

肿瘤患者的日常护理方法

□王曼

随着医学技术的不断进步,对肿瘤的治疗和护理也日益精细和科学化。肿瘤患者在日常生活中不仅要面对疾病的挑战,还要应对各种由疾病或治疗引起的并发症,如疼痛、恶心和呕吐等。本文将详细介绍如何科学、有效地应对这些问题,帮助肿瘤患者提高生活质量,更好地面对治疗。

一、疼痛的护理

疼痛是肿瘤患者常见的症状之一,尤其是进入中晚期的患者。疼痛不仅影响患者的日常生活,还可能对其心理造成负面影响。因此,疼痛的护理显得尤为重要。

1.评估疼痛:首先,医护人员需要对患者的疼痛进行准确的评估,包括疼痛的部位、性质、程度和持续时间等。这有助于医生为患者制定个性化的疼痛治疗方案。

2.药物治疗:根据患者的疼痛程度,医生可

能开具不同级别的止痛药物。患者需严格遵医嘱服药,不可随意增减剂量或停药。

3.非药物治疗:除了药物治疗外,患者还可以尝试一些非药物方法来缓解疼痛,如物理疗法(如按摩、针灸等)、放松训练(如深呼吸、冥想等)和心理干预等。

二、恶心的护理

恶心是肿瘤患者在治疗过程中常见的症状之一,尤其在化疗期间更为突出。以下是一些应对恶心的护理措施:

1.饮食调整:患者应以清淡、易消化的食物为主,避免辛辣、油腻和刺激性食物。同时,少食多餐,细嚼慢咽有助于减轻恶心症状。偏酸性的水果、硬糖和酸泡菜等食物可以缓解恶心感。

2.环境优化:保持居住环境的清洁和舒适,避免强烈的阳光、嘈杂的声音和强烈的气味等刺激因素。家属可以陪伴患者,为其营造一个

温馨、宁静的氛围。

3.心理干预:恶心症状可能会给患者带来心理压力和焦虑情绪。家属和医护人员应给予患者足够的关心和支持,帮助其缓解心理压力。同时,患者也可以通过放松训练、冥想等方法来缓解焦虑情绪。

4.药物治疗:对于严重的恶心症状,医生可能会开具抗恶心药物。患者需严格遵医嘱服药,不可随意增减剂量或停药。

三、呕吐的护理

呕吐是恶心症状的进一步发展,也是肿瘤患者常见的并发症之一。以下是一些应对呕吐的护理措施:

1.饮食调整:与恶心症状的饮食调整类似,患者应以清淡、易消化的食物为主,避免辛辣、油腻和刺激性食物。同时,注意保持饮食的温度适中,避免过热或过冷的食物刺激胃肠道。

2.保持水分:呕吐后患者可能会出现脱水症状,因此需要及时补充水分。家属可以为患者准备温开水或淡盐水等饮品,帮助患者补充水分和电解质。

3.药物治疗:对于严重的呕吐症状,医生可能会开具止吐药物。患者需严格遵医嘱服药,并注意观察药物的效果和和不良反应。

4.休息与活动:呕吐后患者应适当休息,避免过度劳累和紧张。同时,家属可以鼓励患者到室外散步、呼吸新鲜空气等适宜的活动,有助于缓解呕吐症状。

总之,对于肿瘤患者的日常护理而言,应对疼痛、恶心和呕吐等问题需要综合多种措施。通过科学的护理和患者的积极配合,可以有效减轻这些症状对患者生活的影响,提高其生活质量。

(作者单位:河北省廊坊市香河县人民医院)

“儿心量表”的核心能区、应用与指导

□孔娜

在儿童的成长过程中,每一个细微的变化都牵动着家长的心。为了更科学地了解孩子的发育状况,及时发现并干预潜在问题,“儿心量表”(全称“0-6岁儿童行为发育评估量表”)应运而生。这是一场关于儿童生长发育的“大冒险”,让我们跟随量表一起揭开其中的奥秘。

一、儿心量表的诞生与意义

“儿心量表”是由首都儿科研究所和中科院心理所联合研发的,历时三年半精心打造,是我国首套儿童神经心理发育评估工具。它不仅填补了国内在该领域的空白,更为广大家长和专业人士提供了一个科学、系统的评估平台。通过这一量表,我们可以全面评估0-6岁儿童的发育状况,包括身体协调性、语言能力、社会行为等多个方面。

二、儿心量表的核心能区

1.大运动能区:主要调查孩子身体的协

调性和平衡感,以及坐、爬、站、走、跑、跳等基本运动技能。这些基本技能的掌握,是孩子身体发育的重要里程碑。

2.精细动作能区:关注孩子手指的灵活性和操作能力,如抓握、拼图、绘画等。精细动作的发展对于孩子日后的学习和生活至关重要。

3.语言能区:评估孩子对语言的理解和表达能力。语言是交流的工具,良好的语言能力是孩子融入社会、与人交往的基础。

4.适应能力能区:调查孩子对周围环境的适应力以及社会需求的反应能力。这包括对新环境的接受度、对新事物的探索欲等。

5.社会行为能区:关注孩子与他人的交往技巧以及生活自理能力。良好的社会行为是孩子健康成长的重要标志。

在儿心量表-II中,新增的交流警示行

为部分是对自闭症早期筛查的重要补充。这一部分由33个项目组成,主要通过询问被测儿童的主要带养人来进行评分。这些项目涵盖了儿童在交流互动中的异常行为,如缺乏眼神交流、对呼唤无反应、语言表达障碍等。若被测患儿存在该条目的异常行为,即计分。交流警示行为分数低于7分视为正常,7-11分建议随访,12-30分存在交流互动障碍风险,大于30分则高度疑似自闭症。

三、儿心量表的应用与指导

通过“儿心量表”的评估,我们可以及早发现孩子是否发育异常,有无心理问题。对于疑似发育迟缓的孩子,家长应及时带孩子前往专业医疗机构接受进一步的复筛检查。一旦发现问题,应尽早干预,为孩子的语言、社交、生活、心理等各方面发展提供积极

的指导。

此外,“儿心量表”还能帮助家长和专业人士了解孩子的智力年龄和发育商。智力年龄反映儿童智力水平的高低,而发育商则是衡量儿童心智发展水平的核心指标之一。通过这些数据,我们可以更科学地制定孩子的成长计划,促进其全面发展。

四、结语

“儿心量表”不仅是一场关于儿童生长发育的“大冒险”,更是我们了解孩子、关爱孩子的有力工具。让我们携手合作,用科学的方法评估孩子的成长状况,为他们创造一个更加健康、快乐的成长环境。在这个过程中,我们不仅要关注孩子的身体发育,更要关注他们的心理健康和社会行为发展,为他们的全面发展奠定坚实的基础。

(作者单位:河北省邢台市人民医院)

呼吸道感染的病因、症状及治疗方法

□任宇辉

呼吸道感染是一种常见的疾病,包括上呼吸道感染和下呼吸道感染。它是一种由病毒、细菌等病原体引起的感染,可以通过空气、飞沫、尘埃等途径传播。呼吸道感染可以影响人体的呼吸系统,导致咳嗽、咳痰、发热等症状,严重时甚至可以危及生命。本文将介绍呼吸道感染的病因、症状及治疗。

一、呼吸道感染的病因

呼吸道感染的病因主要有以下几个方面:

1.病毒感染:病毒是最常见的病原体,如鼻病毒、腺病毒、呼吸道合胞病毒等。病毒感染后,会引起上呼吸道黏膜充血、水肿,出现咳嗽、咳痰等症状。

2.细菌感染:细菌感染也是呼吸道感染的常见原因之一,如流感嗜血杆菌、肺炎链球

菌等。细菌感染会引起下呼吸道感染,导致肺炎。

3.支原体感染:支原体是介于细菌和病毒之间的一种微生物,也是呼吸道感染的常见原因之一。

4.免疫力低下:免疫力低下的人群容易感染病原体,如老年人、儿童、孕妇等。

5.空气质量差:空气质量差,空气中存在大量的有害物质,如粉尘、尘螨、细菌等,也是呼吸道感染的诱因之一。

二、呼吸道感染的症状

呼吸道感染的主要症状包括咳嗽、咳痰、发热、鼻塞、流涕、喉咙痛等。严重时可能出现呼吸困难、呼吸急促等症状。下呼吸道感染的症状包括咳嗽、咳痰、胸闷、呼吸急促等。

治疗呼吸道感染需要根据症状的类型和程度,采取不同的治疗方法。

三、呼吸道感染的治疗方法

治疗呼吸道感染的方法包括药物治疗和非药物治疗。药物治疗主要是使用抗病毒药物、抗生素等药物进行治疗,非药物治疗主要是通过改善生活习惯和加强免疫力等方式进行治疗。

1.药物治疗:针对不同的病原体和症状,可以使用不同的药物进行治疗。对于病毒感染,可以使用抗病毒药物如奥司他韦等;对于细菌感染,可以使用抗生素如阿莫西林等;对于支原体感染,可以使用大环内酯类抗生素如阿奇霉素等。同时,可以根据症状的程度和使用药物的效果,调整药物剂量和种类。

2.非药物治疗:非药物治疗主要包括改善生活习惯和加强免疫力两个方面。改善生活习惯包括多喝水、保持室内空气流通、避免过度劳累、加强营养等。加强免疫力可以通过锻炼身体、保持充足的睡眠、避免吸烟和酗酒等方式来实现。此外,对于免疫力低下的患者,可以使用免疫调节药物进行治疗。

总之,呼吸道感染是一种常见的疾病,可以通过多种途径传播。了解呼吸道感染的病因、症状及治疗方式,可以帮助我们更好地预防和治疗这种疾病。同时,保持良好的生活习惯和加强免疫力,也是预防呼吸道感染的重要方式。如果出现呼吸道感染症状,应及时就医,以便医生根据具体情况制定合适的治疗方案。

(作者单位:河北省霸州市南孟中心卫生院)

儿童用药的注意事项与常见误区

□张慧

随着医疗技术的不断进步,儿童用药的安全性也日益受到社会各界的关注。由于儿童的生理特点与成人存在显著差异,儿童用药的安全性和有效性一直是医疗领域的重要议题。本文将针对儿童用药安全,为广大家长提供一些必要的医疗科普知识。

一、儿童用药的基本原则

儿童用药应遵循“安全、有效、经济、合理”的原则。在选择药物时,首先要确保药物的安全性,避免使用可能对儿童产生严重不良反应的药物。其次,要确保药物的有效性,选择针对儿童疾病特点的药物,以达到最佳治疗效果。同时,还应考虑药物的经济性和合理性,避免不必要的经济负担和药物滥用。

二、儿童用药的注意事项

1.遵循医嘱:家长在给孩子用药时,一定要遵循医生的建议,按照医生开具的处方和用药指导进行用药。如有疑问或不确定的地方,应及时咨询医生或药师。

2.准确计算剂量:儿童用药的剂量应根据孩子的年龄、体重、病情等因素进行准确计算。家长在给孩子用药时,应严格按照药品说明书或医生指导的剂量进行用药,避免过量或不足量使用。

3.注意药物剂型:儿童用药的剂型应尽量选择易于服用、便于吸收的剂型,如口服液、颗粒剂等。对于泡腾片、胶囊等剂型,家长应特别注意其服用方法和注意事项,以免发生意外。

4.避免药物滥用:家长应避免给孩子滥

用药物,尤其是抗生素等处方药。抗生素的滥用容易导致细菌耐药性的产生,给孩子的健康带来潜在威胁。

5.注意药物保存:家长应妥善保存药物,避免药物受潮、变质或过期。药物应存放在孩子无法触及的地方,以免发生误食或误用的情况。

三、常见儿童用药误区

1.随意增减剂量:有些家长在给孩子用药时,会根据自己的判断随意增减药物的剂量。这种做法是非常危险的,因为药物剂量的增减可能会影响到药物的安全性和有效性。

2.盲目使用抗生素:许多家长在孩子出现感冒、发烧等症状时,会自行给孩子使用抗生素。然而,大部分感冒是由病毒引起的,使用抗生素不仅无效,还可能增加不良反应和

细菌耐药性的风险。

3.忽视药物副作用:有些家长在给孩子用药时,只关注药物的疗效,而忽视了药物的副作用。药物的副作用可能会对孩子的健康造成不良影响,因此家长在给孩子用药时,应关注药物的副作用情况,并及时咨询医生。

四、结语

儿童用药安全是保障儿童健康的重要一环。家长在给孩子用药时,应遵循医嘱、准确计算剂量、注意药物剂型、避免药物滥用和注意药物保存等原则。同时,家长还应避免常见的儿童用药误区,关注药物的副作用情况,并及时咨询医生。通过科学合理地使用药物,我们可以为孩子的健康保驾护航。

(作者单位:山东省临沂市郯城县中医院)