

青光眼患者的治疗策略

□ 褚荣燕

青光眼是一种常见的眼科疾病，它会导致眼内压力升高，损伤视神经，最终可能导致失明。对于青光眼患者来说，及时的治疗和护理非常重要。本文将向大家介绍青光眼的治疗策略，帮助大家更好地应对这一疾病。

一、确诊青光眼后，首先要做的是调整好心态

青光眼是一种眼部急症之一，会对患者的心理健康造成严重影响。因为青光眼是致盲疾病，患者会出现眼痛、视力下降、视野狭窄等症状，因此需要调整好心态，积极面对治疗和护理。同时，家人和朋友也需要给予患

者足够的关心和支持，帮助他们更好地应对疾病。

二、药物治疗是青光眼患者的基础治疗方式

常用的青光眼药物包括降低眼压滴眼液、口服降眼压药等。在使用药物前，患者需要向医生详细咨询，了解自己的病情和药物使用方法。同时，患者需要按照医生的建议按时按量使用药物，不能随意更改药物剂量或停药。在用药过程中，患者需要注意观察自己的症状变化，如眼压控制情况、视力变化等，如有异常应及时向医生咨询。

三、手术治疗是青光眼患者的另一种选择

当药物治疗无法控制病情时，手术治疗是青光眼患者的另一种选择。常见的手术方法包括小梁切除术、虹膜周切术等。患者在决定手术治疗前，需要向医生详细咨询手术方法、手术风险和术后护理等相关问题。手术后，患者需要按照医生的建议按时按量使用降眼压药、抗生素等药物，并注意观察自己的症状变化。

四、生活方式的调整对青光眼患者非常重要

青光眼是一种与生活方式密切相关的疾

病。患者需要保持良好的生活习惯，如保证充足的睡眠时间、避免过度劳累、保持心情愉悦等。同时，患者还应注意饮食健康，少吃辛辣、油腻等刺激性食物，多食用富含维生素的食物。此外，患者还需要戒烟戒酒，避免长时间使用电子产品等不良习惯。

总之，青光眼是一种常见的眼部疾病，需要及时的治疗和护理。患者在确诊青光眼后，需要调整好心态，积极面对治疗和护理。同时，患者还应注意用药和手术的风险和注意事项，保持良好的生活习惯和健康的生活方式。

(作者单位:河北省沧州市海兴县医院)

儿童消化不良的预防与处理方法

□ 姚媛

儿童消化不良是一种常见的儿科问题，给孩子的健康和生活带来诸多影响。

一、消化不良的表现

儿童消化不良时可能出现食欲不振、腹胀、腹痛、恶心、呕吐、嗝气、便秘或腹泻等症状，部分孩子还可能有烦躁不安、哭闹等情绪表现。

二、预防措施

1.合理饮食:培养孩子规律进食的习惯,避免暴饮暴食。饮食结构要均衡,包括适量的蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素和矿物质。增加蔬菜、水果的摄入,控制油腻、辛辣、刺激性食物和甜食的量。

2.注意饮食卫生:确保食物新鲜、干净,避免食用不洁食物和生冷食物,以防肠道感染。

3.规律作息:保证孩子充足的睡眠,有利于胃肠功能的正常调节。

4.适度运动:鼓励孩子进行适当的运动,有助于促进胃肠蠕动,增强消化功能。

5.良好情绪:为孩子营造轻松愉快的家庭氛围,避免孩子长期处于紧张、焦虑等不良情绪中,以免影响胃肠功能。

6.注意保暖:根据天气变化及时为孩子增减衣物,特别是腹部的保暖,防止腹部受凉引起胃肠功能紊乱。

三、处理方法

1.调整饮食:当出现消化不良时,可适当减少进食量,给予清淡、易消化的食物,如米粥、面条等。

2.腹部按摩:家长可以轻柔地为孩子按

摩腹部,以顺时针方向按摩,可促进胃肠蠕动,缓解腹胀等不适。

3.补充水分:如果伴有呕吐或腹泻,要注意补充水分,防止脱水。可给予适量的温水或口服补液盐。

4.药物治疗:如果症状较严重,可在医生指导下使用一些促进消化的药物,如胃蛋白酶合剂、双歧杆菌等。但应注意避免滥用药物。

5.观察病情:密切观察孩子的症状变化,如是否有发热、精神状态改变等。如果症状持续不缓解或加重,或出现其他异常表现,应及时就医。

四、注意事项

1.不要强迫孩子进食,以免加重胃肠负担。

2.避免给孩子食用过多的零食和饮料,

以免影响正餐食欲。

3.对于较小的婴儿,要注意正确的喂养方式,如喂奶时保持正确的姿势,避免吸入过多空气等。

4.在使用药物时,要严格按照医生的建议剂量和使用方法。

5.养成良好的卫生习惯,勤洗手,防止病从口入。

总之,预防儿童消化不良需要家长从多个方面入手,关注孩子的饮食、作息和情绪等。当出现消化不良时,要采取正确的处理方法,必要时及时寻求医生的帮助。通过科学合理的预防和处理,有助于保障儿童的消化系统健康,促进孩子的健康成长。

(作者单位:河北梅奥心血管病医院)

急性有机磷中毒的康复训练与方法

□ 赵欢欢

急性有机磷中毒是一种常见的急性中毒事件,常常由于接触、吸入或摄入有机磷化合物引起。康复训练是急性有机磷中毒患者康复的重要环节,通过合理的康复训练,可以帮助患者恢复身体机能,提高生活质量。

一、康复训练的重要性

康复训练是急性有机磷中毒患者康复的关键步骤,通过适当的运动、按摩、理疗等手段,可以促进患者身体的恢复,减轻肌肉萎缩、关节僵硬等并发症的发生。同时,康复训练还可以提高患者的自信心,增强其生活自理能力,提高生活质量。

二、康复训练的方法

1.运动康复:在专业人员的指导下,进行适当的运动康复,如步行、太极拳、瑜伽等。运动强度和频率应根据患者的身体状况和恢复情况而定,以不感到疲劳为原则。

2.物理康复:利用物理手段进行康复,如按摩、针灸、电疗等。这些方法可以促进血液循环,缓解肌肉紧张,减轻疼痛,有助于身体机能的恢复。

3.日常生活能力训练:在专业人员的指导下,进行日常生活能力的训练,如穿衣、进食、洗漱等。通过训练,可以提高患者的自理能力,增强自信心。

4.心理康复:急性有机磷中毒可能导致心理障碍,如焦虑、抑郁等。在康复过程中,应注重心理康复,给予患者心理支持,帮助其克服心理障碍,保持积极乐观的心态。

三、康复训练的注意事项

1.严格遵守医嘱:在进行康复训练前,应咨询专业医生的意见,严格遵守医嘱,不要自行调整训练计划。

2.逐步增加训练强度:在康复过程中,应逐步增加训练强度和难度,避免过度疲

劳和受伤。

3.保持正确的姿势和动作:在进行康复训练时,应保持正确的姿势和动作,避免因姿势不当导致肌肉和关节损伤。

4.及时就医:如果在康复过程中出现身体不适、疼痛等症状,应及时就医,寻求专业医生的帮助。

5.坚持训练:康复训练需要持之以恒,患者应坚持训练,不断巩固康复成果。

总之,急性有机磷中毒的康复训练对于患者的身体恢复和生活质量至关重要。通过合理的运动、物理、日常生活能力及心理康复手段,可以促进患者的身体恢复,增强其生活自理能力。在康复过程中,患者应严格遵守医嘱,逐步增加训练强度,保持正确的姿势和动作,及时就医,并坚持训练。同时,家庭和社会也应给予患者足够的关心和支持,帮助其顺利度过康复期。

(作者单位:河北省石家庄市第三医院)

中药在古代的使用方法可以追溯到几千年前,最早的中药知识主要通过口传身授,到春秋战国时代,中药的使用已经逐渐形成了一定的体系,人们开始对中药进行分类整理,出现了最早的药典和医书。在古代,中药的使用方法涉及以下几个方面:

1.药方的调配:在古代,中药通常由专业的医师或药师进行调配。他们会根据患者的病情和症状,开出不同的药方,其中包括了各种中药的剂量和配伍。调配完成后,药方会被交给患者或者患者家属,由患者或家属去药房抓药,并按照药方上的要求煎煮。

2.煎煮药汤:中药的药方调配完成后,需要将药物煎煮成汤液。在古代,通常会使用陶器或铜器锅子进行煎煮。具体的煮法包括先煎、后下、烩化等不同方式,要根据药物性质和药方要求进行。煎煮好的药汤会被装入碗或罐中,供患者服用。

3.草药外敷:除了煎煮药汤外,古代人也常将草药研磨成粉末,或者制成膏状,用于皮肤疾病的治疗。这种外敷的方法针对性强,且方便使用。

4.酿制药酒:酿制药酒是古代中药使用的一种方式,通过将某些具有药效的草药酿制成药酒,可以达到一定的治疗效果。

5.食疗:古人认为“药食同源”,一些食物也具有药效。因此,通过食疗来调理身体也是中药使用的一种方法。比如一些具有补益、祛湿、止痛等功效的食物被广泛使用,如红枣、枸杞、山药等。

6.针灸和按摩:在古代,针灸和按摩也是中药使用的一种方式。通过刺激人体的穴位和经络,可以调节人体的气血和脏腑功能,从而达到治疗的目的。

在古代,中药的使用方法也受到当时社会文化和科技水平的影响。例如,由于缺乏现代药物制剂技术,中药的煎煮和服用方式在很长一段时间内是主要的用药方式。此外,由于对疾病的认识有限,有些疾病的症状和病因可能与现代医学有所不同,这也可能影响中药的使用方法和效果。

总的来说,古代中药的使用方法多样且灵活,涵盖了药方的调配、煎煮、外敷、酿制药酒、食疗等多种方式。这些方法针对不同的病症和药物性质,具有针对性强、使用方便的特点。同时,古人对药物的炮制也非常讲究,以确保药物的使用安全和药效。虽然古代医疗水平有限,但中药在预防疾病、调理身体、养生保健等方面依然得到了广泛的认可和应用。

(作者单位:河北省玉田县中医医院)

中药在古代是如何使用的

□ 刘玉霜

护理人员如何成为患者的健康守护者

□ 屈伶玉

在这个医疗科技日新月异的年代,护理的魔法已经不再是神秘的传说,而是实实在在地成为了健康守护者。护理这门看似平凡普通的职业,却蕴含着无限的力量和魔法。让我们一起揭开这层神秘的面纱,看看护理是如何成为健康守护者的。本文将向大家介绍护理的“魔法”,帮助大家了解如何成为健康守护者。

一、护理人员的职责

护理人员的主要职责包括:

- 提供基本的医疗护理,如注射、换药、导尿等。
- 监测患者的生命体征,及时发现病情变化。
- 协助医生进行诊断和治疗。
- 给予患者心理、社会和情感支持。
- 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、护理的“魔法”

护理的“魔法”主要体现在以下几个

方面:

- 细心观察:护理人员需要细心观察患者的病情变化,及时发现病情变化,采取相应的措施。
- 沟通交流:护理人员需要与患者及家属建立良好的沟通关系,了解患者的需求和心理状况,给予相应的支持和帮助。
- 专业技能:护理人员需要具备丰富的专业知识和技能,包括医学、药学、心理学、社会学等方面的知识,以便为患者提供全面、专业的护理服务。
- 团队协作:护理人员需要与医生、药剂师、营养师、康复治疗师等其他专业人员密切合作,共同为最佳患者提供最佳的医疗服务。

三、如何成为健康守护者

成为健康守护者需要具备以下几个方面的素质和能力:

- 热爱护理事业:要成为一名优秀的护理人员,首先要热爱护理事业,对患者的健康和生命负责。

2.不断学习:护理是一个不断发展的领域,需要不断学习新的知识和技能,以便为患者提供更好的护理服务。

3.注重细节:护理工作注重细节,从点滴做起,为患者提供全面、细致的护理服务。

4.善于沟通:与患者及家属建立良好的沟通关系,了解患者的需求和心理状况,给予相应的支持和帮助。

5.团队协作:要成为一名优秀的护理人员,需要与医生、药剂师、营养师、康复治疗师等其他专业人员密切合作,共同为最佳患者提供最佳的医疗服务。

总之,成为健康守护者需要不断学习、提高自己的专业素质和技能,注重细节,与患者及家属建立良好的沟通关系,积极参与团队协作,共同为患者的健康和生命负责。通过这些努力,你可以成为一名出色的护理人员,为患者带来更多的关爱和温暖。

(作者单位:河北省张家口市第一医院)