

抗菌药物的科学使用方法

□ 王宝静

随着医学的快速发展,抗菌药物在疾病治疗中扮演着至关重要的角色。它们能够有效杀灭或抑制细菌的生长,从而控制感染,拯救生命。然而,抗菌药物的滥用和误用现象也日益严重,这不仅可能导致药物浪费,还可能引发细菌耐药性的增强,对人类健康构成严重威胁。因此,了解抗菌药物的科学使用,避免滥用与耐药性,已成为我们共同的责任。

一、明确抗菌药物的使用原则

抗菌药物的使用必须遵循“四有”原则,即有明确的感染病灶、有明确的病原体、有明确的药敏结果、有明确的用药指征。在临床实践中,医生需根据患者的具体情况,结合相关

检查结果,判断是否需要使用抗菌药物,并选择合适的药物种类和剂量。

二、合理使用抗菌药物

1.不随意用药:患者在出现感染症状时,切勿自行购买和服用抗菌药物。应在医生的指导下,根据具体病情选择合适的药物进行治疗。同时,患者在使用抗菌药物期间,应严格遵守医嘱,按时按量服药,不得随意增减剂量或停药。

2.避免滥用:抗菌药物的滥用是导致细菌耐药性增强的主要原因之一。因此,在日常生活中,我们应尽量避免滥用抗菌药物。

3.规范使用:在使用抗菌药物时,患者应严格按照医生的建议,规范使用药物。如需使用注

射类抗菌药物,应在医生的指导下进行,切勿自行操作。同时,患者在使用抗菌药物期间,应注意观察药物的疗效和不良反应,如有异常应及时就医。

三、预防耐药性的产生

1.合理使用抗菌药物:如上所述,合理使用抗菌药物是预防耐药性的关键。通过遵循“四有”原则,可以确保抗菌药物的有效性和安全性,降低耐药性的产生。

2.加强个人卫生:个人卫生习惯与耐药性的产生密切相关。保持良好的个人卫生习惯,如勤洗手、勤换洗衣物、保持室内清洁等,可以有效减少细菌的传播和感染机会,从而

降低耐药性的产生。

3.提高公众意识:公众对抗菌药物的认识和了解程度也是预防耐药性的重要因素。通过加强科普宣传和教育,提高公众对抗菌药物的认识和了解程度,引导公众正确使用抗菌药物,降低耐药性的产生。

总之,抗菌药物的科学使用对于保障人类健康具有重要意义。我们应遵循“四有”原则,合理使用抗菌药物,避免滥用与耐药性。同时,加强个人卫生习惯的培养和公众意识的提高也是预防耐药性的重要措施。让我们共同努力,为构建健康中国贡献自己的力量。

(作者单位:河北省玉田县中医院)

手术室护士如何确保患者的安全

□ 王新雨

手术室护士在确保患者安全方面起着至关重要的作用。他们需要遵守卫生保健规定和手术室标准操作规程,提供优质的护理服务,确保患者在手术过程中的安全。以下是一些手术室护士确保患者安全的措施:

一、术前访视患者

手术室护士在术前访视患者非常重要。他们需要了解患者的病史、过敏史、药物使用情况等信息,评估患者的身体状况和手术风险。根据评估结果,制定针对性的护理计划,以确保患者在手术过程中得到适当的护理。此外,护士还会向患者解释手术的重要性,减轻患者的心理负担,增强治

疗的信心。

二、严格遵守无菌操作

手术室是无菌要求最高的环境之一,护士需要严格遵守无菌操作规程,确保手术器械和敷料等物品的清洁和无菌状态。在手术过程中,护士需要密切关注手术区域的消毒情况,及时更换污染的器械和敷料,防止感染的发生。此外,他们还需要定期检查手术器械和设备的性能,及时更换损坏的器械和设备,防止意外事故的发生。

三、确保患者舒适安全

手术过程中,护士需要密切关注患者的身体状况,确保患者舒适安全。他们需要确保患者的体位正确,既能够满足手术的需要,又

能够减轻患者的身体压力和不适感。此外,护士还需要确保患者身体不受限制,能够自由地呼吸和移动肢体。同时,他们还需要关注患者的心理状态,提供心理支持和安慰,缓解患者的紧张情绪。

四、合理使用麻醉药品和设备

护士需要严格遵守麻醉药品的使用规定,确保麻醉药品的供应和管理符合标准。他们需要确保麻醉药品的储存条件适宜,防止药品变质或被污染。在给药过程中,护士需要严格遵循给药规定,确保患者得到适当的药物剂量和给药方式。此外,护士还需要密切关注患者的生命体征和麻醉反应,及时采取措施进行处理。

五、术后护理

手术结束后,护士需要及时清理患者身体和手术区域,确保无菌状态。同时,他们还需要密切关注患者的生命体征和恢复情况,及时发现和处理可能出现的并发症和异常情况。此外,护士还需要提供必要的心理支持和安慰,帮助患者缓解术后不适感和焦虑情绪。

总之,手术室护士确保患者安全需要遵守卫生保健规定和手术室标准操作规程,提供优质的护理服务。通过术前访视、无菌操作、确保患者舒适安全、合理使用麻醉药品和设备以及术后护理等措施,最大限度地确保患者的安全,提高手术治疗的效果。

(作者单位:河北省沧州市人民医院手术室)

超声波检查心脏的方法

□ 范晓伟

超声波是一种声波,利用其可以在人体内部传播的特性,可以用来检测和成像人体内部器官的结构和健康状况。对于心脏检查,超声波是一种非常常用的无创性检查方法,可以清晰地显示心脏的各个腔室、瓣膜、血管等结构,观察心脏的形态和功能的变化,并可以用于诊断多种心脏疾病。

首先,让我们了解一下超声波是如何用于检查心脏的。超声波仪器发出高频声波,这些声波在器官内部传播,遇到结构或细胞时会产生反射和折射。仪器接收这些反射回来的声波,通过分析回声的强度、时间和频率,可以重建器官的结构和运动。对于心脏,超声波可以显示心脏的左心室、右心室、心房等腔室,以及心脏的瓣膜。它还可以显示心脏和大血管之间的连接,以及血流的情况。通过观察心脏的运动、结构和功

能的变化,可以诊断许多心脏疾病,如心肌梗死、瓣膜病、心肌缺血等。

那么,超声波能否“看到”心脏呢?答案是肯定的。首先,超声波是一种高频声波,具有较强的穿透能力。当超声波穿过心脏和周围的软组织时,它可以被组织中的各种界面,如心脏的壁、瓣膜、血管等反射回来。仪器可以将反射回来的声波转化为图像,这样就可以实时地显示心脏的结构和运动。因此,超声波是一种非常有效的工具,可以用于观察和分析心脏的结构和功能。

然而,需要注意的是,超声波并不是一种万能的检查方法。它不能检测到心肌缺血等一些心肌损伤类型,此时可能需要其他检查方法,如心电图或心肌核医学检查。此外,超声波对操作者的技术和经验有一定的要求,不同的操作

者可能会得到略有不同的图像。

总的来说,超声波是一种非常有效的检查方法,可以清晰地显示心脏的结构和运动,用于诊断多种心脏疾病。它是一种无创性检查方法,对患者的伤害小,安全可靠,是许多心脏病患者的首选检查方法。然而,它也有其局限性,需要与其他检查方法结合使用,以获得更全面和准确的诊断结果。

在实践中,医生通常会根据患者的具体情况和需求,选择合适的检查方法。对于一些简单的病例,可能只需要进行超声心动图检查即可;而对于一些复杂的病例,可能需要结合其他检查方法,如心电图、心肌核医学检查等。无论采用何种检查方法,重要的是要遵循医生的建议,按时进行检查,并保持积极的心态,以便及时了解自己的健康状况,并采取适当的措施进行治疗和预防。

(作者单位:河北省保定市妇幼保健院)

健康生活方式与内科疾病的预防

□ 胡红秀

随着人们生活水平的提高,健康问题越来越受到人们的关注。健康的生活方式不仅可以提高生活质量,还可以预防内科疾病的发生。本文将介绍健康生活方式的重要性,并阐述如何通过良好的生活习惯预防内科疾病。

一、健康生活方式的重要性

健康的生活方式包括合理饮食、适量运动、良好的睡眠、戒烟限酒等方面。这些良好的生活习惯有助于维持身体健康,降低内科疾病的发生率。健康的生活方式可以增强人体免疫力,促进新陈代谢,有利于身体各项功能的正常运转。

二、内科疾病的预防

1.心血管疾病

心血管疾病是常见的内科疾病之一,包括高血压、冠心病、脑卒中等。预防心血管疾病的关键是保持健康的饮食习惯,多摄入富含膳食纤维、维生素和矿物质的食物,少吃高脂肪、高糖食

品。此外,适量运动、控制体重、戒烟限酒等也是预防心血管疾病的必要措施。

2.呼吸系统疾病

呼吸系统疾病包括哮喘、支气管炎、肺炎等,这些疾病与吸烟、环境污染、过度疲劳等因素有关。为了预防呼吸系统疾病,应保持室内空气流通,避免接触过敏原,适量运动,增强免疫力。此外,戒烟是预防呼吸系统疾病的重要措施之一。

3.消化系统疾病

消化系统疾病包括胃炎、胃溃疡、肠易激综合征等,这些疾病与饮食不规律、暴饮暴食、压力过大等因素有关。预防消化系统疾病的关键是养成良好的饮食习惯,定时定量进食,避免过度疲劳,适量运动。

三、实施健康生活方式的方法

1.制定合理的饮食计划

饮食是健康生活方式的基础,应该制定合理的饮食计划,多吃蔬菜水果,

控制糖分和脂肪的摄入量。尽量选择富含优质蛋白质的鱼类和瘦肉,以及富含膳食纤维的粗粮和豆类。同时,要保证每天摄入足够的水分,以促进身体新陈代谢。

2.坚持适量运动

适量的运动有助于增强身体免疫力,促进血液循环,预防内科疾病的发生。可以选择适合自己的运动方式,如散步、慢跑、瑜伽等,每周至少进行三次,每次持续30分钟以上。

3.保持良好的睡眠习惯

睡眠是身体恢复和修复的重要过程,应该保持良好的睡眠习惯,保证每天有足够的睡眠时间。睡前避免过度兴奋和疲劳,可以使用温水泡脚或喝杯温牛奶来帮助入睡。

总之,健康的生活方式对于预防内科疾病至关重要。通过合理的饮食、适量的运动、良好的睡眠和戒烟限酒等措施,我们可以保持身体健康,降低内科疾病的发生率。

(作者单位:河北省故城县医院)

急性肾炎是一种常见的儿科疾病,其主要症状包括水肿、高血压、血尿和蛋白尿等。老中医指出,治疗急性肾炎的关键在于清热利尿,调整身体内部的平衡,恢复肾脏的正常功能。今天,我们将向大家介绍一种老中医推荐的急性肾炎首选方。

一、病因分析

急性肾炎的病因较为复杂,可能与感染、免疫反应、遗传等因素有关。中医认为,急性肾炎主要是由于湿热内盛,伤及脾胃,进而损伤肾气,导致水液代谢紊乱,形成水肿、高血压等症状。因此,治疗的关键在于清除湿热,调理脾胃,恢复肾脏功能。

二、首选方介绍

老中医推荐的急性肾炎首选方为:生黄芪、车前草、玉米须、益母草、白茅根。该方以生黄芪益气固表,增强免疫力;车前草、玉米须、益母草、白茅根利尿清热,排除体内湿热;同时配以车前草等具有利尿作用的中药,有助于消除水肿。此外,该方还具有保护肾脏的作用,有助于恢复肾脏的正常功能。

三、治疗方法

1.煎服方法:将中药材洗净后,加水浸泡30分钟,然后煮沸后煎煮30分钟,取汁饮用。可每日一剂,分早晚两次温服。

2.调整饮食:患儿在患病期间应清淡饮食,多食用易消化、富含维生素的食物,如蔬菜泥、水果汁等。避免食用高盐、高脂肪的食物,以免加重水肿症状。

3.注意休息:患儿应保证充足的休息时间,避免过度劳累和剧烈运动。同时要保持心情愉悦,有助于身体的康复。

4.预防感染:患儿在患病期间容易受到外界感染,因此要注意保持室内空气流通,定期消毒,避免带患儿去人群密集的场所。

四、注意事项

1.中药剂量:应根据患儿的年龄、体重等因素,合理调整中药剂量。建议在医生的指导下进行用药,以确保安全有效。

2.避免自行调整方剂:如需更改用药方案,应咨询医生意见,避免自行调整方剂。

3.观察病情变化:家长应密切关注患儿的病情变化,如出现病情加重或异常症状,应及时就医。

4.长期疗效:急性肾炎的康复需要一定的时间,因此需要长期坚持治疗,以达到最佳疗效。

总之,老中医推荐的急性肾炎首选方是一种安全有效的治疗方法,适用于湿热内盛、伤及脾胃的患儿。家长在遵循医嘱、合理用药的基础上,还应注意患儿的饮食、休息和预防感染等方面,以帮助患儿早日康复。同时,我们也希望广大家长能够加强对急性肾炎的认识,及早发现、及早就医,以免延误病情。

(作者单位:河北省廊坊市安次区医院)

急性肾炎的中医药方推荐

□ 解延旭