

支原体肺炎的药物治疗与非药物治疗

□ 刘振华

支原体肺炎是一种由肺炎支原体引起的急性肺部感染,常见于儿童和青少年,其症状包括发热、咳嗽、乏力等。针对支原体肺炎的治疗,主要分为药物治疗和非药物治疗两大类。理解并选择适当的治疗方法,对于患者的康复至关重要。

一、药物治疗

1. 抗菌药物治疗

支原体肺炎的治疗首选抗菌药物,特别是大环内酯类抗生素,如阿奇霉素、红霉素等。这些药物细胞穿透力强,用量小,且胃肠道副作用较小,能够有效地杀灭或抑制肺炎支原体的生长。对于耐药菌株,医生可能会考虑使用其他类型的抗菌药物,如喹诺酮类(但需

注意未满 18 岁患者禁用)。

2. 糖皮质激素

在病情严重或伴有呼吸困难的情况下,医生可能会建议使用糖皮质激素,如地塞米松等。这类药物能够减轻炎症反应,缓解呼吸困难等症状,但需注意其可能带来的副作用,如免疫抑制等。

3. 止咳、祛痰、平喘药物

支原体肺炎患者常伴有咳嗽、咳痰、平喘等症状,医生会根据患者的具体情况开具止咳、祛痰、平喘药物。例如,氨溴索口服液、复方鲜竹沥口服液等有助于化痰排痰,而支气管扩张剂如特布他林则可用于平喘治疗。

二、非药物治疗

1. 氧疗

对于呼吸困难严重的患者,氧疗是一种重要的非药物治疗手段。通过给患者提供足够的氧气,可以迅速缓解因缺氧导致的一系列症状,提高患者的舒适度。

2. 物理治疗

物理治疗在支原体肺炎的治疗中也扮演着重要角色。例如,通过拍背、吸痰等手法,可以帮助患者排出痰液,减轻呼吸道阻塞。对于平喘严重的患者,可以使用雾化吸入治疗,以减轻气道内的炎症和水肿。

3. 生活护理

良好的生活护理也是支原体肺炎治疗的

重要组成部分。患者应保证充足的休息和能量摄入,保持水和电解质平衡。同时,注意通风、保持清洁,避免接触烟草、宠物等可能诱发过敏的物质。此外,均衡饮食、充足睡眠和适当的体育锻炼也有助于增强体质,提高抵抗力。

结语

支原体肺炎的治疗需要综合考虑药物治疗和非药物治疗的多种手段。在药物治疗方面,应根据患者的具体情况选择合适的抗菌药物和对症治疗药物;在非药物治疗方面,氧疗、物理治疗和生活护理等也是不可或缺的重要措施。通过科学合理的治疗和生活护理,大多数支原体肺炎患者都能够顺利康复。

(作者单位:河北省承德市中心医院)

重症护理的工作内容、挑战与应对措施

□ 顾晨明

重症护理,一个常常被人们忽视但又至关重要的领域。它不仅是医生治疗过程中的重要助手,更是守护生命最后一道防线的关键力量。本文将围绕重症护理的重要性、工作内容、挑战与应对措施等方面,为读者揭示这个职业的内涵与价值。

一、重症护理的重要性

重症护理,顾名思义,主要关注那些病情严重、需要特殊护理的患者。这些患者可能面临生命威胁,需要护士们全天候的监测、照顾和协助。重症护理在医疗体系中扮演着不可或缺的角色,它与医生、其他护士、医疗技术人员等共同协作,为患者提供全面、专业的护

理服务。

二、重症护理的工作内容

重症护理的工作内容繁杂且专业性很强。护士们需要密切关注患者的生命体征,包括心率、血压、呼吸频率等,及时发现病情变化。同时,他们还需协助医生进行各种治疗,如输液、采血、执行药物等。此外,重症护士还需提供心理支持,帮助患者及其家属应对疾病带来的压力和恐惧。

三、重症护理的挑战与应对措施

面对病情复杂、生命垂危的患者,重症护理工作面临着诸多挑战。首先,护士们需要应对高强度的生理和心理压力。为缓解压力,他

们通常会采取一些自我调节的方法,如深呼吸、冥想、与同事交流等。其次,患者病情变化快,对护士的专业技能和应变能力提出了更高的要求。为此,他们需不断学习和更新专业知识,提高应对各种突发状况的能力。

四、如何提高重症护理质量

提高重症护理质量的关键在于加强护士的职业培训和教育,提高他们的专业技能和人文素养。此外,建立健全的激励机制和评价体系,有助于提高护士的工作积极性和满意度。医院管理层应关注护士的身心健康,为他们提供足够的休息时间和良好的工作环境。同时,社会各界也应加强对

重症护理工作的宣传和关注,提高公众对这一职业的认识和尊重。

五、结语

重症护理是医疗体系中不可或缺的重要组成部分,它守护着生命的最后一道防线。护士们以专业的技能和无私的奉献,为患者提供全方位的护理服务。面对挑战,他们积极应对,不断提升自身素质和能力。为了提高重症护理质量,我们需要关注护士的职业培训、激励机制和身心健康,同时也需要社会各界的支持和宣传。让我们共同为重症护理工作点赞,感谢他们为守护生命做出的贡献。

(作者单位:河北省固安县人民医院)

眼睛的日常护理措施

□ 朱全红

随着现代生活节奏的加快,电子设备的使用日益频繁,我们的眼睛也面临着前所未有的挑战。长时间盯着屏幕、缺乏足够的休息和不良的用眼习惯,都可能导致眼睛疲劳、干涩,甚至引发更严重的眼疾。因此,保护眼睛健康,从日常生活的点滴开始,就显得尤为重要。

一、了解眼睛的基本知识

眼睛是人体最重要的感觉器官之一,它不仅让我们看到五彩斑斓的世界,还能传递情感,表达思想。然而,眼睛也是非常脆弱的,容易受到外界环境和不良习惯的影响。了解眼睛的基本结构和功能,是保护眼睛的第一步。

二、养成良好的用眼习惯

1. 保持适当的用眼距离:在使用电脑、手机等电子设备时,保持眼睛与屏幕的距离在 50-70 厘米之间,避免过近的距离对眼睛造成过大的压力。

2. 控制用眼时间:每隔一段时间(如

20 分钟)就抬头远眺,让眼睛得到充分的休息。同时,也要避免长时间连续用眼,如长时间阅读、写作等。

3. 保持正确的坐姿:在工作或学习时,保持身体挺直,头部微微前倾,避免过度低头或扭曲身体对眼睛造成不良影响。

三、科学饮食,补充营养

1. 多吃富含维生素 A 的食物:如胡萝卜、菠菜、动物肝脏等,这些食物有助于维护视网膜的正常功能。

2. 增加抗氧化物质的摄入:如蓝莓、绿茶、坚果等,这些食物富含抗氧化物质,有助于保护眼睛免受自由基的损害。

3. 保持饮食均衡:合理搭配蛋白质、碳水化合物、脂肪等营养素,为眼睛提供充足的能量和营养支持。

四、注意眼部卫生

1. 避免用手揉眼:手上细菌较多,容易引发眼部感染。如果眼睛不适,可以用干净的纸巾或棉签轻轻擦拭。

2. 定期清洗眼部用品:如眼镜、眼罩、毛巾等,保持眼部用品的清洁卫生。

3. 远离污染物:避免长时间处于烟尘、化学气体等污染环境中,以减少对眼睛的刺激和损害。

五、定期进行眼部检查

定期进行眼部检查是保护眼睛健康的重要手段。通过专业的检查,可以及时发现眼部疾病的早期症状,并采取相应的治疗措施。建议每年至少进行一次眼部检查,特别是对于年龄较大、有家族眼病史或长期佩戴隐形眼镜的人群来说,更应该重视眼部检查。

总之,保护眼睛健康需要从日常生活的点滴开始。通过养成良好的用眼习惯、科学饮食、注意眼部卫生和定期进行眼部检查等措施,我们可以有效地预防眼部疾病的发生,让眼睛保持健康明亮的状态。

(作者单位:四川省西昌市人民医院)

肛门疾病的日常护理方法

□ 丁娟

在人体健康的诸多环节中,肛门的健康往往容易被忽视。然而,肛门作为排泄系统的重要组成部分,其健康状况直接关系到我们的生活质量。近年来,随着生活节奏的加快和饮食习惯的改变,肛门疾病的发病率逐年上升,因此,开展“护”肛行动,加强肛门疾病的日常护理显得尤为重要。

一、了解肛门疾病的常见类型

肛门疾病种类繁多,常见的有痔疮、肛裂、肛瘘、肛周脓肿等。这些疾病虽然症状各异,但都与不良的生活习惯和饮食习惯密切相关。因此,了解这些疾病的成因和症状,有助于我们更好地进行日常护理。

二、养成良好的排便习惯

定时排便,避免长时间憋便,是预防肛门疾病的重要措施。建议每天晨起后或餐后半小时内排便,此时肠道蠕动较为活跃,有利于排便。同时,排便时不要过于用力,以免损伤肛门组织。

三、保持肛门部位清洁卫生

肛门部位容易滋生细菌,因此保持清洁卫生至关重要。建议每天用温水清洗肛门部位,清洗时应使用柔软的毛巾或棉球,避免使用过于粗糙的纸巾。

四、调整饮食习惯

饮食对肛门健康有着重要影响。建议多吃富含膳食纤维的食物,如蔬菜、水果、粗粮等,以促进肠道蠕动,预防便秘。同时,少吃辛辣、油腻、刺激性食物,以免加重肛门负担。此外,保持充足的水分摄入,有助于软化粪便,减少排便时的阻力。

五、经常变换身体姿势

长时间久坐、久站或久蹲都容易导致肛门部位血液循环不畅,从而引发肛门疾病。因此,建议经常变换身体姿势,如站立、走动、做提肛运动等,以促进肛门部位的血液循环。

六、进行提肛锻炼

提肛锻炼是一种简单有效的肛门保健方法。通过用力收缩肛门括约肌和肛提肌,可以加强肛门周围组织的肌肉力量,提高肛门的收缩能力。建议每天进行几组提肛锻炼,每组 30 次左右,可以有效预防肛门松弛和痔疮等疾病的发生。

七、及时就医治疗

一旦出现肛门疼痛、瘙痒、出血等症状,应及时就医治疗。医生会根据病情制定相应的治疗方案,如药物治疗、手术治疗等。

总之,“护”肛行动需要我们从日常生活中的点滴做起,通过养成良好的排便习惯、保持肛门部位清洁卫生、调整饮食习惯、经常变换身体姿势、进行提肛锻炼等措施来预防肛门疾病的发生。同时,一旦出现肛门不适症状,应及时就医治疗,以免延误病情。让我们共同关注肛门健康,为生活质量加分。

(作者单位:河北省廊坊市中医院)

如何解读医学影像报告

随着医学技术的不断发展,医学影像检查已成为诊断疾病的重要手段之一。医学影像报告是医生对影像检查结果的解释,对于疾病的诊断和治疗具有重要意义。本文将介绍如何正确解读医学影像报告,帮助公众更好地理解医学影像检查的结果。

一、了解医学影像报告的内容

医学影像报告通常包括影像学检查的描述、病灶部位的定位、病灶的性质及可能的原因等。在阅读报告时,需要关注以下几个关键点:

- 检查描述:报告中会描述所采用的检查方法、检查时间、扫描范围等。
- 病灶部位:报告中会指出病灶部位的位置、大小、形态等特征。
- 病灶性质:报告中会根据影像学特征对病灶进行定性分析,如良性或恶性、炎症或肿瘤等。
- 原因分析:报告中会根据检查结果,提出可能的原因或建议进一步检查的项目。

二、结合临床病史和症状解读报告

在解读医学影像报告时,需要结合患者的临床病史和症状进行分析。例如,如果患者有肿瘤家族史、长期吸烟史等高危因素,影像学检查发现肺部结节,则需要进一步评估结节的性质和可能的病因。

三、注意专业术语和诊断结论

医学影像报告中可能会使用一些专业术语,对于这些术语的理解需要具备一定的医学知识。在阅读报告时,需要注意诊断结论,并与临床病史和症状相结合,做出合理的判断。

四、与医生沟通,明确诊疗方案

在解读医学影像报告后,需要与医生进行沟通,明确诊疗方案。在沟通时,可以提出自己在报告中的疑问和困惑,以便医生给出更准确的建议。同时,医生也会根据患者的具体情况,提出相应的诊疗方案和注意事项。

总之,正确解读医学影像报告对于疾病的诊断和治疗具有重要意义。公众可以通过了解医学影像报告的内容、结合临床病史和症状、注意专业术语和诊断结论以及及与医生沟通等方式,正确解读医学影像报告。

□ 于飞

(作者单位:吉林省长春市人民医院)