

精神科护理：理解、尊重与关爱并重

□ 刘乔

在医学的广阔领域中，精神科护理以其独特的挑战性和深远的意义，成为了一门不可或缺的艺术与科学。它不仅关乎药物治疗与症状控制，更是一场心灵的深度对话与疗愈之旅。

本文将从理解、尊重与关爱三个维度，探讨精神科护理的核心价值与实践路径。

一、理解：跨越障碍的桥梁

1. 认知障碍的复杂性

精神科患者往往面临着复杂多样的心理障碍，如抑郁症、焦虑症、精神分裂症等。这些疾病不仅影响患者的情绪、思维和行为，还可能导致社会功能受损。

因此，精神科护士首先需要具备深厚的专业知识，理解这些疾病的病理机制，以及它

们对患者日常生活的影响。

2. 个体差异的尊重

每位患者都是独一无二的，他们的症状表现、病因背景、治疗反应各不相同。精神科护理要求护士能够细致观察，倾听患者的心声，理解其独特的情感体验和需求，从而制定个性化的护理计划。

二、尊重：建立信任的基石

1. 隐私与权利的保障

精神科护理中，尊重患者的隐私权和个人尊严至关重要。

护士应确保在治疗和护理过程中，所有信息交流均在患者同意的范围内进行，避免不必要的曝光和歧视。

2. 自主选择的鼓励

尽管患者可能处于精神疾病的困扰中，但他们仍应享有在合理范围内的自主决策权。护士应尊重患者的选择，包括治疗方案的接受与否，以及日常生活中的一些小决定，这有助于增强患者的自我价值感和康复动力。

三、关爱：温暖心灵的阳光

1. 情感支持的给予

精神科患者常常感到孤独、无助和绝望，护士的关爱如同一缕温暖的阳光，能够穿透阴霾，给予他们力量和希望。

通过耐心倾听、积极鼓励、温柔陪伴，护士可以成为患者最坚实的后盾。

2. 康复技能的传授

除了药物治疗，精神科护理还注重患者的自我管理和康复技能训练。护士应指导患

者学习应对压力的方法、情绪调节的技巧，以及社交技能的恢复，帮助他们逐步回归社会，重拾生活的乐趣和意义。

3. 家园文化的营造

一个温馨、包容、支持的治疗环境对精神科患者的康复至关重要。

护士应努力营造一种家园文化，让患者在这里感受到家的温暖和安全感，促进患者之间的相互理解和支持，形成积极的康复氛围。

总之，走进精神科护理，就是走进了一个充满挑战与希望的世界。

通过理解、尊重与关爱的实践，我们可以为精神障碍患者搭建起一座通往健康与幸福的桥梁，让爱与光明照亮他们前行的道路。

(作者单位：河北省第三荣军优抚医院)

肝脏超声检查的注意事项

□ 刘伟霞

你或许并不经常想起肝脏这个默默工作的器官，但它却是我们身体中不可或缺的一部分。肝脏像是人体的化工厂，参与了数以百计的生化反应，帮助我们消化食物、排除毒素，并维持正常的血糖水平。然而，当肝脏受到损害或患有疾病时，它就会发出警报。这时，肝脏超声检查成为了一种非侵入性的诊断方法，它能够帮助医生了解肝脏的状态，从而做出正确的治疗决策。本文将介绍肝脏超声检查的准备工作、注意事项以及如何正确配合医生进行检查。

一、准备篇

- 预约检查：**在进行肝脏超声检查前，应提前预约，并根据医生建议的时间段前来检查。确保空腹，禁食水，以免影响检查结果。
- 携带相关证件：**携带身份证或医保卡等相关证件，以便在检查过程中核实身份信息。

3. **穿着要求：**穿着尽量简单、易穿脱，避免衣服领口、袖口过紧，以免影响超声探头操作。建议穿着较宽松的衣物，便于检查。

4. **携带零食和水：**为避免检查过程中出现低血糖等状况，建议携带一些零食和水。

5. **保持情绪稳定：**检查前保持情绪稳定，避免过度紧张、焦虑，以免影响检查结果。

二、注意事项

1. **超声检查禁忌症：**对于严重的心脏病、安装心脏起搏器等患者，应咨询医生是否适合进行超声检查。

2. **检查前避免服用药物：**检查前应避免服用可能影响超声图像质量的药品，如利尿剂、降压药等。

3. **准确回答问题：**在进行超声检查时，应准确回答医生询问的问题，以便医生更好地了解病情，做出准确的诊断。

4. **避免干扰因素：**在进行肝脏超声检查时，应避免佩戴金属饰品，以免造成干扰，影响检查结果。

5. **检查结果解读：**对于肝脏超声检查结果，应咨询医生进行解读，并根据医生建议进行治疗和随访。

三、配合检查要点

1. **姿势正确：**在进行肝脏超声检查时，应保持正确的姿势，如仰卧位或侧卧位，以便医生更好地观察肝脏形态和病变情况。

2. **保持静止：**在进行超声检查时，应尽量保持静止，避免移动或晃动身体，以免影响检查结果。

3. **仔细倾听医生指示：**在检查过程中，应仔细倾听医生的指示和说明，以便更好地理解检查结果和医生建议。

4. **及时沟通：**如对检查结果有疑问或不

适感，应及时向医生沟通，以便医生及时调整检查方案或进行治疗干预。

5. **复查建议：**在完成肝脏超声检查后，医生可能会建议进行定期复查。应按照医生建议的时间段进行复查，以便及时了解病情变化。

肝脏超声检查是一种重要的检查手段，有助于了解肝脏健康状况。为确保检查结果的准确性和有效性，需要进行充分的准备工作和注意相关事项。

通过了解禁忌症、避免影响检查结果的药物、准确回答问题、避免干扰因素以及及时沟通等措施，有助于更好地配合医生进行检查。同时，定期复查也是确保病情得到有效管理和监测的重要手段。通过遵循医生的建议和指导，我们可以更好地维护肝脏健康，预防和治疗相关疾病。

(作者单位：河北省石家庄市妇幼保健院)

妇科手术后的护理和恢复

□ 马晴

在现代医学领域中，妇科手术已经成为日常的治疗方式之一，它为许多妇女解决了健康问题，改善了生活质量。然而，手术后的护理和恢复阶段同样至关重要，它直接关系到患者的健康和手术效果。那么，我们该如何进行妇科手术后的护理和恢复呢？本篇文章将向您介绍妇科手术护理的相关知识。

一、术后护理

- 休息与活动：**手术后，患者应尽量卧床休息，避免剧烈运动和过度劳累。适当的休息有助于恢复体力，减轻不适。
- 饮食调整：**手术后，患者的饮食应清淡、易消化，富含蛋白质和维生素。多吃蔬菜水果，避免油腻和刺激性食物，有助于伤口

愈合和身体恢复。

3. **观察生命体征：**关注体温、脉搏、呼吸和血压等生命体征，如有异常，及时告知医生。

4. **保持伤口清洁：**定期观察伤口，保持干燥清洁。如有异常分泌物，及时就医。

5. **遵循医生指导：**按照医生的建议进行用药、康复训练等，有助于身体恢复。

6. **预防感染：**遵医嘱使用抗生素等预防感染，避免剧烈运动和性生活，以免增加感染风险。

二、术后恢复

1. **康复锻炼：**根据医生建议进行适当的康复锻炼，如散步、瑜伽等，有助于身体恢复和提高免疫力。

2. **心理调适：**妇科手术后，患者可能会产生焦虑、恐惧等情绪。家属和亲友应给予关爱和支持，帮助患者调整心态，积极面对疾病。

3. **预防便秘：**术后患者应注意饮食，多吃富含纤维的食物，保持大便通畅。便秘可能会对伤口造成压力，影响恢复。

4. **定期复查：**根据医生建议进行定期复查，了解身体恢复情况，如有异常及时就医。

5. **避孕措施：**手术后，应采取适当的避孕措施，以避免意外怀孕给身体带来的额外负担。

三、特殊情况的护理和恢复

1. **疼痛护理：**手术后可能出现疼痛，可通过药物、热敷、按摩等方式缓解。如疼痛剧

烈，及时告知医生。

2. **出血护理：**术后少量出血是正常现象，如出血量较大或持续时间较长，及时就医。

3. **异常分泌物：**如发现异常分泌物（如异味、颜色异常等），及时就医检查。

4. **母乳喂养：**如接受手术涉及母乳喂养，术后应关注哺乳量的变化，遵循医生的建议进行哺乳和喂养。

总之，妇科手术后的护理和恢复对患者的康复至关重要。患者应遵循医生的建议，关注身体状况，保持积极的心态，以便更快地康复。同时，家属和亲友也应给予关爱和支持，帮助患者度过难关。

(作者单位：河北省大城县中医医院)

中西医结合治疗癫痫的主要措施

□ 庞志红

癫痫，作为一种慢性脑部疾病，其特点在于脑神经过度放电导致的频繁抽搐和意识障碍等症状，给患者的生活带来极大困扰。随着医学技术的进步，中西医结合治疗癫痫已成为一种趋势，旨在通过综合手段提高治疗效果，减少不良反应。

以下将详细介绍中西医结合治疗癫痫的主要措施。

一、药物治疗

1. **西药治疗：**目前，西药是癫痫治疗的主要手段之一。传统抗癫痫药物如卡马西平、苯妥英钠等，虽然能够有效控制癫痫发作，但常伴有较大的副作用。

因此，新型抗癫痫药物如拉莫三嗪、奥卡西平等应运而生，这些药物不仅疗效显

著，而且副作用相对较小。患者需严格遵医嘱服药，定期监测血药浓度，确保治疗效果和安全性。

2. **中成药治疗：**中医在癫痫治疗中也有其独特的优势。根据辨证施治的原则，中医师会针对患者的具体病情，选用具有平肝熄风、豁痰开窍、活血化瘀等功效的中药方剂，如镇痫散、安宫牛黄丸等。

这些中药方剂在调理脏腑功能、平衡体内阴阳气血方面有着独到之处，有助于减少癫痫发作。

二、非药物治疗

1. **针灸疗法：**针灸作为中医的传统疗法，在癫痫治疗中也有其应用价值。通过针刺特定的穴位，如大椎穴、后溪穴、水沟穴等，可

以疏通经络、调节气血，从而改善癫痫症状，减少发作次数。针灸疗法需由专业医师操作，确保治疗的安全性和有效性。

2. **神经调控疗法：**近年来，神经调控疗法在癫痫治疗中逐渐受到重视。这种疗法通过调节大脑皮层的功能来达到治疗目的，常用的技术包括深部脑刺激术、迷走神经刺激术等。这些技术能够精准地作用于病灶区域，减少癫痫发作的频率和强度。

三、手术治疗

对于部分病情严重的癫痫患者，手术治疗是不可或缺的选择。常见的手术方法包括癫痫病灶切除术、多处软脑膜下横切术等。这些手术旨在直接切除或破坏导致癫痫发作的病灶区域，从而达到根治的目的。

四、综合调理

除了药物治疗和非药物治疗外，患者还需注意日常生活的综合调理。保持良好的作息习惯、避免熬夜和过度劳累；均衡饮食、避免辛辣刺激性食物的摄入；保持积极乐观的心态、避免压抑情绪等。这些措施有助于增强患者的体质和免疫力，减少癫痫发作的诱因。

综上所述，中西医结合治疗癫痫是一种全面而有效的治疗策略。

通过综合运用西药、中药、针灸、神经调控疗法以及手术治疗等多种手段，可以显著提高治疗效果、减少不良反应、提高患者的生活质量。患者应在专业医生的指导下制定个性化的治疗方案，并积极配合治疗过程中的各项措施。

(作者单位：河北省唐山市迁安市中医医院)