

揭秘手术室护士的日常工作

□ 金青

在医疗行业中,护士是一个不可或缺的角色。他们不仅在病患的康复过程中发挥着重要作用,而且还在手术室这个特殊的环境中,默默地承担着许多职责。手术室护士,这群在手术过程中起着关键作用的“隐形英雄”,他们的工作并不像医生那样引人注目,但他们的付出和努力对于手术的成功和患者的康复至关重要。

一、术前准备

1. 物品准备:手术前,护士们需要准备各种手术器械和设备,确保它们处于良好的工作状态。

2. 患者接待:他们负责接待患者,协助他们完成各项术前检查,确保他们了解手术过程和注意事项。

3. 心理疏导:面对未知的手术,患者难免会产生恐惧和焦虑。护士们会用温暖的话语和关爱,给予患者支持和鼓励。

二、术中配合

1. 确认无误:手术开始时,护士会核对器械和药品的种类和数量,确保无误。

2. 精确传递:他们准确无误地将手术器械和药品传递给医生,确保手术的顺利进行。

3. 及时沟通:护士会密切关注患者的生命体征,及时向医生报告任何变化,以便做出相应的调整。

三、术后处理

1. 清理消毒:手术结束后,护士会对手术区域进行清理和消毒,以减少感染的风险。

2. 照顾患者:他们还会照顾好患者,确

保他们舒适安全地离开手术室。

3. 记录反馈:护士会记录手术过程和患者的反馈,为改进手术流程提供数据支持。

四、护士的职业素养

1. 专业技能:手术室护士需要具备高度的专业知识和技能,能够熟练地操作各种手术器械和设备。

2. 严谨细致:他们需要时刻保持严谨和细致的工作态度,确保手术过程的顺利进行。

3. 团队协作:护士们需要与医生、麻醉师和其他团队成员密切合作,共同完成手术任务。

4. 应急处理:他们需要具备应对突发情况的应急处理能力,如处理紧急出血或意外情况。

五、护士的付出与回报

1. 工作时间长:手术室护士通常需要长

时间的工作,包括夜班和周末班,以确保患者得到及时的护理。

2. 高风险工作:在手术过程中,护士需要时刻保持警惕,以确保患者的安全。这需要他们具备高度的专注力和警惕性。

3. 社会认可度:尽管护士在医疗行业中的重要性不容忽视,但他们的社会认可度并不高。这需要更多的宣传和教

育,以提高公众对护士职业的认识和理解。

总的来说,手术室护士是手术过程中的“隐形英雄”,他们默默地承担着各种职责,为患者的康复付出了巨大的努力。他们的工作不仅需要高度的专业知识和技能,还需要高度的责任感和奉献精神。

(作者单位:河北省张家口市第四医院)

帕金森病患者几个实用的护理方法

□ 王爽

帕金森病是一种常见的神经系统退行性疾病,随着病情的进展,患者常会出现饮水呛咳和吞咽困难等症状,严重影响患者的生活质量。

针对这些问题,合理的护理方法显得尤为重要。以下是一些实用的护理方法,希望能帮助到帕金森病患者及其家属。

1. 饮水呛咳的护理

帕金森病患者的咽喉肌功能下降,容易引发饮水呛咳。针对这一问题,可以采取以下措施:

小口缓慢饮水:鼓励患者每次饮水时,小口慢慢饮用,避免一次性大量饮水。使用吸管饮水也是一个不错的选择,因为它可以减少水流对咽喉部的冲击。

调整饮水姿势:患者饮水时应保持直立的坐

姿,头部微微前倾,有助于减少呛咳的风险。

定期评估与调整:家属应密切观察患者的饮水情况,一旦出现呛咳,应立即停止饮水,并调整饮水方式或寻求医生帮助。

2. 吞咽困难的护理

吞咽困难是帕金森病患者常见的症状之一,严重时可能导致营养不良和吸入性肺炎。以下是一些缓解吞咽困难的护理方法:

调整饮食:选择质地柔软、易于吞咽的食物,如粥、面条、鸡蛋羹等。家属可以将蔬菜、肉类等副食煮得软烂后切碎,拌在食物中让患者食用。同时,避免给患者食用过于干燥或大块的食物,以防呛咳或窒息。

吞咽训练:在物理治疗师的指导下,进行吞咽功能训练。通过一系列针对性练习,增强吞咽相关肌肉的力量和协调性,从而改善吞

咽能力。

改变进食姿势:患者进食时应保持直立的坐姿,头部微微前倾,有助于食物顺利进入食道。饭后也应维持直立的姿势一段时间,以便食物更好地消化吸收。

营养支持:对于吞咽困难严重的患者,可能需要通过鼻饲饮食来保障营养摄入。医生或家属可以通过鼻孔将胶管插入患者胃内,将牛奶、菜汁等液体食物通过注射器注入患者胃中。

3. 综合护理建议

除了针对饮水呛咳和吞咽困难的专项护理外,帕金森病患者还需要全面的综合护理:

饮食护理:建议患者进食高维生素、高蛋白、低脂的食物,以维持营养均衡。同时,注意调整食物质地和进食方式,减少吞咽困难的

发生。

康复护理:鼓励患者进行适当的康复锻炼,如面部功能训练和肢体功能训练等,有助于改善患者的运动功能和生活质量。

用药护理:帕金森病患者需要长期服药治疗,家属应协助患者按时按量服药,并注意药物与饮食的相互作用。

心理护理:帕金森病患者常伴有焦虑、抑郁等心理问题,家属应给予患者足够的关爱和支持,帮助患者树立战胜疾病的信心。

综上所述,针对帕金森病患者的饮水呛咳和吞咽困难问题,通过合理的护理方法可以有效缓解患者的症状,提高患者的生活质量。家属和医护人员应密切配合,为患者提供全方位的护理支持。

(作者单位:河北省保定市第六医院)

辅助生殖技术揭秘

□ 焦翠玲

在医学技术飞速发展的今天,辅助生殖技术为许多渴望拥有孩子的家庭带来了希望。

这些技术不仅帮助解决了不育问题,还极大地丰富了我们对于生殖科学的理解。以下是对辅助生殖技术的详细揭秘。

一、辅助生殖技术的定义

辅助生殖技术(ART),又称人工生殖或人类辅助生殖,是指运用医学技术和方法对配子(精子和卵子)、合子(受精卵)及胚胎进行人工操作,以达到受孕目的的技术。这些技术主要包括人工授精和体外受精胚胎移植技术(IVF)及其衍生技术。

二、人工授精

人工授精(AI)是指用人工方式将精液

注入女性体内以取代性交途径使女性妊娠的一种方法。根据精子来源的不同,人工授精可分为夫精人工授精(AIH)和供精人工授精(AID)。

夫精人工授精(AIH):使用丈夫的精子进行人工授精,适用于男性因少精、弱精、液化异常、性功能障碍等原因导致的不育。

供精人工授精(AID):使用丈夫之外的其他男性捐献的精子进行人工授精,适用于不可逆的无精子症、严重的少精症、弱精症和畸精症等情况。

三、体外受精胚胎移植技术(IVF)

体外受精胚胎移植技术,俗称试管婴儿技术,是指从女性体内取出卵子,在器皿内培养后,加入经技术处理的精子,待卵子

受精后,继续培养到形成早期胚胎时,再转移到子宫内着床,发育成胎儿直至分娩的技术。

IVF的适应症:包括输卵管性不育症、子宫内膜异位症、男性因素的不育症、顽固性多囊卵巢综合征等。

IVF的衍生技术:卵胞浆内单精子显微注射技术(ICSI)适用于男性精子数量少或质量差的情况;植入前胚胎遗传学诊断技术(PGD)可用于筛查胚胎的遗传疾病,确保植入健康的胚胎。

四、辅助生殖技术的发展历程

辅助生殖技术的发展有着悠久的历史。人工授精技术早在18世纪就被应用于动物身上,1799年首次报道了人工授精在人体上

的应用。IVF技术的发展则始于19世纪30年代,经过多次尝试,终于在1978年成功诞生了世界上第一例试管婴儿。

五、辅助生殖技术的现状与挑战

如今,辅助生殖技术已在全球范围内广泛应用,为无数家庭带来了福音。然而,这些技术也面临着伦理、法律和社会等多方面的挑战。如何平衡技术进步与伦理道德的关系,如何确保技术的安全性和有效性,是未来需要深入探讨的问题。

总之,辅助生殖技术作为现代医学的重要组成部分,为不育家庭带来了生育的希望。随着技术的不断进步和完善,相信未来将有更多的家庭能够享受到这份爱的结晶。

(作者单位:河北省张家口市张北县医院)

中医内科疾病的调理与养生方法

□ 宋志文

中医内科疾病的调理与养生,强调的是从整体出发,通过调和人体的气血、阴阳、脏腑等多方面因素,达到预防疾病、促进健康的目的。本文将详细介绍几种常见内科疾病的中医养生方法,帮助读者了解并实践中医养生之道。

一、心血管疾病

心血管疾病如高血压和冠心病是常见的内科疾病。中医调理此类疾病,主要通过以下几个方面进行:

1. 中药治疗:针对高血压,可选用滋阴补肾、平肝潜阳、化痰祛湿的中药,如天麻、钩藤、决明子等。对于冠心病,则常用益气活血、化瘀通络、祛痰除湿的中药,如丹参、红花、黄芪等。

2. 针灸调理:选取太冲、涌泉、足三里等穴位进行针灸,可调节气血、平衡阴阳,有助于降低血压和改善心脏功能。

3. 饮食调理:减少盐的摄入,避免食用辛辣、油腻、刺激性食物,多吃新鲜蔬菜水果。特别是富含钾的食物,如香蕉、菠菜等,有助于

降低血压。

4. 情志调理:保持心情舒畅,避免情绪激动和紧张,对于心血管疾病的预防和康复至关重要。

二、呼吸系统疾病

呼吸系统疾病如感冒和支气管炎,中医调理方法包括:

1. 中药治疗:感冒分风寒和风热两种,分别选用解表散寒或疏风清热的中药进行治疗。支气管炎则常用益气补肺、化痰止咳、清热解毒的中药,如桔梗、杏仁、甘草等。

2. 针灸调理:选取风池、合谷、大椎等穴位进行针灸,有助于祛风解表、调和气血、缓解呼吸道症状。

3. 饮食调理:多喝热水,避免食用生冷、油腻食物,可适当食用具有解表作用的食物,如生姜、葱、蒜等。

4. 生活调理:注意休息,保持室内空气流通,避免受寒,有助于呼吸道疾病的恢复。

三、消化系统疾病

消化系统疾病如胃炎和便秘,中医调理方法主要包括:

1. 中药治疗:胃炎常用健脾养胃、疏肝理气、清热燥湿的中药,如白术、茯苓、黄连等。便秘则选用润肠通便、益气健脾的中药,如大黄、火麻仁、党参等。

2. 针灸调理:选取中脘、足三里、脾俞等穴位进行针灸,有助于调节脾胃功能,促进肠道蠕动。

3. 饮食调理:胃炎患者应避免食用辛辣、油腻、刺激性食物,饮食规律,定时定量。便秘患者应增加膳食纤维的摄入,多喝水,避免食用辛辣、干燥食物。

4. 运动调理:适当进行腹部按摩和运动,如散步、慢跑等,有助于促进肠道蠕动,缓解便秘症状。

四、调整生活习惯

除了针对具体疾病的调理方法外,中医还强调调整生活习惯,以达到预防疾病、增强体质目的:

1. 合理作息:保持规律的作息时间,早睡

早起,避免熬夜。

2. 均衡饮食:注意饮食的合理搭配和多样性,适量食用谷类、蔬菜、水果、坚果等,避免过食油腻、辛辣、煎炸等刺激性食物。

3. 适量运动:选择适合自己的运动方式,如太极、八段锦、五禽戏、散步、瑜伽等,定期进行锻炼,增强体质。

4. 情志调节:保持积极乐观的心态,学会有效应对压力和情绪管理,有助于调节人体的阴阳平衡,提高身体抵抗力。

结语

中医内科疾病的调理与养生是一个全方位、综合性的过程。通过中药治疗、针灸调理、饮食调理、情志调节以及调整生活习惯等多种手段的综合运用,可以有效预防和治疗内科疾病,提高人体的整体健康水平。然而,每个人的体质和病情都有所不同,因此在实际应用中应根据个人情况选择合适的方法,并在专业医师的指导下进行。

(作者单位:重庆市云阳县中医院)