,给予必要的指导和帮助。

2.避孕指导:孕妇在术后应了解避孕知识,选择适合自己的避孕方法,避免再次意外怀孕。

3.健康生活:孕妇应保持好的生活习惯,如充足的睡眠、适量的运动、均衡的饮食等,以促进身体康复和预防并发症。

总之,剖腹产难产孕妇的护理工作需要从心理、术前、术中、术后等多个方面入手,包括心理护理、身体检查、饮食调整、适当运动、保持卫生等。只有全面细致的护理才能确保孕妇和胎儿的安全,帮助她们顺利度过这一特殊时期。

(作者单位:河北省唐山市妇幼保健院)

宫外孕的症状及护理方法

□ 孙国丽

宫外孕是指受精卵在子宫以外的部位着床,最常见的是在输卵管。其他可能的部位包括卵巢、腹腔、子宫颈等。宫外孕是一种妇科急症,如果不及时处理,可能导致腹腔内出血、休克甚至死亡。

一、宫外孕的症状和体征

1.停经后腹痛和出血:这是最常见的症状和体征,需要与早期怀孕和宫外孕破裂相鉴别。

2.腹部包块:宫外孕破裂后,血液在子宫外聚集,形成血块。在进行妇科检查时,可以看到腹部有压痛和反跳痛,甚至腹部边界的肿块。

二、如何护理宫外孕患者?

1.情绪支持:宫外孕患者可能因为疼

痛、恐惧等原因产生焦虑和紧张。家属应给予患者情绪支持和安慰,帮助患者放松心情。

2.休息与活动:宫外孕患者需要卧床休息,以减少出血。但不要绝对卧床,可以适当地下床走动,但要避免剧烈运动。

3.饮食护理:宫外孕患者应吃高营养、易消化的食物,避免辛辣刺激的食物。同时,要保持排便通畅,避免用力排便导致腹压增高,引起破裂。

4.观察病情:定期观察患者的生命体征、阴道流血和腹痛情况。如出现血压下降、面色苍白、脉搏细速等内出血症状,应立即通知医生并配合抢救。

5.保持外阴清洁:定期帮助患者清洗外

阴部,保持外阴清洁,避免感染。

三、宫外孕的预防

1.及时治疗妇科疾病:如输卵管炎症、输卵管积水等,可以减少宫外孕的发生率。

2.避免频繁流产:流产可能导致输卵管受损,增加宫外孕的风险。

3.正确使用宫内节育器:如果已经放置了宫内节育器,应定期进行检查,避免发生感染等并发症,从而降低宫外孕的发生率。

宫外孕是一种严重的妇科疾病,需要及时诊断和治疗。在护理过程中,我们需要关注患者的情绪和身体状况,提供全面的支持和护理。通过预防和早期治疗妇科疾病,以及正确的避孕措施,我们可以降低宫外孕的发病率。

生率。

四、其他注意事项

1.健康教育:向广大群众宣传宫外孕的预防知识,如正确避孕、避免频繁流产等。

2.定期检查:女性应定期进行妇科检查,及早发现并治疗妇科疾病。

3.紧急救援:在可能发生宫外孕的场所,应提供紧急救援措施,以应对紧急情况。

总之,宫外孕的护理是一个综合性的过程,需要我们关注患者的身心状况,提供全面的支持和护理。通过健康教育、预防措施和紧急救援措施,我们可以为生命的秘密花园保驾护航。如有疑问或需要进一步了解,请咨询专业医生。

(作者单位:河北省涿鹿县中医院)

哮喘患者的中医调养方法

□ 王萌萌

哮喘,中医称之为哮病,是一种常见的呼吸道疾病。哮喘患者常表现为阵发性咳嗽、喘息、胸闷等,严重影响生活质量。中医认为,哮喘的发生与体质、环境、情绪等因素有关,因此调养之道需结合个体情况,从改善生活习惯、调理饮食、中医养生等方面入手。

一、改善生活习惯

1.避免过度劳累:长期过度劳累,易导致身体抵抗力下降,诱发哮喘。因此,保持良好的作息时间,保证充足的睡眠,有助于提高身体抵抗力。

2.适量运动:适当运动可增强体质,提高抵抗力。但需注意运动强度和运动时间,避免剧烈运动引发哮喘发作。

3.保持心情舒畅:情绪波动易影响身体机能,保持心情舒畅有助于预防哮喘发作。

二、调理饮食

1.饮食宜清淡:过于油腻的食物易引发痰热内蕴,加重病情。因此,应选择清淡易消化的食物。

2.多喝水:水为人体必需的营养物质,可保持呼吸道通畅。哮喘患者应多喝水,避免水分不足导致痰液黏稠。

3.避免过敏食物:哮喘患者应留意自己的过敏源,避免食用易引起过敏的食物。

三、中医养生法

1.穴位按摩:常用穴位包括天突、膻中、合谷等,可促进气血流通,改善哮喘

症状。

2.艾灸:艾灸可温通经络,驱散寒邪,对哮喘有一定的缓解作用。但需注意艾灸时避开风口,避免烫伤。

3.呼吸锻炼:中医养生呼吸自在是预防和调理哮喘的重要方法。通过深呼吸、腹式呼吸等方法,可改善肺功能,增强身体抵抗力。

四、其他调养方法

1.中药调理:根据个体情况,选用合适的中药进行调理,如益气养阴、化痰止咳等,有助于改善哮喘症状。

2.针灸治疗:针灸可调节人体气血运行,改善哮喘症状。根据个体情况,选择合适的穴位进行针灸治疗。

3.冬病夏治:对于体质偏寒的哮喘患者,可在夏季三伏天进行穴位贴敷等中医治疗,以增强体质,预防哮喘发作。

总之,哮喘调养之道需结合个体情况,从改善生活习惯、调理饮食、中医养生等方面入手。同时,可根据个体情况选用中药调理、针灸治疗、呼吸锻炼等方法进行调养。在日常生活中,注意避免过度劳累、保持心情舒畅,合理饮食,有助于预防哮喘发作,提高生活质量。

最后,强调哮喘患者应在医生指导下进行治疗和调养,切勿自行服药或使用偏方,以免加重病情。如有疑问,请及时就医咨询专业医生意见。在日常生活中,我们可以通过以上方法来养生呼吸自在,提高身体的健康水平。

(作者单位:河北省涿鹿县中医院)