

# 如何预防异物遗留患者体内

□张静

遗留于患者体内的物体，会因增生的结缔组织包裹而形成异物，进而影响了患者的身体健康，还对医疗机构造成不利影响。对此，为了避免异物遗留于患者体内，本文将为大家讲解手术室护士的一些成功做法。

## 管理及培训

配置必要人力资源，为了改变超负荷运行状态，医院必须严格按照手术台编制要求，安排相应的医务人员。科室护士长会按照手术要求，动态配置资源，采用弹性工作制和弹性工作排班方法，尽量减少护士交接班人数，从而降低交接班时产生的不稳定因素。

## 身心状况

手术室的工作内容复杂、压力

大、无规律，医务人员长期处于应激的劳动环境中，极易出现身体疲惫、思维错乱现象。比如主要表现为操作的准确性降低，增加了思维失误的风险，容易发生失败事件。因此，要及时发现手术室护士的心理及生理问题，并进行有效沟通，及时帮助其解决问题。

## 工作态度

手术室医生必须有强烈的责任感，对每一项操作都必须严谨、细致。在术中，医生与护士必须集中精力，密切配合，避免谈论与治疗无关的问题，以避免因注意力不集中而引起手术中的异物遗留于患者体内的可能性。

## 业务学习

针对不同年资的护士，制定不

同的培训课程，让科室护士获得专业的劳动环境中，极易出现身体疲惫、思维错乱现象。比如主要表现为操作的准确性降低，增加了思维失误的风险，容易发生失败事件。因此，要及时发现手术室护士的心理及生理问题，并进行有效沟通，及时帮助其解决问题。

## 术前风险与防范

1.在做手术之前，护士应熟悉情况，并充分掌握手术流程，以便更加细致地准备材料，更好地配合医生，达到心中有数。

2.在做手术之前，护士需要保持手术空间整洁、无灰尘，并且地面干净，不存在纱布、缝针等。

3.在手术前一天，护士应根据患者的需要，对手术器械进行清洗后，认真核对、签名后，灭菌备用。

4.术前，由器械医师提前洗手，并和巡回护士一起清查所用

物品的数量，至少清查2遍后，并由巡回护士记录在仪器检查单上。在做手术过程中，需要用到的仪器和材料，由巡回护士及时补充，并做好记录。

## 严防手术物品遗留体内

在手术台上，护士应当清点好此次手术中所使用的全部仪器、物品，并始终保持仪器和敷料等摆放整齐。凡在胸腔腔内或者深部治疗所使用的纱垫上，均应该留有长带、带尾夹的止血钳置于创口后，避免残留在患者体内。

在手术台上，一些较小的东西要稳妥存放，防止丢失。如果在手术中，在持夹针头的关键环节，稍有不慎针头就会掉落。在这种情况下，应立即中止手术，谨慎检查，必须找到针头，不宜用仪器车，以

避免将针头扎到仪器车车轮上；如在手术中，针头已断裂时，一定要把针头、针尾等找到，不可残留在患者体内。

在手术台上，纱布不能随意剪开，从物品上剪去的残端也不能留在手术台上，应及时弃除。在关闭患者的体腔前，巡回护士及器械护士需要详细核查所用的一切物品，确定准确无误后，方可关闭切口；在关闭体腔及缝合结束后，再清点一遍手术用品。

术中异物遗留体内，不仅降低疗效，还给患者造成伤害，甚至威胁生命。因此，手术室护士应提高业务能力和责任心，防止异物留在患者体内，这对手术的成功与否至关重要。

(作者供职于河南省人民医院麻醉与围术期医学科病房手术室)

# 脑梗死患者的护理要点

□马战友

# 高血压病患者如何居家护理

□曲哲

高血压病是一种常见的慢性病，需要长期治疗与护理，在高血压病患者的护理中，日常生活护理和居家护理显得尤为重要，能够预防和控制病情发展。

## 日常生活护理

**合理饮食** 高血压病患者需要遵循低盐、低脂、低胆固醇、高纤维的饮食原则，在日常饮食中应控制热量的摄入，减少糖分、饱和脂肪酸和胆固醇的摄入量。此外，患者应注意定时定量进餐，避免暴饮暴食。

**合理运动** 高血压病患者需要进行适量运动，比如散步、慢跑、骑车、游泳等，以促进血液循环和身体康复。但是，患者要避免剧烈运动或者长时间卧床不动，应遵照医生的建议适量运动。

**定期测量血压** 高血压病患者需要定期测量血压，了解病情变化和治疗效果，避免病情恶化。患者应购买一台家用血压计，按照医生的建议测量血压。

**定期复诊** 高血压病患者需要定期复诊，定期检查血压、心率、血液生化指标等，便于医生了解患者的治疗效果和病情变化，及时调整治疗方案。同时，患者应遵循医生的要求，进行治疗和康复训练。

**定期健康检查** 高血压病患者需要定期进行健康检查，比如心电图、心脏彩超、肝肾功能等检查，了解自己的身体健康状况，以便及时发现疾病，及早治疗。

**合理作息** 高血压病患者需要保持规律作息，避免熬夜、过度劳累和精神压力过大。此外，患者应保证充足的睡眠和休息时间，保持心情愉快，促进身体恢复健康。

**戒烟戒酒** 高血压病患者需要戒烟戒酒，改变不健康的生活习惯，以降低心脑血管疾病的发生率。

## 紧急处理

**急救措施** 高血压病患者在出现紧急症状时，需要及时采取急救措施，比如平卧休息、解开衣扣、保持呼吸道通畅、服用急救药物等。在平时，患者应学习急救知识和技能，掌握自救方法。

**及时就诊** 高血压病患者在发生危急重症时，不要慌张，应及时拨打急救电话或者前往医院就诊，寻求专业医生的帮助。

## 药物治疗

**定时服药** 高血压病患者需要遵照医生的要求和药物说明书提示，按时、按量服用药物，避免出现漏服或者过量用药等问题。在平时，患者应将药物放在固定的地方，妊娠期高血压的用量和剂量。

**注意药物相互作用** 高血压病患者在使用药物过程中，需要注意药物之间的相互作用和不良反应，高血压药物常见的不良反应为头晕、恶心、呕吐、皮肤瘙痒等。若出现这些症状，患者应及时就诊，将自已用药后的不良反应告诉医生，以便医生及时调整治疗方案。

高血压病患者需要进行日常生活护理和居家护理，以控制病情。患者应注意饮食，适时运动，定期测量血压，定期复诊，定期检查，保持规律作息，戒烟戒酒等。

患者按照医生的要求和建议，积极参与康复训练和治疗，可取得预期治疗效果。

(作者供职于河南省人民医院心血管综合一病区)

# 妊娠期高血压的病因及护理

□闫红敏

什么是妊娠期高血压呢？顾名思义，就是在妊娠期间发现高血压病，两者是并存的，一般而言，孕妇在妊娠20周之后会出现高血压、水肿等现象，严重时会出现抽搐、昏迷，甚至母婴死亡的现象。妊娠期高血压是孕妇所患的一种常见疾病，有轻重之分，主要分为轻度、中度、重度。在妊娠期间，孕妇要做好自我防护，一旦患了妊娠期高血压，也不要慌张，需要调整好心态，在医生的建议下做好自我管理，就能控制好病情。

**病因** 妊娠期高血压的病因比较复杂。首先，遗传方面的因素，凡是孕妇的家族里有高血压病史，那么，在妊娠期间，会增加

高血压病的发生率。其次，前列腺素分泌不足，一般情况下，怀孕之后，孕体会出现血管扩张，前列腺素分泌量不足、血管壁反应强烈、血压升高的现象。再次，孕妇有怀多胞胎情况，会增加身心两方面的压力，患高血压病的概率也会增加。最后，子宫、胎盘缺血或者孕妇的精神过度紧张等，都会促使血压升高，患病率也会随之增加。

**症状** 妊娠期高血压的症状比正常人的高血压症状严重，不仅影响孕妇的正常生理功能，还会影响胎儿的生理状况。具体症状为：孕妇会有血压升高、水肿的情况，尤其是脚踝和下肢部位水

肿现象比较明显。当然，不能把水肿当成诊断妊娠期高血压的重要依据。除了以上症状外，妊娠期高血压也会导致孕妇其他器官受损，进而出现腹痛、头痛、贫血、心肺功能异常，以及羊水异常、胎儿异常，甚至胎儿死亡的现象。综合分析，妊娠期高血压是非常严重的，孕妇需要提高警惕。

**治疗** 在治疗妊娠期高血压过程中，不仅要保障孕妇的身体健康，还要保证胎儿的生命安全，整个过程是需要谨慎处理。孕妇应定期检查，随时关注自身血压、腹部、心肺部及其他方面的变化情况，随时配合医生治疗。妊娠期高血压的治疗主要

是控制病情，尽量拖延时间，便于胎儿健康出生，确保胎儿和孕妇的生命安全。在特殊情况下，医生也会采取紧急措施治疗妊娠期高血压。

**预防** 妊娠期高血压的预防是非常重要的，孕妈妈要保持轻松、愉悦的心情，合理饮食，既保证胎儿获取充足的营养，也保证自己获取一定的营养，尤其要补钙。孕期补钙是一种常见现象，只有适量补钙，才能保证孕妇和胎儿健康。在妊娠期间，孕妈妈要做好产检，积极配合医生，调整好自己身体状况。当然，孕妈妈要保持适量运动，养成良好的生活作息习惯。护士应加大对妊娠期高血

压防治知识的宣传力度，让孕妈妈科学预防妊娠期高血压。

综上所述，在妊娠期间，孕妈妈的身体和心理都会产生很大压力，但是要适当解压，以免过度紧张造成血压升高。同时，在妊娠期间，孕妈妈应合理饮食，保证蛋白质、钙质等营养物质的摄入量；禁止吸烟和喝酒，养成良好的生活习惯，多吃新鲜的水果和蔬菜；多听轻音乐，可舒缓心情，适当散步，和朋友聊天等均可防止过度紧张。另外，孕妈妈要控制体重，保证充足的休息时间等也是非常重要的。

(作者供职于郑州大学第一附属医院产科)

呼吸机相关性肺炎是一种比较常见的医院获得性感染，是指呼吸机患者因呼吸机使用而引发的肺部感染。这种感染的发病率较高，死亡率也相对较高。因此，为了保障患者健康，护士应采取一系列护理措施来预防呼吸机相关性肺炎。

## 预防措施

1.密切观察，加强护理。对于使用呼吸机的患者，护理人员应密切关注患者的病情，若发现异常情况，应及时进行处理，比如呼吸急促、呼吸道分泌物增多等。

2.定期更换呼吸机管路。呼吸机管路容易滋生细菌，所以需要定期更换，一般建议每天更换一次。

3.控制呼吸机参数。合理控制呼吸机参数可以降低呼吸机相关性肺炎的发生率。比如合理调整氧浓度和吸气压力等参数，以控制呼吸机使用时间。

4.加强口腔卫生。口腔是病菌容易滋生的部位，所以需要保持患者的口腔卫生，比如每日漱口、刷牙等。

5.使用口腔抗菌剂。对于口腔清洁不足或者有口腔病变的患者，可以使用口腔抗菌剂来预防呼吸机相关性肺炎。

6.预防便秘。便秘容易导致肠道细菌移位，增加呼吸机相关性肺炎的风险。因此，患者应通过饮食调节、增加运动等方式预防便秘。

7.提高免疫力。提高患者的免疫力可以减少感染风险，比如注射疫苗、补充维生素等。

## 护理方法

1.如何使用呼吸机。使用呼吸机时的注意事项：呼吸机的管路不能扭曲，患者的头部不能转动等。

2.加强呼吸道护理。患者需要加强呼吸道护理，保持呼吸道通畅等，主要护理措施如下。

**拍背和吸痰** 定期拍背和吸痰是保障呼吸道通畅的重要手段。护理人员需要在合适的时间和频率下进行拍背，以防止患者产生不适症状和感染的风险。

**吸氧** 呼吸机患者可能需要额外的氧气来维持呼吸功能。护理人员需要根据医嘱，适时让患者吸氧，并定期检查氧流量和氧浓度等。

**口腔护理** 患者因长时间使用呼吸机，容易出现口腔干燥、牙龈肿痛等问题。此时，护理人员应对患者进行口腔护理，比如协助患者漱口、刷牙等，避免口腔感染。

3.定期更换呼吸机配件。呼吸机的配件需要定期更换，比如呼吸机管路、面罩、呼吸机过滤器等。这些配件容易污染，如果不及时更换，容易导致患者感染。

4.避免并发症。使用呼吸机的患者容易发生多种并发症，比如压疮、肌肉萎缩等。护理人员需要协助患者定时翻身、活动，避免并发症发生。

5.心理支持。使用呼吸机的患者需要长时间卧床，容易出现抑郁、焦虑等问题。护理人员应鼓励患者积极面对疾病，保持乐观心态。

总之，在护理患者的过程中，护士需要加强呼吸道护理、定期更换呼吸机配件，避免并发症发生等，以确保患者的生命安全。

(作者供职于河南省人民医院胸外科加强治疗病房)

# 如何预防胆汁性瘙痒症

□任云

如今，人们的生活水平提高了，但是身体问题也增多了，比如胆管阻塞导致人体皮肤变黄及皮肤瘙痒。

## 致病原因

在正常情况下，当胆管受阻时，胆汁无法正常流入消化道，淤积在胆管内，致使胆管变得膨胀和粗大。随着胆汁量增加，胆汁中的胆红素会逆流，致使患者发生全身性黄疸，特别是眼白部位比较明显，大便也会变成灰白色。

这说明胆红素的升高，会影响身体多个器官功能；是由多种原因引起的，包括胆汁淤积、胆管结石阻塞等。皮肤瘙痒是胆汁淤积性肝病的常见症状，是一种仅有皮肤出现不适感，而无原发性皮肤损害的征象。目前，胆汁性瘙痒症可发展为全身性症状，也可局限在四肢（多在手掌和足底处）；可发生于疾病的任何阶段，随着终末期肝病的发展，减轻症状。随着时间的推移，胆汁性瘙痒可表现出典型的昼夜节律，在傍晚和晚上瘙痒程度达到高峰；瘙痒发作后，症状可随时间延长而减轻；心理应激、高温、接触羊毛等可加重瘙痒程度。此外，女性较男性更易出现胆汁性瘙痒症，女性患者的瘙痒阶段，会在月经周期的黄体期阶段、妊娠晚期或者激素替代治疗期间加重，说明会受到女性性激素影响。

## 何时就医

虽然皮肤瘙痒通常是可以治愈的，但是有时可能是肝病症状。瘙痒是肝病症状，包括：一是持续性皮肤瘙痒。二是全身瘙痒。三是瘙痒导致过度抓挠，引起继发性皮肤损害或者感染。四是在胆汁性肝病中，瘙痒部位为脚底和手掌。如果瘙痒对患者的生活质量造成影响，患者应及时就医。

瘙痒并不是肝病的独特症状，其他症状包括疲乏、瘀伤或出血、蛛网膜扩张、皮肤或眼睛发黄，以及呼吸异常等，均是肝病的表现。同时，患者应保持心情愉悦，适当锻炼身体，以增强免疫力。

总之，胆管阻塞导致皮肤黄染及瘙痒会对患者的生活带来不便，严重时还会损害身体，所以我们应该引起重视。本文可帮助大家正确了解胆管阻塞致使皮肤黄染及瘙痒的原因及护理方法，如果症状严重，需及时就医，不要耽误最佳治疗时机。

(作者供职于河南省人民医院肝胆胰脾外科)

# 呼吸机相关性肺炎患者的护理方法

□林琦