

骨科手术中的体位摆放和护理要点

□李华

骨科手术是医院手术中较为常见的一类,其涉及到骨骼、关节、肌肉及相关组织的修复和治疗。在这些手术过程中,体位摆放和护理是关键环节,直接影响手术效果及术后恢复。本文将介绍骨科手术中的体位摆放及其护理要点,助力公众提高对这方面的认识。

一、体位摆放的重要性

1、手术操作的顺利进行:在骨科手术中,良好的体位摆放能为手术医生提供最佳的视野和操作空间。每种骨科手术需要不同的体位摆放,以确保手术区域的充分暴露。例如,在进行髋关节置换术时,患者的身体需要摆放成侧卧位,这样可以让医生更容易接触到手术区域。对于膝关节手术,则通常采用仰卧位,以便医生可以从正面接触并操作膝盖。正确的体位摆放不仅有助于提高手术的精准度,还能有效缩短手术时间,减少手术风险。

2、减少并发症:正确的体位摆放有助于减少患者在手术过程中和术后可能出现的并发症,例如压疮、神经损伤和肌肉僵硬等。压疮是由于长时间受压引起的皮肤和组织损伤,而神经损伤和肌肉僵硬则可能是因为手术时体位不当造成的。通过合理的体位摆放,

可以减少这些并发症的发生,提高患者的舒适度,减轻痛苦,并缩短住院时间,降低医疗费用。

3、术后恢复的影响:正确的体位摆放有助于减少术后疼痛和炎症,促进伤口愈合和功能恢复。例如,术后患者应避免长时间保持一个体位,定时更换体位可以促进血液循环,防止血栓形成和肌肉萎缩。此外,良好的体位摆放可以减轻术后不适,帮助患者更快地恢复日常活动,提高生活质量。

二、常见骨科手术体位及其护理要点

1、仰卧位:仰卧位是最常见的手术体位,适用于多种骨科手术,如膝关节置换术、髋关节置换术等。①体位摆放要点:在仰卧位时,患者的头部应稍微抬高,以防止反流性食管炎的发生。双臂自然放置于身体两侧,肘部轻微弯曲,以避免压迫神经。膝下垫软枕,可以减轻腰部压力,增加舒适度。②护理要点:护理人员应定时更换患者的体位,以防止长期压迫引起的压疮。定期监测患者四肢末梢的血液循环情况,确保无肿胀和发麻现象。同时,注意保护手术区域,避免任何形式的二次损伤,确保伤口的干净和愈合。

2、侧卧位:侧卧位多用于髋部、脊柱及肩部手术,能够提供较好的手术视野。①体位摆放要点:在侧卧位中,手术侧身体向上,非手术侧身体贴靠手术台。头部与脊柱保持自然对齐,避免扭曲造成的不适。手术侧上臂应抬高,肘部垫软垫,防止压迫神经。②护理要点:护理人员需注意头部和脊柱的对齐,防止术后颈部疼痛的发生。定时检查皮肤状态,预防压疮的形成。术后早期鼓励患者活动,有助于防止肌肉萎缩和血栓形成,提高康复速度。

3、俯卧位:俯卧位常用于脊柱手术及某些下肢手术。此体位能充分暴露脊柱和后侧结构。①体位摆放要点:在俯卧位时,患者的头部应侧转或放在专用头圈上,确保呼吸道通畅。胸部垫软枕,使腹部悬空,减少胸腹部的压力。双腿稍微弯曲,脚跟贴软垫,以防止足下垂。②护理要点:护理人员需密切监测患者的呼吸和血液循环,防止呼吸困难和肢体缺血的情况。定时更换体位,减轻局部压力。术后注意保持呼吸道通畅,防止并发症的发生,确保患者的顺利康复。

三、体位摆放的注意事项

1、患者个体差异:每位患者的身体状况

和手术需求不同,体位摆放需根据患者的具体情况进行调整。年龄、性别和其他健康问题也是需要考虑的因素,确保每位患者的体位摆放都能最大限度地减少风险和不适。

2、手术类型:不同类型的骨科手术需要不同的体位。手术团队需根据手术类型选择最佳体位,以确保手术的顺利进行和患者的安全。

3、体位固定:手术过程中,患者体位需固定牢固,以防止因体位移动影响手术效果。使用专业的固定装置,如头圈、体位垫和绑带等,确保患者体位稳定。

4、体位更换:长时间保持一个体位容易导致压疮和血液循环障碍。手术结束后,及时更换体位,促进血液循环,减轻局部压力。

骨科手术中的体位摆放和护理是确保手术成功和术后康复的关键环节。通过正确的体位摆放和科学的护理措施,可以减少手术并发症,促进患者术后康复,提高生活质量。医疗团队应根据患者的具体情况和手术类型,灵活调整体位摆放,精心护理,为患者提供最佳的治疗效果。

(作者单位:广西柳州市人民医院麻醉科)

儿童水痘防治的家庭指南

□周良

水痘,这个听起来普通的名字,却是许多家长心中的“噩梦”。每当孩子出现发烧、起红疹,我们总是心惊胆战。如何在家中预防和护理水痘,让孩子尽快恢复健康,是每位家长都关心的问题。今天,我们就来聊聊这个“磨人的小妖精”,给大家提供一份详尽的家庭防治指南。

一、水痘的基本知识

1、水痘的症状:水痘的“招牌”症状是皮疹,这种皮疹从小红点开始,逐渐变成隆起的丘疹,再变成水泡,最后结痂脱落。过程大约需要一到两周。孩子可能会感到瘙痒难耐,同时伴有发烧、乏力、食欲不振等症状。

2、水痘的传播途径:水痘的传播方式就像是一场“秘密的战争”,它通过飞沫传播,或者直接接触患者的皮疹。小朋友们喜欢一起玩耍,这也就增加了水痘传播的机会。因此,在流行季节,避免带孩子去人多的地方,尤其是室内的密闭环境。

3、水痘的并发症:虽然大多数孩子得了水痘后能顺利康复,但有些情况下,水痘可能引起严重并发症,如肺炎、脑炎、细菌感染等。这些并发症虽然少见,但一旦发生,后果严重,因此家长们必须引起重视。

二、儿童水痘的预防

1、接种疫苗:接种水痘疫苗是预防水痘最有效的方法。孩子在12-18个月大时应接种第一剂水痘疫苗,4-6岁时接种第二剂。疫苗不仅能有效预防水痘,还能减轻感染后症状和并发症,给孩子提供一层坚实保护层。

2、保持良好的卫生习惯:良好的卫生习惯是防止水痘传播的关键。教育孩子勤洗手,避免用手摸脸、揉眼睛,家长也应定期清洁和消毒孩子常用的物品和玩具,保持室内空气流通,这些都能有效减少病毒传播机会。

3、避免接触患者:在水痘高发季节,尽量避免带孩子去人多的地方。如果家里有孩子已经感染水痘,应尽量隔离,避免与家庭成员接触,特别婴幼儿和免疫力较弱人群。

三、儿童水痘的治疗

1、一般治疗:患水痘的儿童应避免剧烈活动,并与其他人隔离,以防止病毒传播,特别是避免接触孕妇和免疫力低下者。保持皮肤清洁,每天用温水和温和的肥皂轻柔擦拭皮疹,避免用力搓揉。洗澡后,用柔软的毛巾轻拍干皮肤,以防止皮疹破损和感染。剪短指甲,避免因抓挠导致皮疹破损和感染。必要时,可以给孩子戴上柔软的手套,特别是睡

觉时,以防抓挠。

2、外用药物:使用含炉甘石、氧化锌的止痒药膏,涂抹在瘙痒严重的皮疹处,缓解症状。此类药膏能降低皮肤的敏感性。使用如红霉素软膏等消炎药膏,预防继发感染,对抗菌有良好效果。对于瘙痒特别严重的部位,可使用冷敷,每次10-15分钟,以减轻瘙痒和炎症。

3、口服药物:遵医嘱使用阿昔洛韦、伐昔洛韦等药物进行抗病毒治疗,针对不同症状使用对症药物治疗如高热者可给予布洛芬等退烧药,皮肤瘙痒严重的患者可口服地氯雷他定或左西替利嗪等抗组胺药物,使用镇痛药物缓解神经痛以及中医理疗等方式。

四、儿童水痘的家庭护理

1、创造舒适的环境:水痘期间,孩子需要一个安静、舒适的环境来休养。保持房间温度适宜,空气流通,让孩子能够在舒适的环境中休息。

2、给予心理支持:除了身体上的不适,水痘也会让孩子感到烦躁不安。家长应多陪伴孩子,给予安慰和支持,转移他们的注意力,帮助他们度过这段不适的时期。

3、合理安排作息:水痘期间,家长应合理

安排孩子的作息时间,保证他们有足够的休息和睡眠,同时适当安排一些轻松的活动,如看书、听故事等,让孩子的生活保持一定的规律性。

五、及时就医

1、出现并发症迹象:如果孩子出现高烧不退、呼吸困难、剧烈头痛、呕吐、皮疹出现脓液或扩散迅速等症状,家长应及时带孩子就医。这些可能是严重并发症的征兆,需要专业医疗干预。

2、婴幼儿和免疫力低下儿童:婴幼儿、免疫力低下的儿童如患有癌症、接受器官移植或长期服用免疫抑制剂的孩子,感染水痘后更容易出现严重并发症。此类孩子应在医生的指导下进行观察和治疗。

总之,水痘虽然是一种常见的儿童疾病,但并不意味着我们无能为力。记住,接种疫苗是预防的第一道防线,而良好的卫生习惯和及时的医疗护理则是保障孩子健康的关键。当水痘来袭时,不要慌乱,冷静应对,为孩子提供温暖的陪伴和悉心的照顾。让我们一起,守护孩子们的健康和笑容!

(作者单位:四川省成都市新都区疾病预防控制中心)

内镜下内痔硬化剂注射术:术后注意事项和护理策略

□易娟

内痔硬化注射术是一种常见的治疗内痔的方法,通过注射硬化剂,使痔静脉曲张、萎缩,从而达到治疗的目的。尽管该手术创伤较小,恢复较快,但术后护理仍然是患者关注的重点。本文将介绍内痔硬化注射术的术后注意事项和护理策略,帮助患者更好地应对术后不适,促进康复。

一、内痔硬化注射术的介绍

内痔硬化注射术是一种治疗内痔的方法,通过聚桂醇注射到内痔黏膜下、基底部或痔核,迅速破坏血管内皮细胞,促使血小板、纤维蛋白和红细胞在作用部位聚集形成血栓。同时,药物的化学作用引起无菌性炎症,刺激纤维细胞增生和血栓纤维化,有效减小内痔静脉曲张团的体积,促进黏膜固定,防止再次脱垂。

二、术后注意事项

内痔硬化注射术后需注意以下事项:术后应给予肛管排气以避免腹胀。术后24小时内,进食后可食用短肽营养粉,尽量不产生大便,保持大便通畅一周,避免肠道感染。要保持肛门口清洁,每次排便后用温水擦洗。术后当天应卧床休息,一周内避免剧烈运动。饮食应

以清淡、易消化且富有营养的食物为主,避免辛辣刺激性食物,禁饮酒。保持良好的生活习惯,多休息,合理饮食。一般情况下,无需常规使用抗生素。同时,注意观察术后可能出现的轻微疼痛或不适,若疼痛加剧或伴随出血,应立即联系医生进行处理。

三、术后护理策略

1、饮食调理:合理的饮食调理可以促进术后恢复,减少便秘的发生。①高纤维饮食:多摄入富含纤维的食物,如水果、蔬菜、全谷类,有助于软化大便,减少排便时的疼痛。纤维可以增加大便体积,促进肠道蠕动,防止便秘,同时还可以减少肠道内的压力,减轻肛门部位的不适。②充足水分:每天饮用足够的水,保持体内水分平衡,防止便秘。水是维持正常肠道功能的重要因素,充足的水分可以软化大便,促进排便顺畅。

2、排便管理:术后正确的排便管理可以有效降低疼痛和并发症的风险。①定时排便:养成规律的排便习惯,避免长时间忍便,减少肛门压力。定时排便有助于形成规律的肠道蠕动,防止便秘,同时也可以减少肛门部位的压力,减轻术后疼痛。②避免用力:排便时避

免用力过猛,可以使用缓泻剂或软便剂,帮助顺利排便。用力排便可能导致肛门部位的创口撕裂,加重疼痛和出血风险,使用缓泻剂或软便剂可以帮助排便顺畅,减少对患处的刺激。

3、伤口护理:每日用温水清洗肛门,保持局部清洁,防止感染。术后创口容易受到细菌感染,保持清洁可以有效预防感染,提高愈合速度。

4、生活习惯调整:调整生活习惯,有助于减轻术后不适,促进恢复。①适度运动:进行适度的步行或轻度运动,促进血液循环,改善肠道蠕动。适度的运动可以帮助促进血液循环,提高身体的康复能力,同时也可以促进肠道蠕动,防止便秘。②避免久坐:避免长时间坐着或站立,减少肛门压力,可以使用软垫或坐浴盆辅助。长时间坐着或站立会增加肛门部位的压力,使用软垫或坐浴盆可以减轻压力,缓解术后不适。

四、术后并发症的预防

1、疼痛处理:偶见肛门轻微疼痛,一般不需要药物处理;胀痛、局部或全身发热,应用甲硝唑灌肠/+左氧口服;不推荐治疗合并

肛直肠溃疡和IBD患者。

2、感染预防:术后感染是一个潜在的并发症,需要特别注意。要保持伤口清洁,如前所述,定期清洗和换药,防止细菌感染。并注意症状,如果出现发热、剧烈疼痛或大量出血,应及时就医。

3、出血预防:术后出血是另一常见并发症,需加以预防。①避免剧烈活动:术后一周内避免剧烈运动和重体力劳动,防止伤口出血。剧烈运动和重体力劳动可能导致术后创口出血,患者应避免进行这些活动,待创口完全愈合后再逐渐恢复正常活动。②正确用药:遵医嘱使用止血药物或其他相关药物,控制出血风险。

综上所述,内痔硬化注射术虽然是一种微创手术,但术后护理同样关键。患者需在医生指导下,密切关注术后身体变化,保持良好的饮食和排便习惯,适度运动,避免久坐和剧烈活动。同时,定期清洁伤口,预防感染和出血,若出现异常症状,及时就医。积极配合治疗和护理措施,有助于减轻不适,加快康复进程,确保术后顺利恢复,早日恢复正常生活。

(作者单位:四川省乐山老年病专科医院)