

# 压疮的预防策略与护理方法

□ 石飞雪

压疮,一种因皮肤长时间受压、摩擦或剪切力导致的局部组织损伤,是许多病患及长期卧床者面临的严重健康问题。本文将详细探讨压疮的形成原因、预防措施以及护理方法,帮助大家深入了解并有效应对这一健康隐患。

## 一、压疮的形成与危害

压疮主要是由于皮肤长期受压,血液循环受阻,导致局部组织缺血缺氧,进而引发组织坏死和感染。常见于老年人、长期卧床者、手术后患者等。压疮一旦形成,不仅给患者带来身体上的痛苦,还可能引发感染、败血症等严重并发症,甚至威胁生命。

## 二、压疮的预防策略

- 避免长时间受压:定期更换体位,避免同一部位长时间受压。对于无法自行翻身的患者,家属或护理人员应协助其进行体位变换。同时,使用充气床垫、海绵垫等辅助工具,减轻局部压力。
- 保持皮肤清洁干燥:定期清洁皮肤,保持皮肤干燥,避免潮湿环境引发皮肤感染。注意更换被服,保持床单清洁干燥,减少皮肤摩擦。
- 加强营养支持:合理饮食,保证营养摄入,增强皮肤抵抗力。对于无法自行进食的患者,应通过鼻饲或静脉营养支持,确保其获得足够的营养。

## 三、压疮的护理方法

- 及时发现与处理:一旦发现皮肤出现红肿、疼痛等症状,应立即进行处理。可局部涂抹药膏,促进血液循环,缓解疼痛。同时,密切关注病情变化,如有恶化迹象,应及时就医。
- 伤口保护与护理:对于已形成压疮的伤口,应使用无菌敷料进行保护,避免感染。定期更换敷料,保持伤口清洁干燥。如伤口出现感染迹象,应及时就医,使用抗生素等药物治疗。
- 心理护理:压疮患者往往因疼痛和不适而产生焦虑、抑郁等情绪问题。家属和护理人员应给予患者足够的关爱和支持,帮助其树立战胜疾病的信心。同时,提供舒适的护理

环境,减轻患者的心理压力。

## 四、结语

压疮作为一种常见的健康隐患,其预防与护理至关重要。通过避免长时间受压、保持皮肤清洁干燥、加强营养支持等预防措施,可以有效降低压疮的发生率。同时,及时发现与处理压疮、伤口保护与护理以及心理护理等措施,也有助于减轻患者的痛苦,促进康复。

然而,我们也应认识到,压疮的预防与护理并非一蹴而就。在日常生活中,我们应关注患者的身体状况,提供全方位的护理支持。同时,加强健康教育,提高公众对压疮的认识和重视程度,共同为压疮患者创造一个更加健康、舒适的康复环境。

(作者单位:河北省魏县中医医院)

# 糖尿病患者皮肤护理和足部护理的重要性

□ 刘婉

在我们日常生活中,糖尿病已经成为一个普遍而严重的慢性疾病。除了控制血糖水平和饮食外,糖尿病患者还需要特别关注皮肤护理和足部护理。这些看似简单的护理步骤,实际上对于糖尿病患者来说至关重要。糖尿病病人的皮肤护理和足部护理的重要性主要体现在以下几个方面:

## 一、皮肤护理的重要性

- 预防感染:糖尿病患者由于血糖水平较高,容易导致皮肤感染,如不及时处理,可能导致皮肤溃烂、坏死等严重后果。因此,定期清洁皮肤、保持皮肤干燥是必要的。
- 减少并发症:皮肤感染是糖尿病的常见并发症之一,严重的皮肤感染甚至可能导致败血症。通过正确的皮肤护理,可以降低皮

肤感染的风险,从而减少并发症的发生。

- 提高生活质量:良好的皮肤护理可以保持皮肤的健康和光泽,使患者感到舒适和自信,从而提高生活质量。

## 二、足部护理的重要性

- 预防糖尿病足:糖尿病足是糖尿病的一种严重并发症,是指由于足部病变(如血管闭塞、神经病变等)引起的足部疼痛、溃疡、坏疽等。正确的足部护理可以降低糖尿病足的风险。
- 改善血液循环:糖尿病患者由于血管病变导致足部血液循环不畅,通过适当的足部运动和按摩可以促进血液循环,有助于减轻症状。
- 避免外伤:糖尿病患者由于神经病变

导致感觉减退,容易发生外伤。定期检查足部、修剪趾甲、选择合适的鞋子等措施可以避免外伤的发生。

- 提升生活质量:良好的足部护理可以预防和减轻足部病变,使患者感到舒适和自信,从而提高生活质量。

具体来说,糖尿病病人的皮肤护理和足部护理需要注意以下几点:

- 保持皮肤清洁干燥,避免潮湿和出汗,以免引起皮肤感染。
- 选择合适的鞋袜,避免穿紧身、硬质、高跟鞋,以减少对足部的压迫和摩擦。
- 定期检查皮肤和足部,包括观察皮肤颜色、温度、湿度等变化,以及是否存在皮疹、水泡、伤口等异常情况。

# 神经外科:大脑与神经系统的守护者

□ 张亦岐

神经外科是医学领域中一项至关重要的分支,专注于治疗和研究大脑、脊髓以及周围神经系统的疾病。作为一名神经外科医生,你将深入了解这个领域的神秘面纱,为大脑和神经系统的健康保驾护航。

## 一、神经外科概述

神经外科是一门涉及手术的医学领域,主要关注于大脑、脊髓以及周围神经的疾病治疗。它涵盖了许多的疾病和病症,如脑肿瘤、颅脑损伤、脑血管疾病等。神经外科医生需要具备高度的专业技能和丰富的临床经验,才能有效地处理这些复杂的问题。

## 二、常见疾病与治疗

- 脑肿瘤:脑肿瘤是神经外科中最常见

的疾病之一。治疗方法包括手术切除、放疗和化疗。随着手术技术和设备的发展,许多脑肿瘤可以通过微创手术进行治疗。

- 颅脑损伤:颅脑损伤是神经外科医生需要处理的另一种常见疾病。治疗方法包括手术治疗和康复治疗。根据损伤的严重程度,医生会采用不同的治疗方案。

- 脑血管疾病:包括脑梗塞和脑出血等,也是神经外科的重要治疗领域。通过手术和药物治疗,可以恢复血流,减轻脑损伤,提高患者的生活质量。

## 三、手术风险与术后护理

神经外科手术通常涉及生命中枢,因此风险较高。医生会根据患者的具体情况制定

个性化的手术方案,并采取各种措施降低风险,如使用先进的手术设备和机器人辅助手术等。

术后护理同样重要,包括密切关注患者的生命体征、预防感染、保持引流管通畅等。此外,康复治疗也是术后不可或缺的一部分,有助于患者恢复运动能力和日常生活自理能力。

## 四、未来发展与挑战

随着医学技术的不断进步,神经外科领域也在不断发展。人工智能和机器学习在神经影像学 and 手术规划方面发挥着越来越重要的作用,可以提高诊断的准确性和手术的精度。同时,基因治疗和细胞治疗也在为治疗某

些神经性疾病开辟新的途径。

然而,神经外科仍面临许多挑战,如疾病的复杂性和多样性、手术风险的控制、康复治疗的普及等。未来,神经外科医生需要不断学习和掌握新的技术和方法,以更好地服务于患者。

**结语:**神经外科是医学领域中一项至关重要的分支,专注于治疗和研究大脑、脊髓以及周围神经系统的疾病。作为神经外科医生,你将深入了解这个领域的神秘面纱,为大脑和神经系统的健康保驾护航。从常见疾病与治疗,再到手术风险与术后护理,你将在这一领域中发挥重要作用。面对未来发展的挑战,你将继续学习和探索,为患者提供更好的医疗服务。

(作者单位:河北省沧州市沧县医院)

# 前列腺问题的症状、诊断与治疗方法

□ 王波

前列腺作为男性生殖系统中不可或缺的重要器官,其健康状态直接影响着男性的生活质量。然而,随着年龄的增长和不良生活习惯的积累,前列腺问题逐渐成为困扰许多男性的难题。本文将从前列腺问题的症状、诊断方法及治疗策略三个方面进行详细介绍,帮助读者更好地了解和应对这一问题。

## 一、前列腺问题的症状

前列腺问题主要包括前列腺炎、前列腺增生和前列腺癌三大类,它们各自具有不同的临床表现。

- 前列腺炎:前列腺炎是青壮年男性中较为常见的疾病,主要表现为尿道不适、尿频、尿急、尿痛以及会阴部、睾丸或腰骶部的胀痛。部分患者还会出现尿后滴白、性功能障碍(如性欲减退、早泄)以及神经官能症状。前列腺炎可分为急性和慢性两种,其中慢性前列腺炎更为常见,且易反复发作。

- 前列腺增生:前列腺增生是中老年男性排尿障碍的主要原因,其症状主要包括尿频(尤其是夜尿频繁)、尿急、排尿困难(如尿流变弱、尿线变细、尿等待、尿不尽)、尿失禁以及尿后滴沥等。随着病情的加重,前列腺增生还可能引起膀胱出口梗阻,导致肾功能受损,甚至引发尿毒症等严重后果。
- 前列腺癌:前列腺癌早期多无明显症

状,当癌肿浸润引起膀胱颈及后尿道梗阻时,才可能出现排尿困难等症状。然而,前列腺癌更常见的表现是局部扩散和骨转移,导致腰背痛、坐骨神经痛、神经瘫痪等。因此,前列腺癌的早期诊断尤为重要。

## 二、前列腺问题的诊断

前列腺问题的诊断依赖于全面的病史询问、体格检查以及多种辅助检查手段的综合运用。

- 病史询问:医生会详细询问患者的症状、病程、既往病史等,了解患者的病情变化及可能的诱因。这有助于医生初步判断患者的前列腺问题类型及可能的病因。

- 体格检查:体格检查是诊断前列腺问题的重要手段之一。医生会进行全身检查,重点检查会阴部、直肠和腹部。通过直肠指诊,医生可以触摸到前列腺的大小、形状、质地和有无硬结等,从而初步评估前列腺的健康状况。

## 三、辅助检查

- 尿液检查:观察尿液中是否有蛋白质、红细胞、白细胞等异常,判断是否存在尿路感染或前列腺炎。

- 血液检查:包括白细胞计数、前列腺特异性抗原(PSA)水平等指标,以评估前列腺的

健康状况及是否存在前列腺癌的风险。

- 前列腺液检查:通过检查前列腺液的颜色、气味、PH值、细胞数量和形态等指标,判断前列腺是否存在炎症或其他疾病。

- 影像学检查:如超声波检查、CT扫描和磁共振成像(MRI)等,这些检查可以直观地显示前列腺的形态和结构,帮助医生更准确地诊断前列腺疾病。

## 三、前列腺问题的治疗

前列腺问题的治疗需根据具体病情和病因制定个性化的治疗方案,主要包括药物治疗、手术治疗、介入治疗以及生活方式调整等。

## 1. 药物治疗

- 抗生素:对于前列腺炎等细菌感染性疾病,抗生素是主要的治疗药物。但需注意,抗生素的使用应在医生指导下进行,避免滥用。
- $\alpha$ -受体阻滞剂:对于前列腺增生患者, $\alpha$ -受体阻滞剂可以缓解尿流受阻的症状,如尿急、尿频、尿痛等。

- 5 $\alpha$ -还原酶抑制剂:这类药物可以减小前列腺体积,从而减轻对尿道的压迫。

激素治疗:对于前列腺癌患者,激素治疗可以抑制雄性激素的分泌,从而减缓病情的进展。

## 2. 手术治疗

经尿道前列腺切除术:是治疗前列腺增生的“金标准”,具有安全、微创、有效、适应症

广等优点。

- 前列腺癌根治术:对于早期前列腺癌患者,手术治疗是根治性的选择。通过切除整个前列腺和周围淋巴结,以期达到治愈的效果。

## 3. 介入治疗

- 介入治疗:包括前列腺动脉栓塞术和射频消融术等,这些治疗方法可以减轻前列腺的血液供应,从而达到缓解症状的目的。

## 4. 生活方式调整

- 戒烟限酒:烟酒过度摄入可能会刺激前列腺,加重病情。

- 饮食调整:避免食用辛辣、油腻等刺激性食物,多吃蔬菜、水果等富含纤维的食物,有助于保持大便通畅,减轻前列腺的压迫。

- 规律作息:保持规律的作息时间,避免过度劳累,有助于身体健康。

- 适量运动:适当进行体育锻炼,如散步、慢跑、游泳等,有助于增强身体素质,提高免疫力。

**结语:**前列腺问题是男性常见的疾病之一,了解其症状、诊断方法和治疗策略对于疾病的预防和治疗具有重要意义。在日常生活中,男性应关注自身的前列腺健康,定期进行体检和筛查,以便及时发现并治疗潜在的前列腺问题。

(作者单位:广西玉林市容县人民医院)