

# 造口患者的日常护理需遵循的原则

□ 李玲

造口人的日常护理是非常重要的，多遵循以下原则，以确保不给家里添麻烦：

## 1. 保持造口周围皮肤干燥：

尽量避免造口周围皮肤浸在水中。造口凸出于皮肤表面，可能会出现潮湿和异味的情况。避免频繁淋浴或游泳，保持局部干燥。同时注意清洁腹部，预防感染。

## 2. 保持皮肤干燥和清洁：

根据产品说明，按时更换造口周围皮肤上的敷料，用清水和柔和的洗涤剂清洗造口周围皮肤，避免使用含有刺激性成分的洗涤剂或肥皂，以免刺激皮肤和增加异味。

## 3. 合理饮食：

尽量选择清淡、易消化的食物，避免辛

辣、刺激、油腻的食物，以减少对造口和周围皮肤的刺激。同时，保持大便通畅，避免腹内压升高对造口造成影响。

## 4. 避免过度运动：

造口人在运动时需要特别注意，尽量避免弯腰、长时间坐立等动作，以免对造口造成压迫。运动前建议先咨询医生，以了解运动对造口的影响。

## 5. 及时处理排泄物污染：

一旦发生排泄物污染，应及时清理污染部位，并用清水和软布擦拭干净。注意保持造口周围皮肤的干燥和清洁，以减少感染的风险。

## 6. 使用正确的造口用品：

根据个人情况和医生建议，选择适合的

造口用品，如造口袋、吸收性衬垫、胶布等。正确储存和使用造口用品，以保持其性能和延长使用寿命。

## 7. 寻求专业帮助：

如果遇到自己无法处理的问题，如造口周围皮肤发红、瘙痒、湿疹等，应及时寻求专业医生的帮助。医生可以提供正确的护理建议和治疗方案，以保护皮肤健康。

## 8. 与家人合作：

与家人保持良好的沟通和合作非常重要。家人可以协助购买造口用品、清理造口周围环境、协助更换造口用品等，减轻患者的负担。同时，定期检查和调整造口位置和大小，以适应患者的生理变化和生活方式的变化。

## 9. 注意情绪管理：

造口可能会影响患者的自我形象和社交生活，因此注意情绪管理非常重要。可以通过与家人和朋友交流、参加造口联谊活动、寻求专业心理咨询等方式来缓解情绪压力。

总之，造口人的日常护理需要遵循正确的原则和方法，以保持造口的正常功能和皮肤的健康。通过合理的饮食、正确的姿势、及时的清洁和处理，以及与家人的沟通和合作，家人可以协助购买造口用品、清理造口周围环境、协助更换造口用品等，可以有效地减轻护理负担，保持生活质量和健康状态。同时，寻求专业医生的帮助也是必要的，以确保护理方法的正确性和安全性。

(作者单位:唐山市中医医院)

# 解读电解质检查指标

□ 董彩丽

在医学领域，电解质检查是一项重要的血液测试，用于评估体内关键矿物质的平衡状态。这些矿物质，如钾、钙、钠和氯，在维持人体正常生理功能方面扮演着不可或缺的角色。本文将为您详细解读这四种电解质的检查指标及其重要性。

## 一、钾(K)

钾是维持细胞内外液体平衡和神经肌肉功能的重要电解质。正常的血钾水平通常在3.5至5.5毫摩尔/升(mmol/L)之间。血钾过低(低钾血症)可能导致肌肉无力、心律不齐等问题，而血钾过高(高钾血症)则可能引起心脏骤停等严重后果。因此，监测血钾水平对于预防和治疗相关疾病至关重要。

## 二、钙(Ca)

钙是人体骨骼和牙齿的主要成分，同时也在神经传导、肌肉收缩和血液凝固等生理过程中发挥关键作用。正常的血钙水平通常在2.1至2.7毫摩尔/升之间。血钙过低(低钙血症)可能导致肌肉痉挛、手足抽搐等症状，而血钙过高(高钙血症)则可能引发肾脏结石、心律失常等问题。因此，维持血钙平衡对于人体健康至关重要。

## 三、钠(Na)

钠是维持人体水盐平衡和神经传导的重要电解质。正常的血钠水平通常在135至145毫摩尔/升之间。血钠过低(低钠血症)可能导致水肿、乏力、恶心等症状，而血钠过高

(高钠血症)则可能引起脱水、昏迷等严重后果。因此，监测血钠水平有助于及时发现并治疗相关疾病。

## 四、氯(Cl)

氯是维持人体酸碱平衡和渗透压的重要电解质。正常的血氯水平通常在96至108毫摩尔/升之间。血氯过低(低氯血症)可能与低钠血症相关，导致水肿、乏力等症状；而血氯过高(高氯血症)则可能与高钠血症或其他代谢性疾病相关。通过监测血氯水平，医生可以了解患者的酸碱平衡状态和渗透压情况，从而采取相应的治疗措施。

## 五、电解质平衡的重要性

电解质平衡对于维持人体正常生理功

能至关重要。当电解质水平失衡时，可能会导致一系列严重的健康问题。因此，定期进行电解质检查是非常必要的。通过了解这些电解质的正常范围和失衡时的症状，我们可以更好地关注自己的健康状况，及时发现并治疗相关疾病。

总之，钾、钙、钠和氯是维持人体正常生理功能的重要电解质。通过定期进行电解质检查并关注这些指标的变化情况，我们可以更好地了解自己的健康状况并采取相应的保健措施。同时，在面对电解质失衡时，及时就医并遵循医生的建议进行治疗也是非常

(作者单位:河北省第七人民医院)

# 功能性子宫出血的表现症状

□ 陈晓琳

功能性子宫出血是一种常见的妇科疾病，表现为无器质性病变的异常子宫出血。其主要症状包括：

## 1. 大量出血：

功能性子宫出血可能导致大量出血，患者会感到头晕、乏力等症状，严重者甚至可能出现休克。这种情况可能是由于雌激素水平下降或孕激素水平失调，导致子宫内膜无法正常增殖和脱落。

## 2. 淋漓不尽：

功能性子宫出血也可能表现为出血淋漓不尽，即使在出血期间，也会有少量血液持续流出。这种情况可能是由于内分泌失调、子宫内膜局部异常等原因引起的。

## 3. 经期长短不一：

功能性子宫出血的患者可能会出现长时间出血，出血量多或少，出血时间短或长达数月不等。这种情况可能是由于子宫内膜不规则脱落、黄体功能不全等原因引起的。

## 4. 血量过多或过少：

功能性子宫出血的患者可能会出现血量过多或过少的情况，有时血量可能突然增加或突然停止。

## 5. 其他症状：

功能性子宫出血的患者还可能伴随面色苍白、精神萎靡、易疲劳等症状。长时间的出血会导致患者身体虚弱，容易出现疲劳和贫血等症状。

值得注意的是，功能性子宫出血的症状因个体差异而异，轻重程度也可能因病情发展而异。如果女性出现以上症状，应及时就医，进行相关检查和治疗。

功能性子宫出血的原因可能包括内分泌失调、子宫内膜局部异常、凝血功能障碍等，这些原因导致子宫内膜在月经周期中无法正常剥离，从而引起出血。此外，不良的生活习惯、精神压力、过度减肥等因素也可能诱发功能性子宫出血。

在治疗功能性子宫出血时，医生会根据患者的具体情况制定个体化治疗方案。对于不同原因引起的功能性子宫出血，治疗方法也不同。对于内分泌失调引起的功能性子宫出血，可能会采用孕激素类药物、短效口服避孕药等药物

治疗；对于凝血功能障碍引起的功能性子宫出血，可能会采用补充凝血因子、激素替代治疗等治疗方式。同时，医生还会根据病情需要采取相应的手术措施，如刮宫、止血等。在治疗过程中，患者需要保持良好的生活习惯，注意个人卫生，减轻精神压力，以促进病情的康复。

总之，功能性子宫出血的主要症状包括大量出血、淋漓不尽、经期长短不一等，可能伴随面色苍白、精神萎靡、易疲劳等全身症状。当出现这些症状时，应及时就医，接受相关检查和治疗。同时，要保持良好的生活习惯和充足的休息，避免过度劳累和精神紧张，以预防功能性子宫出血的发生。

(作者单位:邢台市中心医院)

# 胆道 CT 影像诊断胆结石、胆管扩张的方法

□ 李京龙 李文菲 赵月梅

在医学领域，胆道疾病一直是一种常见且影响深远的健康问题。而随着医疗技术的不断进步，胆道 CT 影像诊断在胆结石和胆管扩张方面的应用变得日益广泛。通过胆道 CT 影像，医生可以清晰地观察到胆囊和胆管的情况，帮助准确诊断病变并制定有效治疗方案。

## 一、胆结石的 CT 影像学表现

胆结石是胆道系统常见的疾病之一，通常由钙、磷和碳酸钙等矿物质组成。CT 是一种常见的影像学检查方法，可以清晰地显示结石的位置、大小和数量。在 CT 图像上，胆结石通常表现为密度较高的圆形或椭圆形阴影，可以与周围组织形成明显的对比。

## 二、胆管扩张的 CT 影像学表现

胆管扩张是指胆道系统的管道扩大，可能是由于胆结石、炎症、肿瘤等多种原因引起。CT 可以清晰地显示扩张的胆管，并可以评估其程度和范围。在 CT 图像上，扩张的胆管通常表现为低密度的囊状影，与周围组织相比显得异常扩张。同时，CT 还可以观察到扩张的胆管内是否有结石或液体等其他物质。

## 三、胆道 CT 的诊断优势

### 1. 准确度高：

CT 对结石和胆管扩张的诊断准确性较高，可以准确判断疾病的程度和范围。

### 2. 快速方便：

CT 检查速度快，患者接受 X 线时间短，

舒适度高，适合临床快速诊断。

### 3. 可重复性强：

CT 检查可重复性好，可以在不同时间点进行复查，有助于评估治疗效果和判断疾病进展。

## 四、胆道 CT 检查注意事项

### 1. 饮食影响：

在进行 CT 检查前，需要禁食一段时间，以避免食物对胆囊的影响，导致误诊。但需要注意的是，过度饥饿可能导致低血糖反应，因此可以根据医生的建议适当给予食物补充。

### 2. 扫描部位的影响：

在进行 CT 扫描时，需要保持静止不动，避免移动导致图像质量不佳。同时，需要注意

扫描部位的保护，避免金属物品的干扰。

### 3. 过敏反应：

少数患者可能对 CT 扫描使用的造影剂出现过敏反应，检查前应告知医生自己的过敏史。如果发生过敏反应，医生可以及时采取措施进行处理。

总之，胆道 CT 在诊断胆结石和胆管扩张方面具有较高的分辨率和准确性，能够清晰地显示结石的位置、大小和数量，以及胆管扩张的程度和范围。通过了解胆结石和胆管扩张的 CT 影像学表现以及注意饮食和过敏史等事项，患者可以获得更好的诊断体验。在进行胆道 CT 检查时，应听从医生的指导，确保检查的顺利进行。

(作者单位:秦皇岛市第一医院)