

肾内血液净化患者的饮食护理要点

□ 刘彦灵

肾内血液净化患者的饮食护理对于患者的康复至关重要。正确的饮食可以帮助患者维持身体所需的营养,同时有助于控制病情。以下将为您详细介绍肾内血液净化患者的饮食护理要点。

一、总体原则

1.均衡营养:肾内血液净化患者应遵循均衡营养的原则,摄入足够的蛋白质、热量、维生素和矿物质。

2.限制水分摄入:在进行血液净化治疗时,患者应限制水分摄入,以避免液体滞留和水肿。

3.遵循医生建议:患者应遵循医生的饮食建议,并根据个体情况调整饮食。

二、常见食物选择

1.高质量蛋白质:肾内血液净化患者

应摄入高质量蛋白质,如瘦肉、鱼、鸡蛋、奶制品等。

2.蔬菜水果:患者应摄入富含维生素和矿物质的蔬菜水果,如菠菜、芹菜、西红柿、苹果、香蕉等。

3.水分限制:对于限制水分摄入的患者,应避免食用含有大量水分的食物,如汤、粥等。

4.低盐低脂饮食:患者应控制盐和脂肪的摄入,以避免水肿和高血压。

三、特殊情况处理

1.透析失衡综合征:患者在血液透析过程中可能会出现失衡综合征,表现为头痛、恶心等症状。此时,应减少透析间期的水分摄入,以减轻症状。

2.营养不良:肾内血液净化患者可能会出现营养不良的情况,此时应增加蛋白质摄入,并注意补充维生素和矿物质。

3.高钾血症:肾内血液净化患者易出现高钾血症,应避免食用高钾食物,如香蕉、柿子等。

四、饮食护理的实施

1.记录饮食:患者应记录每天的饮食情况,包括食物种类、进食量等,以供医生参考。

2.家庭支持:家庭成员应协助患者进行饮食控制,确保患者遵守饮食计划。

3.合理安排餐次:患者应合理安排餐次,确保摄入足够的热量和营养。建议三餐定时定量,并适当增加水果和蔬菜的摄入。

4.饮食调整:根据医生建议 and 个体情况,

适当调整饮食计划。如需增加或减少蛋白质摄入量,应咨询医生意见。

5.保持水分平衡:患者应保持水分平衡,避免过量饮水或脱水。在透析期间,应根据医生建议控制水分摄入。

6.戒烟限酒:肾内血液净化患者应戒烟限酒,以保护肾功能。

总之,肾内血液净化患者的饮食护理是康复过程中的重要一环。患者应遵循均衡营养的原则,选择合适的食物,并注意特殊情况的处理。家庭成员和医护人员应给予患者支持和指导,确保患者获得足够的营养,并顺利康复。同时,患者应定期检查身体状况,及时调整饮食计划,以确保健康和安。

(作者单位:河北省胸科医院)

肝病患者如何进行超声检查

□ 罗贤利

超声检查作为现代医疗诊断中的重要手段,以其无创、便捷、经济等优势在肝脏疾病的诊断中发挥着重要作用。对于肝病患者而言,定期进行超声检查不仅有助于了解病情进展,还能为医生制定治疗方案提供重要依据。本文将详细介绍肝病患者如何进行超声检查及其相关注意事项,旨在帮助患者更好地配合检查,提高诊断准确性。

一、肝病患者如何进行超声检查

1.检查前准备

(1)空腹要求:肝病患者在进行超声检查前需要空腹,一般建议空腹6-8小时以上。这是因为进食后食物在消化道内形成气泡,容易干扰超声波的穿透和反射,影响对肝脏病变的观察。同时,空腹还能减少胃肠道蠕动对肝脏图像的干扰,提高检查质量。

(2)避免饮酒:酒精可引起体内血管扩张,导致门静脉和下腔静脉回流受阻,增加食管-胃底静脉曲张破裂出血的风险。因此,肝病患者在进行超声检查前应避免饮酒。

(3)停用影响检查效果的药物,某些药物,如抗酸药、钙离子通道拮抗剂等,可能会干扰超声波对肝脏病变的诊断。因此,患者在进行超声检查前应咨询医生是否需要停用这些药物。

(4)了解既往病史,肝病患者应提前告知

医生自己的既往病史,包括高血压、心脏病、糖尿病等慢性疾病,以便医生判断是否适合做超声检查并调整检查方案。

2.检查过程

(1)体位选择:超声检查时,患者常取平卧位或左侧卧位。平卧位主要用于检查肝左叶和右前叶;左侧卧位便于观察肝右叶,特别是对右后叶的观察。医生会根据患者的具体情况选择合适的体位。

(2)配合呼吸:在检查过程中,应注意积极配合医生,患者应按照医生的要求患者一直“吸气”,此时呼吸运动应根据医生的指令进行,以此可以得到更为准确的检查结果。

(3)暴露检查部位:检查部位需要充分暴露,以便医生能够清晰地看到肝脏的图像。患者应在检查前脱去上衣或解开上衣扣子,露出腹部。

3.检查后注意事项

(1)注意休息:超声检查虽然无创,但部分患者可能会在检查后出现轻微的腹部不适。此时,患者应注意休息,避免剧烈运动和过度劳累。

(2)观察有无异常:检查结束后,患者应留意身体有无异常情况,如腹痛、恶心、呕吐等症状。如有不适,应及时告知医生并就医。

二、超声检查注意事项

1.饮食调整:如前所述,肝病患者在进行超声检查前应空腹6-8小时以上。检查前晚晚上饮食应清淡易消化,避免油腻、辛辣等刺激性食物。如果是乙肝患者的B超,检查前三天应避免进食糖类、豆制品、牛奶等产气发酵的食物(除非医生有特殊要求),否则可能对结果造成影响。

2.避免干扰因素:患者在检查前应尽量避免影响超声波穿透和反射的因素。例如,穿着宽松舒适的衣服以便于检查;避免在检查前进行剧烈运动或情绪激动。

3.配合医生操作:在检查过程中,患者应积极配合医生的操作。按照医生的要求调整体位、呼吸等;保持身体放松不要过度紧张;如有不适或疑问应及时告知医生。

4.了解检查结果:检查结束后,患者应向医生询问检查结果并了解病情。对于诊断不明确或需要进一步治疗的情况,患者应积极配合医生进行后续的检查和治疗。

三、超声检查在肝病诊断中的意义

1.肝病病因诊断:根据超声图像可初步判断病变性质,如肝实质性占位性病(良性或恶性)、对某些弥漫性肝脏疾病或肝弥漫性疾病的某种阶段做出明确诊断,鉴别细胞性黄疸和阻塞性黄疸等。

2.病情观察和疗效评价:观察肝脏肿大或缩小的程度;肝脏表面是否光滑;实质回声是否均匀;门静脉和肝静脉是否有异常血流等。对于慢性肝炎患者,通过定期超声检查可以了解病情发展情况。对于肝硬化患者,超声检查有助于判断有无早期肝硬化的形成。对于肝病的治疗效果也可以通过超声检查来观察和评价。

3.早期发现及治疗:超声方法诊断肝血管瘤因其敏感性和特异性均较高,而列为诊断该疾病的首选影像学方法,它能准确的给出肝内血管瘤的位置、数目及大小。超声检查为确诊肝囊肿的首选方法,对于巨大肝囊肿可在超声引导下进行肝囊肿穿刺硬化治疗。超声是诊断肝脓肿首选而敏感的方法,超声引导下对以液化的肝脓肿进行穿刺引流治疗。为早期肝癌筛选的主要方法之一,目前超声可发现1cm甚至1cm以下的小肝癌,确诊肝癌存在对肿瘤进行确切定位及临床分期。

总之,超声检查是肝病患者重要的辅助检查方法之一,对于肝病的诊断、病情观察和疗效评价具有重要意义。因此,肝病患者在接受超声检查时应注意以上事项,配合医生进行检查,以便获得准确的检查结果。

(作者单位:广西河池市第三人民医院)

甲亢的症状与治疗方法

□ 甘美舍

小美最近几天都觉得自己的心脏跳得非常快,晚上睡觉时都能清晰听到自己的心跳声,严重影响睡眠。这种症状维持了好几天,小美觉得自己的心脏可能出了问题,就在家人的陪同下到医院检查心脏。医院在为小美进行体格检查后,让她去做甲状腺相关检查,小美顿感不解,为什么心脏问题要去查甲状腺呢?会不会是误诊啊,但自己不太懂,不好直接质问医生,就去检查甲状腺了。完成各项检查后,小美发现自己的检查指标都是阳性,结果提示有甲状腺功能亢进症状,而每天出现的心跳过快也是因为甲状腺病变导致的。小美这才相信医生没有乱开检查单。

一、甲状腺是什么?

甲状腺在颈前正中气管前方,形状与蝴蝶比较相似,左右“翅膀”分别代表腺叶,中间为峡部。甲状腺是人体较为重要的内分泌腺,也是人体内分泌腺当中体积最大的内分泌腺体,发挥非常重要作用。

甲状腺合成、分泌的甲状腺激素,是人体重要的激素,可以促进新陈代谢,促进人体生长发育,还能加强神经系统兴奋度,联合其他内分泌腺,共同维持身体内环境稳定,保证心血管功能的正常化。

二、甲状腺功能亢进是什么?

甲状腺功能亢进,是甲状腺合成、释放大量甲状腺激素,从而导致循环、神经、消化系

统的兴奋性增高,身体代谢亢进,容易出现进食、心悸、排便次数增多、出汗等症状。

甲状腺肿大:

甲状腺功能亢进患者会出现脖子肿大等症状。

心动过速:

甲亢性心脏病会引发心绞痛症状,发病几率约为12%-16%。因为身体的基础代谢率较高,心肌负担比较重要,心动过速。当心脏需氧量增加后,容易出现心脏缺氧症状,表现为心悸、心慌、缺血性心电图改变。

怕热、多汗:

甲状腺功能亢进患者比较怕热,皮肤容易出汗。

多食、消瘦、体重下降:

甲状腺激素可以加快胃肠排空,身体代谢功能亢进,因此患者出现多食消瘦情况。

心情烦躁:

甲状腺功能亢进患者的神经兴奋度高,因此情绪过于激动,容易出现失眠、焦虑、生气、记忆力减退等症状。

肠蠕动亢进、腹泻:

甲状腺激素会缩短小肠转化时间,增加胃肠蠕动。

甲状腺功能亢进的易感人群有哪些?

甲亢家族史:

甲亢属于可遗传疾病,如果有家族遗传史,那么甲亢发病率就会高于正常人。

精神压力大:

如果长时间处于精神压力大的状态,那么甲状腺系统、免疫系统功能紊乱,长期压力过大、紧张焦虑,容易导致免疫系统功能紊乱,从而引发甲状腺功能亢进症状。

近期病毒感染群体:

部分病毒、细菌感染也会引发甲状腺炎,炎症会对甲状腺产生破坏影响,从而引发甲状腺功能亢进症状。

碘摄入量:

碘会合成甲状腺激素,长期碘过量就会导致甲状腺激素过量,容易引发甲状腺功能亢进症状。

三、甲状腺功能亢进心率过快的治疗

如果出现心率过快症状时,应当从原发病甲亢症状着手治疗。多数甲亢患者初期并不知晓心动过快是由于甲亢引起的,因此只会以普通的心动过快症状治疗,但治疗效果却不太理想。甲亢所致心脏病属于严重并发症,只有控制好甲亢症状,才能缓解心率过快症状。

甲亢的治疗方法主要包括药物治疗、放射碘治疗、手术治疗、中医治疗等。药物治疗:如果患者病情不是特别严重,可以遵医嘱服用丙硫氧嘧啶片、甲硫咪唑片等药物进行治疗,能够抑制甲状腺激素的合成,从而改善病情;放射碘治疗:是利用碘-131元素发射出的β射线破坏甲状腺组织,减少甲状腺激素的

产生,从而达到治疗甲亢的目的。但是部分患者可能会出现甲状腺功能减退、放射性甲状腺炎等并发症,需要在医生的指导下合理用药;手术治疗:如果患者病情比较严重,出现了甲状腺明显肿大甚至压迫症状的情况,而且药物治疗的效果不佳,患者可以通过甲状腺全切术、甲状腺大部切除术等方式进行治疗;中医治疗,中医认为甲亢是由于情志郁结、气郁化火、饮食不当等原因所引起,患者可以在医生指导下通过中药治疗、针灸治疗等方式进行治疗。

四、甲状腺功能亢进心率过快的护理

第一,养成规律生活习惯,保证日常睡眠充足;第二,保证居住环境安静,日常可以种些花草,修养身心。第三,按照自己的身体状况,选择合适的体育锻炼方式,比如气功、太极拳、散步等。第四,若患者出现心律失常症状,就要禁饮咖啡、浓茶,也不要过量食用过甜、过咸食物,同时要控制饮水量。第五,使用抗甲状腺药物,将甲状腺功能控制在正常范围是很重要的,甲状腺功能控制在正常范围内,心率就会恢复正常。除此之外,我们可以使用β受体阻滞剂来控制心率。总之,虽然甲亢可以治愈,但患者要尽早筛查和预防。针对易感群体,每年都要监测甲状腺功能,减少碘摄入量,同时要养成规律的生活习惯,保持身心舒畅,以降低甲亢发生率。

(作者单位:广西医科大学附属肿瘤医院)