

## 浅谈血液透析患者的情感支持

□ 郭亚辉

透析治疗,也就是用人工的方法替代肾脏功能,在慢性肾功能衰竭患者的治疗中至关重要。透析病人面临的不仅仅是身体的病痛,更是心灵的挣扎。对于这部分人来说,他们的生活质量和康复过程与情感支持密不可分。因此,对于血液透析患者,理解和尊重他们的情绪需求,提供心灵关怀,对于他们度过难关至关重要。

### 一、透析患者的心理状态

血液透析患者常常会感到孤独、无助和恐惧。他们需要面对的是一个长期的、甚至可能是无法治愈的过程,需要不断地去医院接受治疗,这可能会给他们带来身体和心理的双重压力。同时,他们也需要面对社会和家

庭的压力,有时甚至会感到被忽视或误解。

### 二、情感支持的重要性

情感支持是血液透析患者心灵关怀的重要组成部分。它可以帮助患者感到被关心、理解和支持,这对于他们的心理健康和身体康复至关重要。通过与亲朋好友的交流,或者专业的心理咨询,患者可以找到应对压力的方法,增强生活的信心和勇气。

### 三、如何提供情感支持

1.倾听和理解:首先要给予患者足够的空间和时间来讲述他们的感受。倾听他们的困扰,理解他们的情绪,让他们知道你关心他们。  
2.提供信息:向患者解释透析的过程、可能的风险和预期的成果,帮助他们了解自己

的病情,从而更好地应对。

3.给予鼓励:鼓励患者保持积极的心态,告诉他们许多透析患者能够过上正常的生活。让他们知道他们并不孤单,有许多人和他们在一起。

4.提供实际帮助:无论是帮助安排透析治疗,还是提供生活中的日常帮助,都能让患者感到被关心和支持。

5.专业心理咨询:如果条件允许,可以为患者提供专业的心理咨询。专业的心理咨询师可以帮助透析患者处理复杂的情绪问题,如抑郁、焦虑等。

6.家庭和社会的支持:家庭和社会对透析患者的支持非常重要。家庭的支持和理解

对患者来说更是无比重要,他们需要知道自己在家庭中是重要的,是被爱的。

### 四、共同渡过难关

血液透析患者是一个需要我们特别关注的群体。他们不仅需要物质上的帮助,更需要精神上的支持。我们要理解他们面临的困难,尊重他们的感受,给予他们足够的情感支持。

**结语:**血液透析患者的情感支持是他们心灵关怀的重要组成部分。通过倾听、理解、提供信息、鼓励、实际帮助、专业心理咨询以及家庭和社会的支持,我们可以提供给他们必要的情感支持,帮助他们度过难关,让他们知道他们并不孤单。

(作者单位:固安县人民医院)

## 神经系统疾病的常见症状与应对方法

□ 葛亚因

神经系统疾病是一类涉及大脑、脊髓和周围神经的疾病,其症状繁多且复杂。了解这些症状,并知道如何正确应对,对于患者和护理者来说都至关重要。本文将介绍神经系统疾病的一些常见症状,并给出相应的护理建议。

头痛是神经系统疾病最常见的症状之一。头痛的原因可能是大脑或血管的异常,也可能是其他疾病的症状之一。对于头痛的护理,首先要确定头痛的原因,如偏头痛、紧张性头痛或颅内压增高等。针对不同原因,护理者可以帮助患者调整生活习惯,如避免过度劳累、保持良好的作息,或根据医生建议给予适当的药物治疗。

眩晕是另一种常见的神经系统症状,患者会感到自身或周围环境在旋转或摇晃。眩晕的护理需要首先排除可能导致眩晕的原因,如内耳问题、血压异常或脑部疾病。在护理过程中,应确保患者处于安全的环境,避免跌倒或碰撞。同时,可以根据医生的建议给予抗眩晕药物,以缓解症状。

视觉问题也是神经系统疾病的常见症状,如视力模糊、双影或多影等。这些症状可能是视网膜、视神经或大脑视觉处理区域的异常引起的。在护理这类患者时,应注意保护患者的眼睛,避免长时间用眼,定期做眼部检查。同时,根据医生的建议,可能需要进行相应的视觉训练或药物治疗。

运动问题是神经系统疾病的另一类常见症状,如肌肉无力、僵硬或疼痛,甚至出现抽搐或痉挛。这些症状可能是大脑或脊髓的异常引起的。在护理这类患者时,应根据患者的具体情况制定康复计划,进行肌肉锻炼和物理治疗。同时,要关注患者的情绪变化,给予必要的心理支持。

除了上述症状外,神经系统疾病还可能引起感觉问题、认知问题和情绪问题等。对于这些问题,护理者需要耐心倾听患者的感受,给予关爱和支持。同时,根据医生的建议,可能需要进行相应的治疗和康复训练。

在神经系统疾病的护理过程中,护理者还需要注意以下几点:

1.保持与患者的良好沟通,了解患者的需求和困扰,及时给予解答和帮助。  
2.关注患者的饮食和营养摄入,保证充足的营养和水分摄入。  
3.定期协助患者进行身体检查,及时发现和处理潜在的健康问题。  
4.鼓励患者积极参与康复训练和社交活动,提高生活质量和社会融入度。

总之,神经系统疾病的护理需要综合考虑患者的具体情况和需求,制定个性化的护理计划。通过正确的护理和康复训练,可以帮助患者缓解症状、提高生活质量,重拾生活的信心和勇气。

(作者单位:开封市第二中医院)

## 探讨麻醉学的原理与操作技巧

□ 贾双玮

在我们的日常生活中,睡眠对于我们的身心健康至关重要。然而,对于某些手术或治疗过程,我们需要暂时剥夺身体的感知能力,这就是麻醉学的作用。麻醉学是一门守护生命之安然入睡的艺术,它涉及到许多复杂的科学原理和精细的操作技巧。

首先,让我们了解一下麻醉学的历史。麻醉学起源于古希腊时期,当时医生们已经开始使用各种草药和植物提取物来缓解疼痛。然而,真正的麻醉药是在19世纪中叶被发现的。自那时以来,麻醉学已经经历了许多发展和改进,以适应不同的手术和医疗需求。

麻醉学的主要目标是确保患者在手术或

治疗过程中无痛,同时保持他们的生命体征稳定。为了实现这一目标,麻醉医生需要掌握一系列技能和知识,包括药物使用、生命体征监测、手术室内安全操作等。麻醉医生还需要与手术团队、患者和家属进行密切沟通,以确保整个过程顺利进行。

麻醉学涉及的麻醉药物种类繁多,包括局部麻醉药、全身麻醉药、镇静药和镇痛药等。这些药物如何发挥作用,以及如何根据患者的个体差异进行调整,都是麻醉医生需要深入了解的领域。在选择和使用麻醉药物时,麻醉医生必须遵循严格的安全和有效性标准,以确保患者的安全和舒适。

除了药物之外,麻醉技术也是麻醉学的重要组成部分。麻醉医生需要根据患者的身体状况、手术类型和预期效果来选择适当的麻醉方法。这可能包括吸入麻醉、静脉麻醉、全身麻醉等。在实施麻醉过程中,麻醉医生需要精确控制药物的剂量和注射速度,以确保患者不会受到不必要的伤害。

然而,尽管麻醉学在手术和医疗过程中的作用至关重要,但人们常常对它存在误解。许多人认为麻醉医生只是负责让患者在手术过程中入睡的人,但实际上,他们还负责确保患者在手术过程中保持生命体征稳定,并处理各种可能出现的并发症。此外,麻醉医生还需要与患者

及其家属进行沟通,解释手术过程和可能的后果,以帮助他们更好地理解并参与整个过程。

随着医疗技术的不断进步,麻醉学也在不断发展。新型药物和技术的出现为手术和治疗的顺利进行提供了更多可能性。同时,人们对疼痛管理、患者舒适度和生活质量的要求也越来越高,这也对麻醉医生的专业技能和知识提出了更高的要求。

总的来说,麻醉学是一门守护生命之安然入睡的艺术。它涉及到许多复杂的科学原理和精细的操作技巧,需要麻醉医生具备高度的专业素养和技能。

(作者单位:固安县人民医院)

## 腱鞘炎的预防、诊断与治疗方法

□ 潘东川

腱鞘炎,一种在我们生活中越来越常见的疾病,常常由于现代生活方式的改变,如长期使用手机和电脑,导致手指和腕部肌腱过度活动而引发。本文将详细介绍腱鞘炎的概念、发生机制、诊断方法以及中西医结合治疗的方法,并分享一些生活中避免腱鞘炎的技巧。

### 一、腱鞘炎的概念

腱鞘炎,指的是肌腱发生的急性或慢性炎症反应。肌腱是肌腱外的滑膜管,它包裹着肌腱,起到润滑和保护肌腱的作用。当肌腱和腱鞘因过度摩擦而引发炎症时,就会导致腱鞘炎。腱鞘炎的高发人群主要包括中老年劳动者和长期、过度使用手指和腕关节的人群,其中女性的发病率高于男性。

### 二、手指腱鞘炎的发生机制

手指腱鞘炎的发生机制主要与手指或腕关节的长期、过度用力活动有关。这些活动可能包括织毛衣、洗衣、乐器演奏、打字等。在这些活动中,肌腱和腱鞘会反复摩擦,导致炎症

反应。此外,一些特定的职业,如搬运工、摔跤运动员等,由于长期肩部活动,也容易发生肱二头肌长头腱鞘炎。

### 三、腱鞘炎的诊断方法

腱鞘炎的诊断主要依据临床症状和医学检查。在临床症状方面,腱鞘炎主要表现为局部疼痛、压痛和受累关节活动受限。在医学检查方面,血液检查可以帮助排查是否存在类风湿关节炎、结核等疾病。X线检查可以观察肌腱的形态、结构是否存在异常。超声和磁共振成像则可以更清晰地显示出肌腱部位的变化情况。关节造影则可以帮助医生观察关节情况,排查腱鞘充盈不全或闭锁等问题。

### 四、腱鞘炎的治疗方法

#### 1.西医治疗方法:

(1)封闭治疗:当腱鞘炎导致患处疼痛难忍时,可以进行封闭治疗。封闭针一般是麻药和激素类药物的混合液,可以有效缓解疼痛症状,但不宜长期使用,以免产生副作用。

(2)微创手术治疗:当腱鞘炎特别严重,

或者反复发作时,可以考虑微创手术治疗。手术后,患者需要注意休息,避免手工劳动,以免影响恢复。

#### 2.中医治疗方法:

(1)针灸治疗:针灸治疗腱鞘炎也能起到一定的效果。但进行针灸治疗时,需要找专业的中医进行操作。推荐例如超声引导下小针刀腱鞘松解术。精准治疗,创伤小、恢复快。

(2)中药治疗:中医认为,肝主筋,五劳七伤容易导致肝血不足,筋失血养。腱鞘炎主要是由于劳累过度,导致气血凝滞而引发的一种疾病。因此,可以使用一些疏肝理气,活血化瘀、消肿止痛的中药进行治疗。

(3)康复治疗:康复物理治疗是一种有效的辅助治疗方法。通过物理治疗,可以促进局部血液循环,缓解炎症反应。建议每天按摩全身关节部位,特别是手指和腕关节。

#### 五、生活中避免发生腱鞘炎的技巧

1.调整不良姿势:如果因为工作原因需要长期使用电脑、手机等电子产品,建议在工

作和生活中调整坐姿,保持腰、背、头在一条直线,从而避免腰部、肩部出现不适症状。

2.注意劳逸结合:在进行搬运、装卸等工作时,要注意休息,避免长时间劳动导致手腕部出现腱鞘炎。

3.避免剧烈运动:参加户外运动时,要做好拉伸动作,运动量要循序渐进的增加,以免运动力度过大,导致腱鞘炎。

4.定期体检:如果经济条件允许,建议每年定期去专业的医院进行体检,可以对病情做到早发现、早治疗,从而避免对机体造成不可逆的损害。

总的来说,腱鞘炎是一种由于现代生活方式改变而引发的常见疾病。通过了解腱鞘炎的概念、发生机制、诊断方法和治疗方法,以及掌握避免腱鞘炎的技巧,我们可以更好地预防和治疗这种疾病。同时,我们也要关注自己的身体状况,如有疑似症状,应尽早就医治疗。

(作者单位:三台县人民医院)