

# 化疗药物的常见不良反应及护理措施

□ 张洪玉

化疗药物是治疗癌症等疾病常用的药物,它们能够杀死癌细胞,但同时也会对患者的身体造成一定的不良反应。本文将介绍化疗药物常见的不良反应及护理措施。

## 一、化疗药物常见的不良反应

1.骨髓抑制:骨髓是人体生产血细胞的重要器官,如果化疗药物对骨髓产生抑制,就会导致白细胞减少、血小板减少和贫血等。骨髓抑制通常会在化疗后一周左右出现,持续时间较长,需要密切监测患者的血常规。

2.消化道反应:化疗药物对胃肠道有一定的刺激作用,会导致恶心、呕吐、腹痛、腹泻等消化道反应。这些反应通常会在化疗后一两天内出现,持续时间较长,需要给予相应的

药物治疗和饮食调理。

3.过敏反应:有些化疗药物可能会引起过敏反应,如皮疹、皮肤瘙痒、呼吸困难等。过敏反应通常会在用药后几分钟到几小时内出现,需要及时处理,避免发生严重的过敏反应。

4.肝肾毒性:化疗药物会对肝肾产生一定的毒性作用,导致肝肾功能障碍。因此,在化疗前需要评估患者的肝肾功能,并在化疗后密切监测。

5.感染风险:化疗药物会对患者的免疫系统产生一定的抑制作用,导致感染风险增加。因此,患者在化疗期间需要注意个人卫生,避免接触感染源。

## 二、护理措施

1.骨髓抑制护理:对于骨髓抑制的患者,需要及时监测血常规,根据医生的建议补充白细胞的集落刺激因子等药物治疗。同时,患者需要保持充足的睡眠和休息,避免过度劳累。

2.消化道反应护理:对于消化道反应的患者,需要注意饮食卫生,避免油腻、辛辣和刺激性食物。同时,可以给予相应的药物治疗和饮食调理,如止吐药、益生菌等。

3.过敏反应护理:对于过敏反应的患者,需要密切观察病情变化,及时就医并遵医嘱使用抗过敏药物。同时,患者需要避免接触过敏原,如某些药物、食物等。

4.肝肾毒性护理:对于有肝肾毒性风险的化疗药物,需要在化疗前进行肝功能和肾功能评估,并在化疗后密切监测。如有异常情况,需要及时就医。

5.预防感染:患者在化疗期间需要注意个人卫生,勤洗手、戴口罩等。同时,需要注意保暖,避免感冒等感染性疾病的发生。

总之,化疗药物虽然能够杀死癌细胞,但也会对患者的身体造成一定的不良反应。因此,患者在接受化疗时需要密切关注身体状况,遵循医生的建议和护理措施,以减轻不良反应带来的痛苦和不适。同时,家属和亲友也需要给予患者关爱和支持,帮助他们度过难关。

(作者单位:河北省霸州市中医医院)

# 浅谈高血压与高血脂的应对策略

□ 张国权

在现代社会,高血压和高血脂已成为威胁人们健康的两大“隐形杀手”。它们悄无声息地侵袭人体,对心血管系统造成严重损害,甚至引发冠心病、脑卒中等严重疾病。作为心血管内科医生,我们深知早期预防、科学治疗的重要性。本文将分条介绍高血压与高血脂的应对策略,帮助大家更好地保护心血管健康。

## 一、认识高血压与高血脂

高血压:是指血液在血管中流动时对血管壁造成的压力持续高于正常水平。长期高血压会损伤血管,增加心脏负担,导致多种并发症。

高血脂:则是指血液中脂质成分(如胆固醇、甘油三酯)异常升高。高血脂是冠心病、脑

卒中的重要危险因素,还会影响肝脏功能,增加肥胖和代谢综合征的风险。

## 二、高血压的应对策略

1.准确测量血压:高血压治疗的基础是准确测量血压。患者应学会正确的血压测量方法,并在医生指导下定期监测,以便及时调整治疗方案。

2.个性化治疗:每位患者的高血压情况可能不同,因此治疗需根据患者的年龄、性别、健康状况和并发症风险等因素制定个性化的方案。

3.药物治疗:心血管内科医生会根据患者的血压水平和其他病情,选择合适的降压药物。

4.生活方式干预:戒烟、限制饮酒、健康

饮食、适度运动和压力管理都是高血压治疗的重要部分。

## 三、高血脂的应对策略

1.调整生活方式:高血脂患者应遵循低糖、低脂、高纤维的饮食原则,减少糖分和饱和脂肪的摄入,增加蔬菜、水果和全谷物的比例。

2.药物治疗:对于血脂水平过高的患者,医生可能会开具降脂药物。

3.关注并发症:高血脂患者容易伴随心脑血管疾病、肾脏问题等并发症。

## 四、综合防控策略

1.提高健康意识:公众应提高对高血压和高血脂的认识和重视程度,积极参与健康教育和宣传活动,了解疾病的危害和防控措施。

2.定期体检:建议成年人每年至少进行一次健康体检,包括血压、血脂等指标的检测。对于高血压和高血脂患者,更应遵循医生的建议进行定期复诊和检查。

3.多学科合作:高血压和高血脂的治疗可能涉及多个医疗专业领域。因此,心血管内科医生应与其他专业医生紧密合作,制定综合性的治疗计划,为患者提供全面的医疗服务。

总之,高血压和高血脂是威胁人们心血管健康的重要因素。通过科学的诊断、个性化的治疗和持续的生活方式干预,我们可以有效控制这些疾病的发展,降低并发症的风险,过上更加健康的生活。

(作者单位:河北省唐山市玉田县林西镇卫生院)

# 门诊就医需要注意的细节

□ 曾传萍

门诊就医是许多人都经历过的过程,无论是看病、体检还是复诊,都需要在门诊进行。门诊就医需要注意的“小细节”,这些细节可能会影响到你的就医体验和疗效。下面我们将详细介绍这些“小细节”。

## 一、挂号与就诊

1.挂号:提前了解医院科室设置和医生出诊时间,选择合适的科室和医生进行挂号。挂号可以通过医院现场、电话、互联网等多种方式进行。

2.就诊:就诊时请携带身份证、医保卡等相关证件,以便于医生查询病史和进行医保报销。

3.候诊:在候诊区等待叫号,保持安静,避免大声喧哗,尊重他人隐私。

## 二、与医生沟通

1.详细描述病情:向医生详细描述病情,包括症状、发作时间、持续时间、已经采取的治疗措施等。

2.提问:如果有疑问或担忧,请在就诊过程中向医生提问,获取更多信息。

3.遵医嘱:认真听取医生的建议和处方,如有不明白的地方,请及时向医生询问。

门诊就医需要面对陌生的环境和人群,可能会让人感到紧张和不安。此时,保持良好心态非常重要。你可以尝试深呼吸、放松肌肉、与医生交流等技巧来缓解紧张情绪。同时,不要过于焦虑和紧张,相信医生的专业能力,积极配合医生的治疗建议。

## 三、检查与治疗

1.检查:根据医生要求进行相应的检查,

如抽血、拍片、心电图等。检查前请遵循医嘱,做好准备工作。

2.治疗:根据医生的治疗方案进行治疗,如服药、打针、手术等。治疗过程中如有不适,请及时向医生反馈。

## 四、医保报销

1.了解医保政策:提前了解医保报销政策和流程,以便于在就医过程中顺利进行报销。

2.保存相关单据:保存好就诊记录、检查报告、处方单据等,以便于医保报销时使用。

## 五、安全与卫生

1.遵守医院规定:遵守医院规章制度,如不随意插队、不乱扔垃圾等。

2.个人卫生:保持个人卫生,如勤洗手、不随地吐痰等。

3.防感染:在医院过程中注意防止交叉感染,如使用一次性器械、避免触摸公共物品等。

## 六、回家后的注意事项

1.遵医嘱:按照医嘱进行用药和治疗,如按时服药、定期复查等。

2.休息与饮食:合理安排休息和饮食,保持良好的生活习惯。

3.监测病情:注意监测病情变化,如症状加重、消失等,及时向医生反馈。

总之,在门诊就医过程中,患者需要注意以上提到的“小细节”,这有助于更好地配合医生进行诊断和治疗,提高就医效率和质量。同时,患者应该保持积极的心态,积极配合医生的治疗,争取早日康复。

(作者单位:四川省西昌市人民医院)

# 中西医结合治疗糖尿病肾病

□ 孙然

糖尿病肾病是一种常见的慢性并发症,影响着全球数亿糖尿病患者的生活质量。糖尿病肾病是糖尿病特征性微血管病变之一,临床以慢性肾功能衰竭和终末期肾病为结局。随着人口老龄化和糖尿病发病率的增加,糖尿病肾病已成为一个日益严重的公共卫生问题。近年来,中西医结合治疗糖尿病肾病在临床实践中取得了显著的疗效。

## 一、中西医结合治疗糖尿病肾病的优势

中西医结合治疗糖尿病肾病,可以发挥中医整体调理的优势,同时结合西医的精准治疗,形成优势互补,具有以下显著优势:

1.延缓疾病进展:中医强调整体调理,注重阴阳平衡,能够调节患者全身免疫功能,有

助于延缓糖尿病肾病进展。

2.改善临床症状:中西医结合治疗可以显著改善患者蛋白尿、水肿、高血压等临床症状,提高患者生活质量。

3.减少并发症:中西医结合治疗有助于减少糖尿病肾病其他微血管并发症的发生,如视网膜病变等。

## 二、中西医结合治疗方法

1.中药治疗:根据患者的体质、症状、舌脉等情况,辨证施治,采用益气养阴、活血化瘀、清热解郁等中药进行治疗。

2.针灸治疗:针灸治疗有助于调节患者的免疫功能,改善微循环,有助于减轻蛋白尿等症状。

3.西医治疗:西医治疗主要包括控制血

糖、血压、血脂等基础疾病,以及保护肾功能、减少蛋白尿等对症治疗。

4.中西医结合的特色疗法:如中药灌肠、中药贴敷、穴位注射等特色疗法,有助于改善患者的临床症状,提高治疗效果。

## 三、如何有效应用中西医结合治疗糖尿病肾病

为了有效应用中西医结合治疗糖尿病肾病,我们需要遵循以下原则:

1.全面评估病情:在应用中西医结合治疗前,应全面评估患者的病情,包括血糖、血压、血脂、肾功能等指标,以及患者的体质和症状等情况。

2.合理搭配中西医治疗:根据患者的具体情况,合理搭配中医和西医的治疗方法,以

达到最佳的治疗效果。

3.坚持长期治疗:糖尿病肾病是一种慢性疾病,需要长期坚持治疗。患者应遵医嘱,坚持长期治疗,并定期监测病情变化。

4.注重个体化差异:每个患者的体质和症状等情况都存在差异,因此应根据个体情况制定个性化的治疗方案。

总之,中西医结合治疗糖尿病肾病是一种有效的治疗方法,具有显著的优势和临床效果。通过全面评估病情、合理搭配中西医治疗、坚持长期治疗以及注重个体化差异等方法,我们能够更好地应用中西医结合治疗糖尿病肾病,提高患者的生活质量和生存率。

(作者单位:河北省霸州开发区医院)