

家庭参与手术室护理的实施方式与积极影响

□ 刘宏悦 叶芙蓉

在医疗领域,随着医学模式的转变和人文关怀理念的深入,家庭在患者治疗与康复过程中的角色日益凸显。尤其是在手术室这一医疗行为的核心区域,传统观念中家属往往被排除在外,而现代医疗实践开始探索并推广家庭参与手术室护理的模式,旨在通过家庭成员的支持与陪伴,增强患者的安全感,提升其康复信心,进而促进整体治疗效果的提升。本文将从多个维度探讨家庭参与手术室护理的意义、实施方式及其对患者心理与生理健康的积极影响。

一、家庭参与手术室护理的意义

1. 增强患者安全感:手术室对大多数人而言,是一个充满未知与恐惧的环境。患者在面对手术时,常伴有焦虑、紧张等负面情绪,这些情绪不仅会影响手术前的准备,还可能影响手术过程中的生理反应及术后的恢复。家人的陪伴能够有效缓解患者的这种紧张情绪,通过情感支持,让患者感受到温暖与安全,从而降低心理压力。

2. 提升康复信心:家庭成员是患者最亲近的人,他们的鼓励与信任是患者康复路上

的重要动力。家庭参与手术室护理,能够让患者感受到即使在最艰难的时刻,也有家人作为坚强的后盾。这种积极的心理暗示能够激发患者的内在潜能,增强其战胜疾病的信心,有助于术后更快地恢复。

3. 促进医患沟通:家庭参与手术室护理还能促进医患之间的有效沟通。家属在旁,医生在解释手术方案、风险及术后注意事项时,能够更加全面地传达信息,同时也便于家属提出疑问,加深理解。这种透明的沟通机制有助于建立更加和谐的医患关系,增强患者的信任感。

4. 提升护理质量:家庭成员的参与也是对医护人员工作的一种监督和支持。他们的存在可以促使医护人员更加注重细节,提高护理质量。同时,家属的观察和反馈也能为医护人员提供宝贵的信息,帮助及时调整护理方案,以满足患者的个性化需求。

二、家庭参与手术室护理的实施方式

1. 术前访视与教育:在手术前,医护人员应邀请患者及其家属共同参与术前访视,详细介绍手术流程、可能的风险及注意事项,同时解

答家属的疑问,帮助他们做好心理准备。此外,还可以通过视频、图片等形式,让患者和家属更加直观地了解手术室环境,减少陌生感。

2. 陪伴等候与沟通:手术期间,虽然家属不能直接进入手术室,但可以在手术室外的等候区等待,并保持与医护人员的通讯畅通。医护人员可定期向家属通报手术进展,缓解其焦虑情绪。对于特殊情况,如患者需要紧急决策时,家属的及时参与尤为重要。

3. 术后即刻陪伴:手术结束后,一旦患者生命体征稳定,可安排家属进入复苏室或病房,第一时间给予患者安慰与支持。家属的陪伴能让患者感受到手术的成功与家人的关爱,有利于减轻术后疼痛,促进身心恢复。

4. 家庭参与康复计划:术后康复阶段,医护人员应鼓励家属积极参与患者的康复计划制定与执行。包括饮食调理、日常护理、康复训练等方面,家属的参与不仅能让患者得到更好的照顾,还能在实践中学习专业的护理知识,提升自我护理能力。

三、家庭参与手术室护理的积极影响

1. 心理层面:如前所述,家庭参与显著提升

了患者的安全感和康复信心,有助于缓解术前焦虑、抑郁等负面情绪,减少因心理应激而产生的生理反应,如心率加快、血压升高等。这对于手术的顺利进行及术后的快速恢复至关重要。

2. 生理层面:良好的心理状态对生理恢复有着积极的促进作用。家庭参与下,患者术后的疼痛感知可能减轻,睡眠质量提高,免疫功能得到增强,从而加快伤口愈合,减少并发症的发生。

3. 社会与家庭层面:家庭参与手术室护理还增强了家庭成员之间的情感联系,促进了家庭和谐。同时,它也体现了医疗机构对患者及家属的尊重与关怀,提升了医院的整体服务质量和品牌形象。

结语

总之,家庭参与手术室护理是一种人性化的医疗服务模式,它不仅满足了患者情感上的需求,也促进了医患之间的有效沟通,提升了护理质量和患者的康复效果。随着医疗技术的不断进步和人文关怀理念的深入人心,相信未来会有更多医疗机构采用这一模式,为患者提供更加全面、温馨的医疗护理服务。

(作者单位:广西壮族自治区贵港东晖医院)

超声医学在胎儿健康监测中的应用

□ 李振玲

超声医学作为现代医疗技术的重要组成部分,在胎儿健康监测中发挥着至关重要的作用。它通过利用高频声波穿透人体组织,形成内部结构的图像,为医生提供了无创、无辐射、无痛的检查手段。以下是超声医学在胎儿健康监测中的几个关键应用:

1. 胎儿发育评估

超声技术能够准确评估胎儿的生长状态、体重、器官发育情况等。医生通过测量胎儿的双顶径、头围、腹围和股骨长度等参数,可以判断胎儿的发育是否符合孕周,从而确保准确计算胎儿的发育阶段和产期。这一功能对于及早发现胎儿生长受限或过度生长等异常情况至关重要,以便及时采取干预措施。

2. 胎儿畸形筛查

超声检查是筛查胎儿畸形的重要手段。通过高频声波的显示,医生可以详细观察胎儿的颅脑、胸腔、腹腔、脊柱和四肢等结构,发现如先天性心脏病、唇裂、脊柱裂等严重畸形。特别是在妊娠 18-24 周期间,超声检查能够全面排查胎儿的各项器官结构,帮助医生及时发现并处理潜在问题,为胎儿的健康出生提供重要保障。

3. 胎盘和羊水评估

胎盘和羊水是维持胎儿正常生长的重要因素。超声检查可以评估胎盘的位置、形态和功能,以及羊水的量和质量。这些信息对于判断胎儿的生长环境是否正常至关重要。例如,

前置胎盘、羊水过多或过少都可能对胎儿造成不良影响,通过超声检查可以及时发现并采取相应的处理措施。

4. 胎心监测

胎心监测是评估胎儿安危的重要手段。通过超声心动图,医生可以检查胎儿的心跳频率、节律和心脏结构,及时发现心脏异常和宫内窘迫等危险情况。这对于保障胎儿的生命安全具有重要意义。

5. 胎位监测

胎位监测对于分娩方式的选择和产程管理至关重要。超声检查可以评估胎儿的位置和姿势,如头位、臀位或横位等,为医生提供重要的参考信息。同时,结合宫颈长度的测

量,还可以预测早产的风险,为医生制定个性化的监护计划提供依据。

6. 孕期随访和指导

超声检查在孕期随访中发挥着重要作用。通过定期的超声检查,医生可以监测胎儿的生长发育情况、羊水量变化、胎心率等指标,为孕妇提供科学的营养、运动和用药建议。这有助于确保母婴健康,提高分娩的成功率和安全性。

超声医学在胎儿健康监测中的应用广泛且重要。它不仅为医生提供了准确的诊断依据,还为孕妇和胎儿的健康提供了有力保障。随着医疗技术的不断进步,超声医学将在胎儿健康监测中发挥更加重要的作用。

(作者单位:河北省唐山中心医院)

内分泌紊乱的表现与护理建议

□ 刘艳娜

内分泌紊乱是一个常见的问题,许多因素都可能导致内分泌紊乱,包括遗传、环境、饮食、生活习惯等。内分泌系统是人体内一系列复杂的化学反应过程,由内分泌腺体、细胞和组织组成,这些腺体、细胞和组织分泌各种激素,调节人体的代谢和生理功能。当这些腺体、细胞和组织的分泌功能异常时,就可能导致内分泌紊乱。

一、内分泌紊乱的表现

内分泌紊乱的表现多种多样,可以涉及全身多个系统,如神经系统、心血管系统、消化系统、泌尿系统、皮肤等。常见的表现包括:

- 皮肤问题:如痤疮、黄褐斑等。
- 体重变化:如肥胖、体重下降等。

3. 情绪波动:如焦虑、抑郁、烦躁等。

4. 激素相关问题:如月经不调、不孕不育、乳房胀痛等。

5. 睡眠问题:如失眠、多梦、易醒等。

二、揭开神秘面纱

了解内分泌紊乱的原因是有有效护理的基础。以下是一些可能导致内分泌紊乱的因素:

1. 遗传因素:某些疾病或症状可能与遗传有关,如某些家族中的糖尿病、肥胖症等。这些基因可能会影响个体的内分泌系统,导致内分泌紊乱。

2. 环境因素:环境因素包括饮食、生活习惯、工作压力等。例如,高糖、高脂肪饮食可能导致肥胖,进而影响内分泌系统;长期熬夜、

缺乏运动等不良生活习惯也可能导致内分泌紊乱;工作压力过大也可能影响激素的分泌。

3. 激素失衡:内分泌系统的正常运作依赖于各种激素的平衡。如果某种激素分泌过多或过少,就会导致内分泌紊乱。

三、护理之策

针对以上原因,以下是一些护理建议:

1. 调整饮食:饮食应均衡,多摄入富含维生素、矿物质和膳食纤维的食物,避免高糖、高脂肪饮食。适当控制食量,避免暴饮暴食。

2. 保持健康的生活习惯:保持规律的作息,保证充足的睡眠;适当运动,如散步、慢跑、游泳等,有助于提高新陈代谢,促进内分

泌系统的调节。

3. 放松心情:学会释放压力,保持良好的心态。可以通过与家人朋友交流、参加娱乐活动、培养兴趣爱好等方式来缓解压力。

4. 遵循医嘱:如果存在某种疾病,应遵循医生的建议,积极治疗原发病。

5. 学会自我调节:当出现内分泌紊乱的症状时,可以尝试进行自我调节,如通过深呼吸。

总之,了解内分泌紊乱的原因和表现,采取有效的护理措施,对于维护身体健康非常重要。通过调整饮食、保持健康的生活习惯、放松心情、定期体检和遵循医嘱等方法,我们可以有效地预防和治疗内分泌紊乱。

(作者单位:河北省隆化县医院)

浅谈几点实用的眼睛保护建议

□ 李勇

在快节奏的现代生活中,眼睛作为我们感知世界的重要窗口,其健康与保护显得尤为重要。随着电子屏幕的普及、学习工作压力的增大以及不良生活习惯的影响,眼部问题如近视、干眼症、视疲劳等日益普遍。作为眼科医生,我将为您分享几点实用的眼睛保护建议,帮助您守护好这扇宝贵的“心灵之窗”。

1. 控制用眼时间,合理安排休息

长时间盯着电脑、手机或平板等电子屏幕,是导致视疲劳和近视加深的主要原因之一。建议每用眼 45 分钟至 1 小时,就远眺 5-10 分钟,让眼睛得到放松。同时,可以利用“20-20-20”法则:即每用眼 20 分钟,就看向

至少 20 英尺(约 6 米)远的地方,持续 20 秒,以缓解眼部肌肉的紧张状态。

2. 保持良好用眼姿势与环境

正确的用眼姿势对于保护眼睛至关重要。使用电子产品时,应保持屏幕与眼睛的距离约为手臂的长度(约 50-70 厘米),屏幕中心略低于眼睛水平线下方 10-15 度,以减少颈部和眼部的压力。此外,确保工作学习环境光线充足且柔和,避免过强或过弱的光线直射眼睛,减少反光和眩光对眼睛的刺激。

3. 均衡饮食,补充眼部营养

饮食对眼睛健康同样有着不可忽视的影响。多摄入富含维生素 A(如胡萝卜、菠菜)、

维生素 C(柑橘类水果)、维生素 E(坚果、植物油)以及 Omega-3 脂肪酸(深海鱼、亚麻籽)的食物,这些营养素有助于保护视网膜、预防干眼症和减缓视力衰退。同时,保持水分充足,避免脱水引起的眼部不适。

4. 定期进行眼部检查

无论年龄大小,定期进行眼部检查都是预防眼部疾病的重要措施。眼科医生可以通过专业的检查手段,及时发现并处理近视、远视、散光、白内障、青光眼等眼部问题。对于儿童来说,早期发现并干预视力问题尤为重要,以免错过最佳治疗时机。

5. 合理使用眼药水与护眼产品

面对干眼症、视疲劳等问题,许多人会选

择使用眼药水或护眼产品来缓解。然而,需要注意的是,这些药物或产品应在医生指导下使用,避免滥用或误用。特别是对于含有防腐剂或激素的眼药水,更应谨慎选择,以免对眼睛造成不必要的伤害。

结语:眼睛是心灵的窗口,保护眼睛就是保护我们的生活质量。通过控制用眼时间、保持良好用眼姿势与环境、均衡饮食、定期眼部检查以及合理使用护眼产品,我们可以有效预防眼部疾病,守护好这扇宝贵的“心灵之窗”。让我们从现在做起,从点滴做起,共同守护我们的眼睛健康。

(作者单位:山东省青岛新视界眼科医院)