

中药外敷、熏洗在康复护理中的作用

□ 魏 习

中药外敷与熏洗作为中医传统疗法的重要组成部分,具有悠久的历史 and 广泛的应用。它们不仅在治疗多种疾病中展现出显著疗效,还在康复护理中发挥着不可替代的作用。本文将深入探讨中药外敷与熏洗在康复护理中的具体作用及其科学依据。

一、中药外敷的康复护理作用

1. 消肿止痛

中药外敷在康复护理中首先体现在其消肿止痛的效果上。许多中药如川芎、红花、乳香、没药等,具有活血化瘀、消肿止痛的功效。当人体受到外伤或手术后,局部往往会出现肿胀、疼痛等症状。通过外敷这些中药,可以直接作用于患处,促进局部血液循环,加速瘀血吸收,从而有效缓解肿胀和疼痛。

2. 抗菌消炎

部分中药含有抗菌和消炎成分,如黄连、黄柏、金银花等。这些中药通过外敷,可以直

接抑制病原微生物的生长和繁殖,减轻炎症反应,防止感染。在康复护理中,对于皮肤破损、烧伤、溃疡等创面,中药外敷不仅能促进伤口愈合,还能减少感染的风险。

3. 促进伤口愈合

具有生肌敛疮作用的中药,如珍珠粉、决明子、甘草等,在康复护理中常用于促进伤口愈合。这些中药能够刺激细胞再生,加速创面修复,减少疤痕形成。对于烧伤、烫伤、手术切口等伤口,中药外敷是一种安全有效的治疗手段。

4. 调节机体功能

中药外敷还具有一定的调节机体功能的作用。例如,某些中药能够调节人体内分泌,改善血液循环,提高机体免疫力。在康复护理中,通过外敷这些中药,可以帮助患者恢复身体机能,提高生活质量。

二、中药熏洗的康复护理作用

1. 疏通经络

中药熏洗通过蒸汽或热气将中药的药性带入体内,能够刺激经络,促进血液循环,舒缓筋骨。在康复护理中,对于风湿性关节炎、腰椎间盘突出症、颈椎病等慢性疾病,中药熏洗能够显著改善局部血液循环,缓解疼痛和僵硬感。

2. 改善人体新陈代谢

中药熏洗中的药材成分能够调节机体内的各种生化反应,促进新陈代谢。这对于康复期患者尤为重要,因为新陈代谢的加快有助于身体毒素的排出,加速组织修复和恢复。

3. 缓解疲劳与疼痛

中药熏洗还具有消除身体疲劳和疼痛的作用。对于长期卧床、手术后的患者,中药熏洗能够缓解肌肉疲劳和关节疼痛,提高患者的舒适度和生活质量。

4. 增强免疫力

部分中药熏洗方剂中的药材成分能够增

强人体免疫力和抵抗力,预防和治疗各种疾病。在康复护理中,通过中药熏洗,可以帮助患者提高身体抵抗力,减少感染风险。

5. 调节内分泌与微循环

中药熏洗还能调节身体内分泌系统的功能,改善四肢微循环。对于手脚冰凉、水肿等不适症状,中药熏洗能够显著改善微循环状况,减轻患者的不适感。

三、结语

中药外敷与熏洗作为中医传统疗法的重要组成部分,在康复护理中发挥着重要作用。它们不仅具有显著的消肿止痛、抗菌消炎、促进伤口愈合等疗效,还能疏通经络,改善人体新陈代谢,缓解疲劳与疼痛等。然而,在使用过程中仍需注意药材选择、使用方法和个体差异等问题。通过科学合理地应用中药外敷与熏洗疗法,可以为患者提供更加全面、有效的康复护理服务。

(作者单位:河北省献县中医院)

麻醉中呼吸管理的重要性、影响因素及管理措施

□ 张晓燕

在医疗领域中,麻醉是确保手术顺利进行和患者无痛感受的关键步骤。然而,麻醉期间,患者的呼吸功能可能受到多种因素的干扰,从而引发一系列潜在风险。因此,麻醉中的呼吸管理成为保障患者生命安全的重要一环。本文将分条阐述麻醉中呼吸管理的重要性、影响因素及管理措施。

一、呼吸管理的重要性

麻醉期间,患者的自主呼吸能力可能受到抑制,导致通气不足和氧合障碍。这不仅会影响手术进程,还可能引发低氧血症、高碳酸血症等严重并发症,甚至危及生命。因此,维持呼吸功能正常,保障通气氧合安全,是麻醉管理的核心任务之一。

二、影响呼吸功能的因素

1. 患者原发病或基础疾病:如慢性阻塞

性肺疾病、支气管哮喘等呼吸系统疾病,会直接影响患者的呼吸功能。

2. 麻醉药物的作用:某些麻醉药物具有呼吸抑制作用,可能导致呼吸频率减慢、潮气量减少等。

3. 手术方式和体位:特定的手术方式和体位可能限制患者的胸廓运动和呼吸肌功能,从而影响呼吸功能。

4. 术中病情变化:如低血压、休克等紧急情况可能导致呼吸中枢抑制,进一步加重呼吸功能障碍。

三、呼吸管理的具体措施

1. 完善的气道评估

在麻醉前,医生需对患者进行全面的气道评估,以判断是否存在面罩通气困难、气管插管困难等问题。这包括检查患者的鼻子通

气情况、张口受限程度、舌体大小、扁桃体是否肿大等。通过评估,医生可以制定个体化的气道管理方案。

2. 选择合适的通气方式

面罩通气:适用于短小手术或非全身麻醉的患者,也常用于气管插管前和拔管后的呼吸控制。

喉罩通气:作为面罩通气和气管插管的替代方式,喉罩具有操作简便、创伤小等优点,特别适用于困难气道的处理。

气管插管:对于面罩通气困难、有返流误吸风险或手术占用气道的患者,气管插管是最可靠的通气方式。此外,对于长时间需要机械通气的患者,也需进行气管插管。

3. 先进的辅助技术

对于评估为困难气道的患者,现代医

疗技术提供了多种辅助手段,如可视喉镜、可弯曲光纤喉镜、硬质间接喉镜等,这些技术大大提高了气管插管的成功率和安全性。

4. 密切监测生命体征

在麻醉过程中,医护人员需密切监测患者的生命体征,包括呼吸频率、血氧饱和度、血压等,以便及时发现并处理呼吸异常情况。

四、结语

麻醉中的呼吸管理是保障患者生命安全的重要措施。通过完善的气道评估、选择合适的通气方式、应用先进的辅助技术以及密切监测生命体征,医护人员可以有效预防和处理麻醉期间的呼吸并发症,为患者提供安全、舒适的手术体验。

(作者单位:河北省张家口市第一医院)

高血压与糖尿病的相互作用及治疗策略

□ 付倩映

高血压和糖尿病作为两种常见的慢性疾病,不仅各自对人体健康造成严重威胁,而且它们之间还存在密切的相互作用。这种相互作用不仅增加了心血管疾病、肾脏疾病等多种并发症的风险,还形成了所谓的“代谢综合征”,使人体健康面临全面挑战。

一、相互作用机制

糖尿病和高血压都属于代谢综合征的一部分,它们的发病机制中存在一些共同的病理生理基础。其中胰岛素抵抗是连接两者的关键因素。糖尿病患者由于胰岛素分泌不足或组织对胰岛素的敏感性下降,导致血糖升高。同时,胰岛素抵抗还会引起脂质代谢紊乱,游离脂肪酸水平升高,进一步导致血脂异常。血脂异常和高血糖都会损伤血管内

皮细胞,促进动脉粥样硬化的形成,从而引发高血压。

另一方面,高血压患者也常常伴随胰岛素抵抗。长期高血压会导致动脉血管壁增厚、管腔狭窄,引起组织器官供血不足,尤其是肾脏供血不足时,会激活肾素-血管紧张素-醛固酮系统(RAAS),进一步加重胰岛素抵抗和高血压。这种相互加重的恶性循环使得糖尿病和高血压的治疗变得更加复杂和困难。

二、治疗策略

1. 生活方式干预:生活方式干预是糖尿病和高血压管理的基础。通过合理的饮食调整,采用低脂、低糖、高纤维素的饮食模式,控制每日总热量摄入,减少动物脂肪和食盐的摄入量。适量增加新鲜蔬菜和水果的摄入,有

助于改善代谢状态。同时,加强体力活动,如慢跑、快走等,有助于促进脂肪燃烧,降低血糖和血压水平。此外,戒烟限酒、控制体重也是必不可少的措施。

2. 药物治疗:对于生活方式干预效果不佳的患者,需要采用药物治疗。糖尿病患者可以根据具体情况选择合适的降糖药物,如口服降糖药、胰岛素等。需要注意的是,一些降糖药物可能会影响血压水平,因此在使用过程中要密切监测血压变化。高血压患者则需要遵医嘱服用降压药物,如利尿剂、 β 受体阻滞剂、钙通道阻滞剂和血管紧张素转换酶抑制剂(ACEI)或血管紧张素II受体拮抗剂(ARB)等。对于糖尿病合并高血压的患者,常常需要联合使用降糖和降压药物来控制病情。

3. 定期监测与随访:定期监测血糖和血压水平是糖尿病和高血压管理的重要环节。通过定期监测空腹和餐后血糖水平以及血压水平,可以及时了解病情变化并调整治疗方案。同时,定期进行并发症筛查和评估也是必要的,如心电图、心脏超声、尿蛋白、眼底检查等,以便早期诊断和治疗各种并发症。

综上所述,高血压与糖尿病之间存在着密切的相互作用。通过生活方式干预、药物治疗、定期监测与随访等措施,可以有效地控制病情并减少并发症的发生。对于糖尿病合并高血压的患者来说,需要更加积极地进行治疗和管理,以打断恶性循环并保护靶器官免受损害,从而提高患者的生活质量并延长寿命。

(作者单位:河北省肃宁县肃宁镇卫生院)

帕金森病的症状及管理 and 康复方法

□ 赵 震

帕金森病是一种常见的神经退行性疾病,主要影响中老年人,其症状包括手、手臂、腿部和躯干的运动迟缓、肌肉僵硬和姿势平衡问题。这些症状是由于大脑中的黑质细胞停止产生多巴胺所致。多巴胺是一种神经递质,负责调节运动、情绪和认知功能。

一、帕金森病的主要症状

1. 运动迟缓:包括日常生活习惯的缓慢动作,如穿衣、洗澡、进食等。

2. 肌肉僵硬:帕金森病患者的肌肉变得僵硬,导致他们难以弯曲和伸展关节。

3. 姿势平衡问题:帕金森病患者可能难以保持平衡,容易摔倒。

这些症状通常从一侧身体开始,然后逐渐扩散到另一侧身体。早期阶段可能难

以诊断帕金森病,因为其症状可能与其他疾病相似。

二、如何管理和康复帕金森病?

1. 药物治疗:药物治疗是帕金森病管理的重要部分,包括使用左旋多巴等药品。然而,药物治疗并非没有副作用,因此应寻求医生的建议。

2. 运动康复:适当的运动和康复训练可以帮助缓解肌肉僵硬和平衡问题。有氧运动如步行、瑜伽和太极拳都是很好的选择。

3. 保持平衡:帕金森病患者应尽量避免过于狭窄的空间和台阶,选择稳定的环境进行活动。穿着舒适、适合的鞋子和衣服也很重要。

4. 辅助器具:帕金森病患者可能需要使

用特殊的辅助器具,如轮椅、手杖、矫形器和防滑鞋等。这些器具可以帮助他们更轻松地进行行走和保持平衡。

5. 心理支持:帕金森病可能会对患者的情绪和精神健康产生影响。提供心理支持,包括心理咨询和治疗,可以帮助患者更好地应对疾病。

6. 家庭和社区支持:家庭和朋友的支持对于帕金森病患者的康复至关重要。提供日常生活的帮助和关心,可以帮助患者保持积极的态度。社区组织也提供各种活动和资源,帮助患者保持社交和活跃。

此外,帕金森病患者及其家人应了解疾病的相关知识,定期就医,遵循医生的建议。他们还可以参加相关的健康教育和支持小

组,以获得更多的信息和支持。

三、帕金森病的未来研究

随着医学技术的进步,帕金森病的诊断和治疗方法也在不断改进。未来的研究将集中在开发更有效的药物治疗方法,以及探索新的非药物治疗手段,如神经修复和基因治疗等。

帕金森病是一种常见的神经退行性疾病,影响中老年人的运动、肌肉僵硬和姿势平衡问题。管理和康复帕金森病需要综合性的方法,包括药物治疗、运动康复、心理支持等。未来研究将为帕金森病的治疗提供更多可能性。作为患者和家人,了解疾病的知识,积极应对,寻求专业的医疗建议和支持是非常重要的。

(作者单位:河北省怀来县医院)