

盆腔炎的治疗与护理

□ 栾 彬

盆腔炎是女性上生殖道感染所引起的一组疾病,包括输卵管炎、子宫内膜炎、盆腔腹膜炎等。其中输卵管炎较为多见,盆腔炎多发于性生活活跃且处在生育期的女性,初潮前、没有性生活的女性及绝经后的女性,较少出现盆腔炎。盆腔炎如果不能及时治疗或者不能彻底治疗,易引发慢性盆腔痛、异位妊娠、不孕,因此对于盆腔炎,患者需要找到具体的病因,根据实际的症状积极治疗。那么,盆腔炎有哪些症状?治疗方法有哪些呢?如何护理?

主要症状

盆腔炎多数是由细菌感染

引起,主要症状有下腹疼痛、阴道分泌物异常、阴道异常出血等,下腹部疼痛一般是持续性的,且在活动后或者同房后疼痛症状加重。盆腔炎患者阴道分泌物会逐渐增多,且出现难闻的气味,还有一些在月经周期前及同房期间的患者,容易出现阴道出血的情况。盆腔炎患者除以上症状以外,还会出现月经量增多及经期延长的情况,病情严重的话还会出现高热、头痛、食欲降低及寒战等症状。如果患者有腹膜炎或者脓肿,会有恶心、呕吐、腹泻、腹胀等症状出现,且同时伴有泌尿系统感染症状,如

尿痛、尿急、尿频等。

治疗方法

盆腔炎一般采用药物进行治疗,患者在发病后需要卧床休息,采用半卧位的姿势休息。同时患者要注意补充足够的营养,多吃一些高蛋白、高热量的食物,还要补充水分,避免电解质紊乱及酸碱失衡。如果出现高热症状,可以采用物理降温或者药物降温。对于症状比较轻的患者,可以口服抗生素进行治疗。如果口服抗生素72小时效果不佳或者无效,则应该重新评估诊断,采用静脉用药的方式进行治疗。如果患者属于输卵管、卵巢脓肿或者存在

盆腔腹膜炎的情况,需要住院且给予静脉滴注抗生素治疗。相关药物包括甲硝唑、阿奇霉素、左氧氟沙星、阿莫西林、克拉维酸钾等,患者需要严格遵医嘱用药。如果经过药物治疗无效或者效果不佳,脓肿症状持续存在又或者脓肿出现破裂,患者需要及时采用手术的方式进行治疗,如开腹手术或者腹腔镜手术等;同时,还可以结合活血化痰、清热解毒的中药辅助治疗。

如何护理

患者需要积极配合医生的治疗,同时做好日常的护理措施,加强卫生管理;要注意多跟家属朋

友沟通交流,心理压力过大,可以通过读书、散步或者音乐等方式来分散自己的注意力,保持心情愉悦;要遵循医嘱使用抗生素,不能擅自停药;要注意做好预防措施,如果手术后出现红肿、疼痛、发热等症状,需要及时就医。在饮食方面,患者需要清淡一些,多吃新鲜的水果和蔬菜。身体恢复后,患者可以进行有氧运动,但要注意不要做剧烈的运动。患者要保持外阴的清洁干燥,不能使用有刺激性的肥皂清洗外阴,以免破坏私处的酸碱平衡。

(作者供职于山东省德州市陵城区中医院)

神经外科疾病大多具有专业性强、治疗难度大、风险系数高、疾病种类多、病情变化快及临床症状显著等特点,在针对患者开展护理工作中具有较多难点。下面针对神经外科疾病的护理难点进行分析,并拟定相应解决措施以提高护理质量及水平,确保患者安全。

神经外科疾病的护理难点包括置管多、陪护多、患者病情变化快、家属错误认知、专业性性强等。

置管多及解决措施

患者大多需要给予置管处理,包括导尿管、胃管、引流管、营养管等,病情严重患者甚至需要给予呼吸管、生命体征监测等多个管道,导致护理工作难度及工作量增加。临床可针对患者病情、治疗及置管情况合理增加护理人员数量,为患者提供优质的护理监测服务,避免因为患者家属监护不当,出现导管脱落或堵塞未能及时发现的情况。

加强陪护管理

患者在接受治疗过程中,家属对患者病情比较担心,容易存在陪护人员过多的情况。而在针对患者开展治疗及护理工作中,基于患者病情发展变化快等特点,陪护人员过多不仅会影响护理工作开展,还大大影响医院对于患者的管理工作。临床可在病区设立专门人员,对陪护人员、探视人员及探视时间等进行限制,避免过多的陪护人员及患者家属进入病区,确保病房内安静,从而满足正常护理工作及治疗工作的开展需求。

病情变化特点

患者病情变化相对较快,在缺乏及时关注情况下会出现疾病损伤情况扩大,威胁患者健康及生命。护理人员应加强对患者的监护工作,监测其生命体征变化,包括心跳、脉搏、呼吸、瞳孔、意识等,若患者出现意识障碍、昏迷、瞳孔改变等均应给予重视,及时联系医师给予相应治疗,从而对其健康提供保障。

认知误区

部分患者家属对于患者治愈抱有过高的期望,而临床护理工作开展过程中如果存在解释不到位或护理纠纷过多情况,不仅影响患者及家属对于医疗机构的信心,还容易影响护理人员工作的积极性。护理人员应及时对患者及家属说明疾病情况、发展危害、治疗、预后等,提高患者及家属对于疾病的认知,纠正错误理念,并给予正确说明和讲解以取得患者及家属的理解。

专业性强

神经外科疾病大多专业性较强,若护理人员对于专业知识缺乏理解和认知,导致无法准确引导患者接受诊断和治疗。针对该问题,临床应对护理人员综合水平进行评估,并开展专科培训工作,提高护理人员对神经外科疾病及应对措施的掌握程度,保证优质的护理服务及沉着冷静的工作态度,从而有效满足患者对护理工作的需求。

(作者供职于泰安市第一人民医院)

老年人康复护理及日常保健

□徐金娟

随着年龄的增长,老年人的身体机能逐渐下降,在康复护理和日常保健工作中有许多需要注意的事项,只有充分掌握相关常识才能做好护理工作。

康复护理

身体健康护理 由于年龄的增长,老年人的身体功能会出现不同程度的下降,

如由于消化系统功能减退,会使其出现进食后难以消化;影响肠胃功能的情况,因此在日常饮食中要保持营养均衡和易于消化的饮食结构,减少肠胃不适现象。老年入中枢神经系统功能的减退,会使其对于外界事物的感知和身体敏捷度都会出现不同程度的下降,日常生活中容易出现活动时肢体协调能力异常的情况,因此尽量在家属的陪同下进行室外活动,避免出现意外情况。除了以上情况外,心血管系统疾病是老年人常发的疾病之一,对老年人的身体健康具有严重危害,因此在日常生活中要注意老年人的血压、呼吸等体征监测,保持情绪稳定,减少心血管疾病发生的概率。

心理健康护理 由于年龄增长,身体机能下降,老年人通常身患各种疾病,不仅对身体健康造成危害,还会使老年人产生烦躁、焦虑等负面情绪,长此以往容易形成各种心理问题。除此以外,有一些没有子女陪伴的老年人,心理会产生一定的落差感,使老年人出现不愿意主动社交、疏远周围环境的情况。因此,老年人的心理健康护理至关重要,日常生活中要注重老年人的情感需求及心理需求,使老年人保持放松的心情和稳定的情绪。

安全维护 由于老年人

身体行动迟缓、反应能力下降、听力视力降低,味觉、嗅觉等功能也出现不同程度的障碍,并且对于外界的感知和危险应对能力较弱。因此,在老年人的康复护理中,要充分重视安全维护工作,避免老年人身体健康受到外界因素影响。

日常保健

保持良好习惯 保持老年人饮食结构合理及营养摄入均衡的同时,要避免摄入难以消化的食物,避免增加肠胃负担。在日常生活中,老年人可以适量摄入一些蛋白质、维生素及微量元素含量丰富的食物。除此以外,老年人要保持良好的生活作息,养成适当运动的习惯,如散步、跑步等,要注意避免过度劳累,保持良好的心情。

卫生清洁护理 老年人居住环境要保持清洁和卫生,并且坚持开窗通风,减少空气中的细菌传播,对于没有自理能力的老年人要特别注意床铺的清洁和卫生,每天整理床铺并且对于有污渍的床单、枕套进行更换,保证老年人所处环境的卫生。需要注意的是,对于行动能力较差的老年人,需要帮助其进行自我卫生清洁工作,在清洁过程中要保持耐心、动作轻柔。

注意天气变化 天气寒冷时要提醒老年人减少户外活动,避免感冒或诱发呼吸疾病。注意老年人的防寒保暖工作,保持室内温度适宜,避免过冷或过热。

综上所述,老年人的护理需要家属引起重视,掌握相关常识才能做好疾病的治疗与预防工作,才能保护老年人的身心健康发展。

(作者供职于枣庄市峰城区人民医院)

焦虑症的病因及护理

□赵 娜

随着社会的快速发展和生活节奏的加快,人们的精神压力不断增加,导致很多人出现了焦虑症。焦虑症是一种心理障碍疾病,它不仅会对患者的身心健康造成很大的伤害,还会影响工作和生活。笔者将介绍焦虑症的概念、患病原因及如何进行护理。

什么是焦虑症

焦虑症是一种由于不良情绪引起的疾病,患者常表现出不安、紧张、烦躁等情绪,这些情绪持续存在,会影响患者的生活和工作。近年来,焦虑症的患者数量不断增加,尤其是在当今快节奏

奏的生活中,这种疾病更容易出现。患者不仅会感到焦虑,还可能伴随着其他身体症状,如头痛、胸闷、心悸等。

患病原因

心理因素 焦虑症的主要原因是心理因素,如长期的工作压力、家庭关系问题、社交障碍等,都可能成为焦虑症的诱因。

生物因素 除了心理因素,生物因素也可能是引起焦虑症的原因。一些研究结果表明,焦虑症的发病和遗传与大脑化学物质等因素有关。

环境因素 环境因素也会影响焦虑症的发病率。如长期处

于噪音环境、生活不规律等,都可能增加焦虑症的患病风险。

社会因素 社会压力、工作压力、家庭关系紧张等社会因素也可能导致焦虑症的发生。

护理方法

认识疾病 对于焦虑症患者,了解自己的疾病是很重要的。患者应该明白焦虑症不是弱点,这可以帮助他们更好地应对疾病,减轻病情。

改善生活习惯 改善生活习惯对缓解焦虑症有很大帮助。患者应该注意饮食,保持良好的睡眠习惯,进行适当运动和放松训练,这些都有助于减轻焦虑症

的症状。

锻炼身体 适当运动可以缓解焦虑症状,增强身体免疫力,有助于身心健康。

家庭支持 家属可以给予患者情感上的支持和关心,帮助患者建立信心和勇气,积极面对病情,从而更好地恢复身体健康。

心理治疗 心理治疗是治疗焦虑症的重要方法之一。具体方法包括认知行为疗法、心理动力学疗法等,这些方法可以帮助患者解决内心的矛盾和困惑,学会应对焦虑症的各种症状。

药物治疗 药物治疗是治疗焦虑症的另一种方法。抗焦虑药

如何护理高热患儿

□孟桂梅

发病,伴随着全身乏力、高热、怕冷、打寒战、头痛、肌肉关节酸痛等症状,还有咳嗽、流鼻涕、咽痛、干咳、眼睛充血等局部症状。流感持续时间通常为4天~7天,少数患者的咳嗽症状会持续几周。儿童发热概率及严重程度都高于成年人,患乙型流感时呕吐、恶心、腹泻等消化道症状较成人更严重。新生儿患病症状通常表现为嗜睡、不吃奶、呼吸不顺畅等。

轻型症状 轻度发热,全身及呼吸道症状较轻,2天~3天内可自我恢复或痊愈。

一般症状

一般表现为急性

色、口齿不清、反应迟缓、嗜睡、躁动不安、易惊厥等,还可能出现严重呕吐、腹泻等脱水表现,合并肺炎病毒,严重者会出现呼吸衰竭及心、肝、肾等多器官衰竭。

如何护理

病情观察期 儿童感染流感会出现一些症状,父母在初期要仔细观察,及时就医,如出现以下情况:突然高热,持续时间2天~3天,高热会导致患儿精神萎靡、嗜睡、烦躁不安;出现呼吸急促或困难情况;反复发热并伴随着咳嗽;大一点的患儿会告诉父母自己冷、没有力气、身上痛等情况;出现呕吐、腹泻等症状,连续7小

时~8小时不排尿;胸口痛,因肌肉疼痛不想走路,其他慢性症状加重,如鼻塞、咽喉炎等;6个月以内的患儿通常表现为嗜睡、不吃奶、呼吸不顺畅等。

持续休息期 休息对患儿来说是非常重要的,尤其是发热期间,要尽量卧床休息,直至好转,这样可以减少能量消耗,避免患儿出现其他并发症。发热时患儿喜欢睡觉,父母应该给患儿创造一个舒适安静的环境,不要过多地打扰,使患儿有充足的睡眠时间。

健康饮食期 患儿应该多喝温热水,以促进身体新陈代谢,加速有害物质的排出,饮食应以高

小儿上呼吸道感染的预防与护理

□唐 丽

上呼吸道感染是常见的感染类高发疾病,相较于成年人来说,小儿的抵抗力较弱,身体机能发育不完全,更容易受到细菌病毒的侵害。上呼吸道感染不仅会对其身体健康造成一定影响,还会影响日常生活和学习。因此,对于小儿上呼吸道感染的预防和家庭护理工作,应该引起每位家长的重视。

如何预防

加强日常防护 想要预防小儿上呼吸道感染,首先要加强日常生活的防护,在流感高发时期尽量减少前往公共场所,避免人与人之间的近距离接触,远离学

校中的呼吸道感染患者,保持开窗通风并且定期进行室内消毒,在密集空间内注意佩戴口罩,避免出现交叉感染。

适当增强体育运动 适当增强体育运动,不仅能够提高小儿身体抵抗力,增强抗病能力,还能转移其注意力,减少电子产品的使用时间。在进行运动后,小儿要避免进食生冷的食物和饮品,防止增加肠胃负担,并且在运动后要及时将汗液擦干避免受凉感冒。

养成良好的饮食习惯 养成良好的饮食习惯也是预防小儿上呼吸道感染的有效方法之一,

小儿应尽量保持饮食清淡和营养丰富,减少食用辛辣、油腻、生冷食物,减少对呼吸道的刺激。纠正小儿爱吃零食的习惯,减少吃辣条、雪糕、糖果、炸鸡等食物的频率,保持健康的饮食习惯有利于身体健康。

接种疫苗 对于年龄较小或身体素质较差的小儿,可以在专业医师的指导下进行流感疫苗接种,可以有效地预防流行性感冒引起的小儿上呼吸道感染,提高对病毒的抵抗力。

护理措施

首先,在小儿出现上呼吸道感染发热症状时,要做好降温工

作。患儿体温在38.5摄氏度以下时,采取物理降温的方法即可,用冷毛巾、冷布袋等物品对额头进行擦拭和冷敷。患儿体温在38.5摄氏度以上时,则需要采取药物降温的方式,在医师的指导下,选择适合的退热药,并且增加饮水量帮助汗液排出,以达到降温的效果。

其次,根据医嘱按时服用治疗药物,避免上呼吸道感染症状加剧或引起其他不良反应,适当补充营养,增强患儿的免疫力和身体抵抗力。

最后,保证充足的休息,由于患儿的身体发育不完全,多增

加休息时间有利于身体的恢复。除了以上几点,还需要注意保证室內的空气流通,减少细菌和病毒的滋生,时刻观察其体温和身体状况,防止因细菌感染引起的其他并发症。

综上所述,小儿上呼吸道感染对患儿身心健康都有一定影响,不仅会造成免疫功能下降,破坏身体机能平衡,还会影响日常生活和学习。因此,做好小儿上呼吸道感染的预防及护理工作,不仅能够预防疾病发生,还能够保护患儿身心健康发展。

(作者供职于中山市南朗医院儿科)