

# 精神科护理的探索与实践

□ 刘 乔

在医学的广阔领域中，精神科护理如同一朵静谧绽放的莲花，虽常笼罩在误解与神秘的薄雾之下，却承载着帮助心灵重归宁静与光明的重要使命。本文将带您一探精神科护理的奥秘，通过几个关键方面，揭开其神秘面纱，促进公众对这一领域的理解与尊重。

## 1. 精神科护理的定义与重要性

精神科护理是护理学与精神医学的交叉学科，专注于为患有心理健康问题的患者提供全面、个性化的护理服务。它不仅关注患者的生理健康，更侧重于心理、社会及精神层面的康复与支持。在精神疾病的预防、治疗、康复过程中，精神科护理发挥着不可替代的作用，是连接患者与康复之路的重要桥梁。

## 2. 理解精神疾病：打破偏见与误解

精神疾病并非“恶魔附身”或“性格缺陷”，而是由多种因素（如遗传、环境、心理压力等）共同作用导致的脑功能失调。精神科护理的首要任务是帮助公众正确认识精神疾病，消除偏见与歧视，为患者创造一个包容、理解的康复环境。通过科普教育，我们认识到每个人在面对生活的挑战时都可能遭遇心理困境，而及时的帮助与支持至关重要。

## 3. 个性化护理计划：关怀从心开始

精神科护理强调“以患者为中心”的理念，根据患者的具体病情、性格特征、生活习惯等制定个性化的护理计划。这包括药物治

疗的监测、心理疗法的引导、生活技能的训练以及家庭和社会的支持网络建设。护理人员通过耐心倾听、情感支持、行为干预等多种方式，帮助患者逐步建立自我认知，增强应对能力，最终实现社会功能的恢复。

## 4. 安全管理与危机干预

精神科护理还涉及复杂的安全管理与危机干预工作。由于部分患者可能存在自杀、伤人等风险行为，护理人员需具备高度的警觉性和专业的危机处理能力。通过制定详细的安全预案、进行定期的安全检查、加强患者与家属的沟通教育，以及提供必要的心理支持和干预措施，确保患者及周围人员的安全。

## 5. 促进康复与社会融入

精神科护理的最终目标是帮助患者重返社会，实现自我价值。这包括通过职业康复训练、社交技能训练、心理健康教育等方式，提升患者的社会适应能力和生活质量。同时，加强与社区、政府及非政府组织的合作，为患者搭建更广阔的康复平台，让爱与希望的光芒照亮每一个需要关怀的心灵。

总之，精神科护理是一项充满挑战与希望的工作，它要求护理人员具备专业知识、人文关怀和无私奉献的精神。通过不断的探索与实践，我们正逐步揭开精神科护理的神秘面纱，让更多人了解并尊重这一领域，共同为精神健康事业贡献力量。

（作者单位：河北省第三荣军优抚医院）

# 免疫学技术在临床检验中的应用

□ 李梦珍

在现代医学领域，免疫学技术作为一项重要的临床检验手段，发挥着至关重要的作用。通过检测和分析人体免疫系统的各项指标，免疫学技术不仅帮助医生准确判断患者的疾病类型、病情严重程度，还指导了临床治疗方案的制定和调整，为患者的康复和治疗提供了重要依据。

## 一、免疫学检验的基本原理

免疫学技术主要基于人体的免疫应答机制，通过检测免疫系统中特定抗体、抗原或其他免疫分子的变化，来评估患者的免疫状态。这些技术利用了抗原与抗体相互结合的特异性反应，进行定性或定量的诊断，具有高度的灵敏度和特异性。

## 二、常见的免疫学检验方法

1. 免疫荧光法：此方法通过标记荧光物

质的抗体与待测抗体或抗原结合，再利用荧光显微镜观察标记物质的位置和数量，从而判断待测物质的含量和分布情况。该方法在临床诊断中常用于自身免疫性疾病、感染性疾病和肿瘤等方面的检测，具有高灵敏度和特异性的优势。

2. 酶联免疫吸附试验(ELISA)：ELISA利用酶标记的抗体与待测物质结合，再加入底物使酶发生化学反应产生发光或颜色反应，从而测定待测物质的含量。该方法简单、灵敏，适用于大规模的检测和筛查工作，广泛应用于感染病原体、药物浓度、激素水平等多个领域。

3. 化学发光免疫分析技术(CLIA)：是一种基于化学发光反应的免疫分析方法，它利用化学发光剂直接标记抗原或抗体，通过检

测发光强度来进行定量或定性的免疫分析。这种方法具有高灵敏度和高特异性的特点，能够显著提高检测的准确性和工作效率。

4. 流式细胞术：流式细胞术通过高速流动的细胞与特定抗体结合，再利用荧光标记技术检测细胞表面的抗原或受体，从而分析细胞的类型、数量和功能状态。该技术在肿瘤、自身免疫性疾病等领域具有广泛应用。

## 三、免疫学检验的临床应用

1. 疾病诊断：免疫学检验技术可以诊断多种免疫相关疾病，如传染病（如 HIV、HBV 感染）、自身免疫性疾病（如风湿性关节炎、红斑狼疮）、过敏性疾病和肿瘤等。例如，抗-HIV 抗体检测是诊断艾滋病的标准方法之一，而肿瘤标记物（如 AFP、CEA、PSA）的检测则有助于癌症的早期筛查和诊断。

2. 免疫功能评估：通过检测血液中各种免疫细胞的数量、活性等，评估机体的细胞免疫功能状态。这对于评估患者的免疫缺陷、免疫失调、免疫耐受等情况具有重要意义。

3. 治疗监测与疗效评估：免疫学检验技术还可以用于监测治疗过程中的免疫反应，评估疗效，并指导治疗方案的调整。例如，在治疗感染性疾病时，检测病原体抗体水平的变化可以反映治疗效果；在治疗肿瘤时，监测肿瘤标记物的变化可以评估肿瘤的复发和转移风险。

随着科学技术的不断发展，免疫学技术在临床检验中的应用日益广泛和深入。它不仅为医学诊断与治疗提供了重要的支持与保障，还推动了医学科学的进步和发展。

（作者单位：河北省邢台市任泽区人民医院）

# 肝癌介入治疗与药物治疗的联合应用

□ 李金帅

肝癌，这一被誉为“癌症之王”的疾病，因其高发病率、高死亡率而备受医学界和公众的关注。传统的肝癌治疗手段包括手术切除、化疗、放疗等，但这些方法往往受限于肿瘤的大小、位置以及患者的身体状况，治疗效果有限。近年来，随着医学技术的不断发展，肝癌的介入治疗与药物治疗逐渐成为治疗肝癌的重要手段，并且二者的联合应用更是为肝癌患者带来了新的希望。

## 一、肝癌介入治疗：精准打击，局部控制

介入治疗，作为一种微创治疗手段，在肝癌治疗中发挥着越来越重要的作用。它利用医学影像技术（如 CT、MRI、超声等）对肿瘤进行精确定位，然后通过特制的导管、导丝等器械，将药物或栓塞剂直接送达肿瘤部位，实现对肿瘤的精准打击和局部控制。

肝癌的介入治疗主要包括经动脉化疗栓塞(TACE)、射频消融(RFA)、微波消融(MWA)

等方法。其中，TACE 是肝癌介入治疗中最常用的方法之一。它通过导管选择性置入肿瘤供血靶血管后，以适当的速度灌注化疗药物和栓塞剂，使靶血管闭塞，引起肿瘤组织的缺血坏死，从而达到控制、缩小、标记癌灶的目的。这种治疗方法具有创伤小、恢复快、可重复性强等优点，特别适用于中晚期肝癌患者。

## 二、肝癌药物治疗：全身治疗，抑制肿瘤生长

药物治疗在肝癌治疗中同样占有重要地位。它通过口服或静脉给药的方式，将药物送达全身，实现对肿瘤细胞的全身性抑制和杀伤。肝癌的药物治疗主要包括化疗药物、靶向药物、免疫治疗药物等。

化疗药物是肝癌药物治疗的基础，但由于肝癌对化疗药物的敏感性较差，因此化疗药物在肝癌治疗中的应用受到一定限制。靶向药物则通过特异性地作用于肿瘤细胞的某

个靶点，实现对肿瘤细胞的精准打击。目前，索拉非尼是肝癌治疗中应用最广泛的靶向药物之一，它能够明显延长患者的生存时间。免疫治疗药物则是通过激活患者自身的免疫系统来杀伤肿瘤细胞，具有疗效持久、副作用小等优点。PD-1 抑制剂是目前肝癌免疫治疗中最常用的药物之一。

## 三、介入治疗与药物治疗的联合应用：优势互补，提高疗效

介入治疗与药物治疗的联合应用是肝癌治疗中的新趋势。这种联合治疗方式能够充分发挥介入治疗和药物治疗的优势，实现优势互补，提高治疗效果。

首先，介入治疗能够实现对肿瘤的精准打击和局部控制，而药物治疗则能够实现肿瘤细胞的全身性抑制和杀伤。二者的联合应用可以实现对肝癌的全方位治疗，提高治疗效果。

其次，介入治疗能够减轻药物治疗的副作用。由于化疗药物和靶向药物在杀死肿瘤细胞的同时，也会对正常细胞造成一定的损伤，导致患者出现一系列副作用。而介入治疗能够直接作用于肿瘤部位，减少对正常细胞的损伤，从而减轻患者的副作用。最后，介入治疗与药物治疗的联合应用还能够提高患者的生存率和生活质量。通过介入治疗和药物治疗的联合应用，可以实现对肝癌的有效控制，延长患者的生存时间，提高患者的生活质量。

## 四、总结与展望

肝癌介入治疗与药物治疗的联合应用是肝癌治疗中的新方向。这种联合治疗方式能够充分发挥介入治疗和药物治疗的优势，实现对肝癌的全方位治疗，提高治疗效果。随着医学技术的不断发展，相信未来会有更多的新药物、新技术被应用于肝癌的治疗中，为肝癌患者带来更多的福音。

（作者单位：河北省承德市第三医院）

# “H”型高血压患者的合理膳食与营养补充方法

□ 马茜茹

H 型高血压患者的饮食智慧是至关重要的，因为合理的膳食和营养补充可以帮助患者更好地控制血压，预防心脑血管事件的发生。下面将详细介绍 H 型高血压患者的饮食智慧，包括合理膳食和营养补充的方法。

## 一、合理膳食

1. 控制总热量摄入：H 型高血压患者应控制总热量摄入，避免过度肥胖。建议每日摄入适量的碳水化合物、蛋白质和脂肪，以保持能量平衡。

2. 增加膳食纤维的摄入：膳食纤维可以促进肠道蠕动，减少便秘，有助于控制血压。建议多吃富含膳食纤维的食物，如粗粮、杂粮、豆类等。

3. 增加钾、镁、钙等矿物质摄入：钾、镁、钙等矿物质可以促进钠的排出，有助于控制血压。建议多吃富含这些矿物质的食物，如绿叶蔬菜、水果、豆类、坚果等。

4. 控制盐的摄入量：H 型高血压患者应控制盐的摄入量，以减少水钠潴留，减轻心脏负担。建议每日盐摄入量不超过 6 克，并尽量避免食用腌制品等高盐食品。

5. 减少饱和脂肪和反式脂肪的摄入：H 型高血压患者应减少饱和脂肪和反式脂肪的摄入，以降低血脂水平，防止动脉硬化。

6. 合理搭配食物：H 型高血压患者应合理搭配食物，多食用富含维生素 C、维生素 B6、维生素 E 等的食物，以促进代谢，减轻肝脏负担。

7. 戒烟限酒：吸烟和过量饮酒都会对血压产生不良影响，H 型高血压患者应戒烟限酒，以保持身体健康。

## 二、营养补充

1. 补充优质蛋白质：蛋白质是人体必需的营养物质，H 型高血压患者应摄入优质蛋白质，如鱼肉、禽肉、蛋类、奶制品等。

2. 补充维生素 C 和 B 族维生素：维生素 C 和 B 族维生素有助于提高免疫力，促进代谢，对 H 型高血压患者有益。建议多吃新鲜蔬菜和水果。

3. 适当补充钙质：钙质有助于维持血压稳定，H 型高血压患者应适量食用富含钙的食物，如奶制品、豆制品等。

4. 适当补充叶酸：叶酸有助于降低同

型半胱氨酸水平，H 型高血压患者应适当补充叶酸，可多吃富含叶酸的食物，如绿叶蔬菜、水果等。

5. 特殊情况的处理：对于合并营养不良、微量元素缺乏等特殊情况的患者，应在医生指导下进行营养补充。

总之，H 型高血压患者的饮食智慧包括合理膳食和营养补充两个方面。通过控制总热量摄入、增加膳食纤维和矿物质摄入、控制盐的摄入、合理搭配食物等方法，可以帮助患者更好地控制血压。同时，适量补充优质蛋白质、维生素 C 和 B 族维生素、钙质、叶酸等营养物质，以满足身体需求，促进身体健康。

（作者单位：四川省西昌市人民医院）