

重症监护中的心理支持与护理

□ 周卫兰

重症监护病房(ICU)是对重病者进行全面、密集医疗照护的场所。在这里,患者通常面临生死攸关的挑战,而其家属也经历着巨大的心理压力。虽然传统的重症护理强调医学治疗和生命支持,但心理支持同样在患者康复中不可或缺。本文将介绍在重症监护环境中提供心理支持与护理的重要性,具体包括心理支持的必要性、实施策略及其对患者和家属的影响。

一、心理支持的必要性

1、缓解患者的焦虑与恐惧:在ICU中患者常常面临严重的健康问题和未知的未来,这些因素极易引发强烈的焦虑和恐惧感。通过提供心理支持,可帮助患者更好地应对这些情绪,提升他们的心理稳定性。这包括与患者沟通他们的病情、治疗方案,并在他们需要时提供安慰和鼓励,帮助他们保持积极的心态。

2、增强患者的康复信心:心理支持还可以增强患者的康复信心。医务人员通过积极的鼓励和正面的反馈,可以帮助患者建立对自己康复的信念。这种信念对于患者的整体健康状态和康复速度有着重要的影响。研究表明,信心与心理状态的改善可以显著提升

患者的恢复效果。

3、改善患者的整体体验:重症监护中的环境往往让患者感到孤立无援。有效的心理支持可以改善患者的整体体验,使他们感受到更多的人文关怀。包括提供情感支持、定期的心理评估和干预,都能帮助患者在漫长的治疗过程中保持心理上的舒适。

二、对家属的心理支持

1、减轻家属的心理压力:家属在ICU期间常常承受着极大的心理压力,他们既要面对亲人的病情,又要承受经济和生活中的多重压力。这种压力的积累容易导致焦虑、抑郁等负面情绪。心理专家或医务人员可以通过定期沟通,让家属了解患者的治疗进展,帮助他们理清思路,缓解他们的焦虑。此外,鼓励家属参与到护理过程中,让他们感受到自己对患者的康复有积极作用,也可以大大缓解他们的心理负担。

2、提供有效的沟通渠道:在ICU中,信息的透明和及时沟通是家属心理支持的重要组成部分。设立专门的家属沟通时间,确保家属能够及时获取患者的病情信息和治疗动态,可以让家属感到更加安心。同时,医护团

队可以通过提供简单易懂的健康教育材料或召开家属座谈会,解释患者病情和治疗方案,帮助家属更好地理解 and 应对患者的病情变化,从而减少他们的焦虑和无助感。

3、支持家属的情感需求:ICU是一个充满不确定性的环境,家属在面对亲人病情时常常会经历情感上的巨大波动。通过为家属提供心理咨询和情感支持服务,医护团队可以帮助他们更好地管理和调节自己的情绪。这些服务包括开设情感支持热线、组织家属支持小组或心理辅导等,帮助家属处理悲伤、焦虑和无助的情绪,使他们在重症监护过程中感受到被关怀和理解。

三、心理支持的实施策略

1、建立多学科团队:在ICU中,建立一个包括医生、护士、心理医生和社会工作者在内的多学科团队,可以更有效地提供心理支持。这些专业人员可以从不同的角度入手,提供综合性的支持服务,确保患者和家属的需求得到全面满足。

2、定期心理评估与干预:对于ICU中的重症患者及其家属,定期的心理评估和适时干预是不可或缺的。定期的心理评估可以帮

助发现潜在的心理问题,如抑郁、焦虑或创伤后应激障碍等,从而及时给予相应的心理干预措施。例如,针对患者和家属的心理状态变化,心理医生可以进行适时的个性化干预,如放松训练、认知行为治疗等,帮助他们应对心理挑战。同时,评估结果也可以为后续的干预策略提供依据,确保心理支持的有效性。

3、建立有效的沟通机制:包括定期的家属沟通会议、信息更新和心理咨询服务,都可以帮助家属保持对患者病情的了解,同时提供他们所需的情感支持。

总之,重症监护中的心理支持与护理不仅仅是关注患者身体健康的延续,更是对患者和家属心理健康的全方位关怀。通过有效的心理支持,患者可以更好地应对病痛和治疗过程中的心理挑战,家属则能够减轻因忧虑和无助感带来的压力。建立多学科团队、定期进行心理评估与干预以及建立有效的沟通机制,是实现这一目标的关键。重症监护环境中的心理支持不仅提升了患者的整体体验,也为其康复过程中的心理和情感健康提供了坚实的保障。

(作者单位:广西中医药大学附属瑞康医院)

手术前禁饮禁食的重要性

□ 莫小燕

在手术过程中,患者的术前准备有利于手术的成功与术后的恢复。手术前的禁饮禁食措施是确保手术顺利进行及患者快速康复的关键环节之一。此措施不仅仅是医生的常规要求,更是保障手术安全和促进术后恢复的重要性,助力手术顺利进行。

一、预防呕吐误吸

1、防止误吸引发的严重并发症:在全身麻醉状态下,患者的吞咽和咳嗽反射会被抑制。如果术前胃内有食物或液体,患者可能在手术过程中发生呕吐,这些呕吐物可能被误吸入呼吸道,从而引发吸入性肺炎或窒息等严重并发症。这些并发症不仅会危及患者的生命,还会显著延长术后的恢复时间。因此,禁饮禁食有助于排空胃内容物,显著降低误吸的风险。

2、减少胃内容物的影响:禁饮禁食措施能够有效减少胃内容物的量,从而降低胃酸反流的可能性。胃酸反流不仅对呼吸道有刺激作用,还可能引发术后的严重并发症,如吸入性肺炎。因此,术前禁饮禁食有助于确保手术过程的安全性,减少潜在的风险。

二、保障手术安全

手术安全是医疗工作的首要原则。术前

禁饮禁食作为术前准备的一部分,通过减少手术过程中可能出现的突发状况,如呕吐、反流等,为手术创造一个更加稳定、安全的环境,有利于医生集中精力进行手术操作,提高手术成功率。

三、促进麻醉恢复

1、减轻麻醉药物对胃肠道的影响:麻醉药物可能会导致患者的胃肠蠕动减慢,从而影响胃肠道的正常功能。术前禁饮禁食可以有效地减轻麻醉药物对胃肠道的不良影响,从而帮助患者更快地恢复胃肠蠕动功能。这不仅加速了患者术后的康复,还能帮助患者早日恢复自主进食能力,进一步促进整体康复进程。

2、提高术后恢复速度:禁饮禁食还可以帮助患者在术后更快地恢复正常的进食能力,减少术后恶心、呕吐等不适感。这样可以缩短患者的住院时间,加快恢复速度,从而提高患者的生活质量。

四、降低感染风险

1、减少手术切口的感染机会:手术切口是细菌入侵的潜在门户。术前禁饮禁食有助于减少口腔和消化道内的细菌数量,从而降低因呕吐、反流等原因导致的细菌进入手术区域的风险。这有助于减少术后感染的发

生,降低患者的术后并发症风险。

2、改善口腔卫生状况:禁饮禁食还能改善患者的口腔卫生状况,减少口腔内细菌的数量。这有利于手术区域的清洁和术后的恢复,能够进一步降低术后感染的几率。

五、优化手术视野

1、减少胃内容物的干扰:在某些手术中,尤其是涉及腹腔或胸腔的手术,清晰的手术视野有利于手术的成功。术前禁饮禁食可以减少胃内容物对手术视野的干扰,使医生能够更清晰地观察病变部位,提高手术操作的精确性和效率。

2、改善术中操作条件:通过减少胃内液体的量,医生在手术过程中能够获得更好的视野和操作条件。这不仅提高了手术的安全性,还增加了手术的成功率,有助于提高手术的总体效果。

六、遵医嘱执行

术前禁饮禁食是医生根据患者的具体情况和手术类型制定的个性化医嘱。患者严格遵守这一医嘱,不仅是对自己健康的负责,也是对医疗团队工作的尊重和支持,有助于建立良好的医患关系。

七、减少术后并发症

1、降低术后肺部并发症:术前禁饮禁食

可以降低呕吐、误吸等风险,从而间接减少术后肺部并发症的发生。这包括术后肺炎、吸入性肺炎等问题,能够有效减少患者的术后并发症,提高康复效果。

2、减少术后肠梗阻等问题:禁饮禁食还可以减少术后肠梗阻等问题的发生。术后肠梗阻可能会导致患者出现不适感和疼痛,影响术后的恢复。通过严格的禁饮禁食措施,可以降低这些风险,达到促进患者的顺利康复的效果。

八、患者教育关键

术前应对患者进行充分的禁饮禁食教育。医护人员应向患者详细解释禁饮禁食的原因、时间要求及注意事项,消除患者的疑虑和恐惧,增强其配合治疗的主动性和依从性。同时,通过患者教育,还能提高患者对自身健康管理的能力和认识,为未来的健康管理打下良好基础。

综上所述,术前禁饮禁食是一项重要的术前准备措施,它直接关系到手术的安全性和患者的康复效果。无论是医护人员还是患者及其家属,都应高度重视并严格执行这一医嘱,从而确保手术的成功和患者的顺利康复。

(作者单位:广西柳州市潭中人民医院)

哺乳期妈妈生病时的安全用药指导

□ 付丽香

在哺乳期,妈妈的健康直接影响到宝宝的成长与发育。本文旨在提供有关哺乳期妈妈生病时用药的安全指导,帮助妈妈们在维护自身健康的同时,保护宝宝的安全。以下内容将介绍如何在哺乳期间选择和使用药物,确保在治疗过程中对宝宝的影响降到最低。

一、了解药物对乳汁分泌和宝宝的影响

1、药物通过乳汁的转移:大多数药物都会在乳汁中出现,但其浓度通常低于母体血液中的浓度。药物的种类、剂量及其对乳汁的排泄速度都会影响药物在乳汁中的浓度。了解药物在体内的代谢过程有助于评估其对宝宝的潜在风险。

2、药物对宝宝的影响:药物对宝宝的影响取决于药物的性质、剂量以及宝宝的年龄和健康状况。有些药物可能会引起宝宝的过敏反应、胃肠道不适或其他不良反应,因此在使用药物时需特别谨慎。

3、药物的乳汁排泄时间:药物从母体排泄到乳汁的时间差异很大,了解药物的半衰期以及在乳汁中的排泄时间可以帮助妈妈合理安排用药时间,减少对宝宝的影响。

二、选择安全的药物

1、优先选择安全性高的药物:在治疗过

程中,应优先选择已知对哺乳期安全的药物。常见的安全药物包括一些非处方药,如对乙酰氨基酚(退烧药)和布洛芬(抗炎药)。这些药物通常被认为对哺乳期的影响较小。

2、避免使用对宝宝有害的药物:某些药物对哺乳期的宝宝可能会造成不良影响,比如抗生素类药物(如四环素类)、某些精神药物及一些激素类药物。这些药物可能对宝宝的成长和发育产生负面影响,因此应尽量避免使用。

3、遵循医生的建议:使用任何药物之前,都应咨询专业医生的意见。医生可以根据具体情况提供个性化的建议,并帮助选择适合的药物及用药方案。

三、在用药过程中采取的预防措施

1、遵循正确的用药剂量和频率:妈妈在用药时应严格按照医生建议的剂量和频率服药。过量用药或使用不当可能增加药物对宝宝的风险,因此需要特别注意。

2、考虑药物的使用时间:如果可能,可以选择在宝宝不吃奶时服药,从而减少药物通过乳汁对宝宝的影响。例如,药物的作用时间与哺乳时间错开,可以降低药物在乳汁中的浓度。

3、监测宝宝的反应:在使用新药物后,妈妈应密切观察宝宝的健康状况。如果发现宝宝有异常症状,如呕吐、腹泻或过敏反应,应及时就医并报告给医生。

四、常见疾病的用药建议

1、感冒和流感:对于感冒和流感,哺乳期妈妈通常可以使用一些被认为相对安全的药物来缓解症状。例如,对乙酰氨基酚可以有效缓解发热和疼痛,而布洛芬也可以作为一种抗炎药物使用。但需要注意的是,应避免使用含有麻醉成分的感冒药或复方感冒药,因为这些成分可能通过乳汁对宝宝的神经系统产生抑制作用,导致嗜睡或呼吸抑制。

2、过敏性疾病:哺乳期妈妈在治疗过敏性疾病时,可以选择使用第二代抗组胺药物,如氯雷他定,这些药物在哺乳期通常被认为是安全的。然而,第一代抗组胺药物由于可能导致嗜睡等副作用,且更容易通过乳汁影响宝宝,因此应尽量避免使用。此外,妈妈还应注意,如果药物对乳汁分泌有影响,应及时与医生沟通,以便调整用药方案或采取其他措施,确保哺乳的顺利进行。

3、胃肠道疾病:哺乳期妈妈在治疗胃肠道疾病如胃炎、溃疡时,通常可以使用质子泵

抑制剂(如奥美拉唑)等药物,这些药物一般在哺乳期被认为是安全的。然而,妈妈在用药时仍需遵循医生的建议,确保药物剂量适当,并在用药后观察宝宝的反应。此外,胃肠道疾病的治疗还可以结合饮食调整,如避免刺激性食物和饮料,以减少药物的依赖性,并提高治疗效果。

五、药物替代方案与生活调整

1、使用非药物治疗方法:在一些情况下,可以考虑使用非药物治疗方法,如饮食调整、休息和其他自然疗法。这些方法可以帮助缓解症状,同时减少对药物的依赖。

2、保持良好的生活习惯:良好的生活习惯,如健康饮食、规律作息和适度锻炼,有助于提高妈妈的免疫力,降低生病的几率,从而减少对药物的需求。

总之,在哺乳期用药时,妈妈们需要综合考虑药物对自身健康和宝宝的影响。通过了解药物的性质、选择安全的用药方法、采取必要的预防措施和考虑药物替代方案,可以在保证自身健康的同时,最大限度地保护宝宝的安全。

(作者单位:广州市妇女儿童医疗中心柳州医院)