

# 重症医学科护理：运用科技创新提高护理质量

□ 赵 飞

在现代医学的快速发展中，重症医学科(ICU)作为医院的重要专科，承担着救治危重病人的重任。ICU护理工作直接关系到患者的生死存亡，其复杂性和专业性要求护士具备扎实的理论知识和丰富的临床经验。然而，随着医学技术的进步和患者需求的多样化，传统的护理模式已难以满足现代医疗的需求。因此，运用科技创新提高重症医学科护理质量成为当前医疗领域的重要课题。

## 一、重症医学科护理的重要性与挑战

重症医学科是为危重病患者提供集中监测和治疗的专科病房，其主要职责包括监测和治疗患者的呼吸、循环、神经系统等生命体征，实施生命支持治疗，以及及时处理并发症等。ICU护理工作的目标在于保证患者的生命体征稳定，减少并发症的发生，并尽可能提高患者的生活质量。然而，重症医学科护理工作面临诸多挑战：

- 病情复杂多变：ICU患者往往病情严重且变化迅速，需要护士具备高度的警觉性和判断力。
- 技术要求高：护士需要掌握气管插管、气管切开、血流动力学监测、心肺复苏等复杂技术。
- 护理任务繁重：长时间卧床的患者容

易出现压疮、感染等并发症，需要护士进行细致的护理。

4.心理压力：面对生命垂危的患者及其家属，护士需要承受巨大的心理压力。

## 二、科技创新在重症医学科护理中的应用

为了应对这些挑战，重症医学科护理领域积极引入科技创新，以提升护理质量，为患者提供更加安全、高效的护理服务。以下是一些具体的应用实例：

- 自制U型被在气管切开患者中的应用：气管切开患者由于颈部有切口，肩部容易裸露且易受凉，容易引发并发症。护士们利用废旧棉布自制U型被，不仅有效遮盖和保温患者的裸露肩部，还具备轻便、吸收性和透气性好的特点，提高了患者的舒适度。同时，该被子体积小，便于更换和清洗，减少了护理工作量。
- 多功能披肩的设计与应用：多功能披肩是专为ICU危重患者设计的保暖和固定装置。它不仅能够保暖舒适，还具备多种实用功能：
  - 集束化固定：通过集线孔与魔术卡扣，将胸部心电导联线及辅助设备固定整齐，降低了脱管发生率。

隐私保护：深U型防水设计更好地暴露气管切开部位，便于观察和操作，同时保护患者隐私。

多体位适应：后片为可拆卸式，满足患者不同体位下的日常护理需求，如半坐位呼吸功能锻炼、床上洗发等。

3.一次性防滴壶漏空输液器的改良：传统输液器在输液瓶滴完时容易漏空，可能导致空气栓塞等安全问题。一次性防滴壶漏空输液器通过改良设计，有效防止输液器漏空，确保静脉输液的安全。这一创新不仅减少了医护人员的工作压力，还减轻了患者家属的心理负担。

4.体外循环下超低温冰帽的设计及应用：在神经外科手术中，超低温冰帽的应用对于降低患者体温、保护脑组织具有重要作用。传统的冰帽设计存在降温不均匀、易冻伤等问题。体外循环下超低温冰帽通过改进保护套形状和填充物，实现了对头部和颈部大血管的全面降温，同时兼具美观和舒适性。

5.二维码信息技术在设备培训中的应用：二维码信息技术在医疗设备培训中的应用，使得新入科人员、实习生和新入医生能够快速掌握设备的使用方法。通过扫描二维码，即可观看设备操作的详细视频或图文说明，

极大地方便了教学培训和设备管理。

## 三、科技创新对重症医学科护理质量的提升

科技创新在重症医学科护理中的应用，不仅解决了传统护理模式中的诸多难题，还显著提升了护理质量，具体体现在以下几个方面：

- 提高护理效率：通过引入科技手段，如多功能披肩、一次性防滴壶漏空输液器等，减少了护理工作的繁琐性，提高了护理效率。
- 降低并发症发生率：科技创新在气道管理、营养支持、皮肤护理等方面的应用，有效降低了压疮、感染等并发症的发生率。
- 提升患者舒适度：通过自制U型被、多功能披肩等创新设计，提高了患者的舒适度，增强了患者的治疗信心。
- 增强医护人员技能：二维码信息技术等科技手段的应用，使得医护人员能够快速掌握新技术和新设备的使用方法，提高了医护人员的专业技能。

总之，运用科技创新提高重症医学科护理质量是当前医疗领域的重要趋势。医护人员应不断学习和掌握新技术、新设备的使用方法，将科技创新与护理工作紧密结合，为患者提供更加优质的护理服务。

(作者单位：广西中医药大学附属瑞康医院)

# 慢阻肺患者的保健与氧疗方法

□ 史俊锋

慢阻肺是一种常见的慢性呼吸系统疾病，严重影响着患者的身体健康和生活质量。虽然慢阻肺难以根治，但通过合理的保健和氧疗，患者可以改善症状，提高生活质量。下面我们为您解析慢阻肺的保健与氧疗。

## 一、慢阻肺的保健

1.合理饮食：慢阻肺患者应选择清淡、易消化的食物，避免过咸、过辣、过甜的食物。适量摄入优质蛋白、新鲜蔬果，有助于提高免疫力。避免暴饮暴食和过度饮酒、吸烟。同时，应避免食用会刺激呼吸道的食物，如辛辣、过冷、过热等刺激性食物。

2.适量运动：慢阻肺患者应选择适合自己的运动方式，如散步、瑜伽、太极拳等，以增

强心肺功能、提高免疫力。同时，应注意适量运动和避免剧烈运动。

3.保持良好的居住环境：慢阻肺患者应保持室内空气流通、温度适宜，避免过度干燥。避免接触过敏原，如尘螨、花粉等。定期打扫卫生，减少细菌滋生。

4.戒烟：戒烟是慢阻肺最重要的保健措施之一，戒烟可以显著减轻症状，改善生活质量。

## 二、氧疗

氧疗是慢阻肺的常见治疗方式，通过吸入氧气来改善患者的症状。氧疗可以缓解呼吸困难、减轻疲劳、改善睡眠质量，从而提高患者的生活质量。以下是一些氧疗

的注意事项：

- 持续低流量吸氧：高流量吸氧可能导致呼吸抑制，因此应采用持续低流量吸氧方式。
- 按时吸氧：患者应按医嘱吸氧，尤其是在活动量增加或夜间睡眠时。
- 注意安全：应将吸氧装置放在容易取到的地方，并确保连接紧密，无漏气现象。
- 合理调整氧浓度：随着病情的改善，患者应逐渐减少氧浓度，以避免对呼吸中枢的过度刺激。
- 避免长时间吸氧：长时间吸氧可能导致氧中毒，因此应合理控制吸氧时间，如有疑问应及时咨询医生。

那么，什么样的慢阻肺患者需要接受氧疗呢？一般来说，当患者的动脉血氧分压(PaO<sub>2</sub>)低于55mmHg或血氧饱和度(SaO<sub>2</sub>)低于88%时，就需要考虑接受氧疗。此外，如果患者的动脉血氧分压在55~60mmHg之间或血氧饱和度在89%左右，并且伴有肺动脉高压、右心衰竭等严重并发症时，也应接受氧疗。

总之，“换口气，活得更好”强调了慢阻肺的保健与氧疗对于改善患者症状和提高生活质量的重要性。通过合理的保健措施和正确的氧疗方式，慢阻肺患者可以更好地应对疾病，走向更美好的明天。如有疑问或症状加重，请及时就医咨询专业医生。

(作者单位：河北省邯郸市中心医院)

# 病理报告，你了解多少

□ 高 亚

在妇幼健康的广阔领域中，病理学作为医学诊断的金标准，扮演着不可或缺的角色。它不仅是疾病确诊的关键环节，也是制定个性化治疗方案的重要依据。对于每一位女性及儿童患者而言，深入了解病理报告，就是握住了通往健康之路的一把钥匙。以下，我们将分条阐述病理报告的重要性及如何解读。

## 一、病理报告：疾病诊断的“判决书”

病理报告是通过对患者体内病变组织进行显微镜观察、免疫组化染色、基因检测等复杂技术处理后得出的结论。它直接反映了病变的性质，是区分良恶性肿瘤、明确疾病分期、判断预后及指导治疗方案的基石。在妇幼健康领域，无论是妇科肿瘤的筛查与诊断，还

是儿童先天性疾病的确认，病理报告都是不可或缺的。

## 二、如何获取病理报告

- 样本采集：通常由临床医生通过手术、穿刺等方式获取病变组织或细胞。
- 送检：样本被送至专业病理科进行一系列处理与分析。
- 报告出具：经过专业病理医师的仔细阅读片与讨论后，出具正式病理报告。

## 三、病理报告的基本内容

- 患者信息：包括姓名、性别、年龄、送检医院及科室等。
- 标本信息：描述送检标本的来源、部位、数量及外观等。
- 病理诊断：核心部分，明确病变的性

质，如良性、恶性，具体疾病名称等。

4.免疫组化及分子检测结果(如有)：进一步细化诊断，提供治疗靶点信息。

5.建议与注释：病理医师根据诊断结果提出的临床建议或注意事项。

## 四、如何解读病理报告

- 关注核心诊断：直接查看病理诊断部分，了解病变性质。
- 理解专业术语：遇到不熟悉的医学术语，可咨询医生或查阅相关资料。
- 重视附加信息：免疫组化及分子检测结果对后续治疗选择至关重要。
- 遵循医生建议：根据病理报告及医生建议，制定合适的治疗计划。

## 五、病理报告后的行动

- 及时沟通：与主治医生详细讨论病理报告内容，明确治疗方案。
  - 配合治疗：遵循医嘱，按时服药，接受必要的手术或放疗化疗等治疗。
  - 定期复查：根据病情需要，定期复查，监测病情变化。
  - 心理调适：面对疾病，保持积极乐观的心态，必要时寻求心理支持。
- 总之，病理报告是妇幼健康管理中不可或缺的一环。通过深入了解病理报告，我们可以更加准确地把握疾病状况，为治疗方案的制定提供有力依据。同时，保持与医生的良好沟通，积极配合治疗，是通往健康之路的重要保障。

(作者单位：河北省定州市妇幼保健院)

# 从月经到更年期的妇科健康全周期指南

□ 郑玉玲

女性的生理周期是一个复杂而精妙的系统，从月经初潮到更年期，每个阶段都有其独特的生理特点和健康需求。本文将为您提供一份从月经到更年期的妇科健康全周期指南，帮助您更好地理解和照顾自己的身体。

## 一、月经初潮与青春期

月经初潮标志着女性生殖系统的成熟，也是青春期的开始。在这一阶段，女性需要了解月经周期的基本知识，如周期长度、流量和疼痛管理等。保持良好的卫生习惯、均衡的饮食和适量的运动是平稳度过这一时期的关键。此外，心理调适和适时的性教育也是非常

## 二、生育年龄与孕育生命

在生育年龄，女性的生理功能达到高峰，也是孕育新生命的最佳时机。关注月经周期、排卵期以及性生活健康至关重要。定期妇科检查、预防性传播疾病和保持健康的体重都能提高生育能力和生活质量。同时，避孕知识的普及和正确使用也是保护女性健康的重要一环。

## 三、围孕期与产后恢复

怀孕期间，女性需要特别关注营养摄入、体重控制和产前检查。产后恢复同样重要，包括身体复原、心理健康和新生儿护理等方面。合理的饮食、适当的运动和充足的休息有助于身体的复原。此外，母乳喂养、

新生儿护理和产后抑郁的识别与应对也是这一阶段的重点。

## 四、中年期与围绝经期

进入中年期后，女性可能会经历卵巢功能逐渐衰退、月经周期变得不规律等变化，这被称为围绝经期。在这一阶段，关注激素变化带来的影响至关重要，如潮热、失眠、情绪波动等。保持良好的生活习惯，如定期运动、均衡饮食、充足睡眠等，以及适时的荷尔蒙替代疗法，可以帮助缓解症状。

## 五、更年期与新的生活篇章

更年期标志着女性生殖功能的结束，但并不意味着健康生活的终结。更年期女性可

能会经历一系列身体和心理的变化，如月经停止、阴道干涩、骨质疏松等。在这一阶段，了解更年期综合征的基本知识、保持健康的生活方式以及及时寻求医疗帮助是非常重要的。同时，积极参与社交活动、保持积极的心态和寻找新的生活乐趣也是度过更年期的关键。

从月经初潮到更年期，女性的生理周期经历了许多变化和挑战。了解每个阶段的生理特点和健康需求，采取相应的生活方式和医疗措施，是保持女性健康的关键。通过本文的指南，希望能帮助女性更好地照顾自己的身体，享受健康、快乐的人生。

(作者单位：四川省成都市青白江区中医院)