

拔牙前需要做什么准备

□廖晓峰

在牙科门诊,经常有人说:“等了几个小时,却不能解决问题。如果事先能够将准备工作告诉我,我就无需浪费时间和精力在这里等待。”这种情况,应该很多患者都曾经历过。拔牙手术是口腔颌面外科门诊常见的手术之一。许多患者在经过长时间的内心挣扎和深思熟虑后前往医院准备拔牙,却因各种原因被告知当天无法进行拔牙手术,这不仅浪费了宝贵的时间,还可能对心情造成负面影响。那么,为了避免徒劳无功,拔牙前应该做什么准备呢?

拔牙前的准备工作

充分休息
尽管拔牙手术并非大手术,但是它是在口腔内进行有创操作。为了确保术后顺利康复,患者在拔牙前需要将身体调整至良好状态,这样对术后恢复有益,具体如下:1.在拔牙前一天,患者应确保得到充分休息,保持充足的睡眠。这有助于保持体力和精力,为手术做好准备。2.

患者应预留足够的时间,避免因仓促而产生紧张情绪。3.患者应保持积极乐观的心态,相信医生的专业水平,这有助于缓解拔牙过程中的紧张感,促进手术顺利进行。

饮食清淡

通常,患者在拔牙后两小时内不宜进食。为确保患者术后不会感到饥饿,通常情况下,会建议患者在拔牙前食用一些清淡易消化的食物,要避免进食过于油腻的食物,以免在注射麻醉药的过程中出现恶心、呕吐等不良反应。尤其是有埋伏牙齿、需要接受全身麻醉的患者,务必听从医生的建议,在拔牙前严格禁食或禁饮。患者在拔牙前适量摄入清淡且易消化的食物,可使拔牙过程更加顺利。

X线检查

很多患者可能对拔牙前需要进行X线检查感到疑惑:“我只是拔牙,为什么要拍片?”实际上,拔牙前进行X线检查是非常有必要的。牙齿的结构就像一

棵大树,暴露在外的牙冠只是牙体的一部分,而关键的牙根部分深埋在牙周组织下,无法仅凭肉眼进行观察。因此,医生只能通过X线检查来了解牙根和周围骨质的状况。

术前沟通

拔牙前的医患沟通很重要,旨在让医生全面了解患者的基本情况,从而做出正确的诊断。此外,充分沟通有助于患者了解手术的过程、局部麻醉后可能出现的感受变化、如何配合手术,以及术后可能出现的不适反应。通过与医生交流,患者可以减轻内心的恐惧,从而使手术顺利进行。

验血

通过验血结果,牙医可以了解患者的血红蛋白水平、凝血功能、传染病情况、药物过敏史。通过这些信息,医生可以制定更安全、更有效的拔牙方案。贫血、凝血功能异常、传染病或药物过敏可能增加拔牙过程中的出血风险或导致其他并发症。

拔牙前的注意事项

不可空腹拔牙

在空腹状态下,人体血糖水平较低,在拔牙过程中可能出现低血糖症状,低血糖可能引发晕厥,威胁患者的生命。此外,空腹拔牙还可能增加心血管疾病风险,如心率加快、血压升高。

不可在急性炎症期拔牙

急性炎症会导致局部组织充血、水肿,这可能会弱化人体对麻醉药物的吸收,使麻醉效果不能达到理想状态。如果麻醉无法充分起效,在拔牙的过程中,患者会非常痛苦。在急性期拔牙,还会导致感染风险增加,如发生颌面部蜂窝织炎等。

女性患者经期不可拔牙

经期不能拔牙的主要原因是经期女性体内的激素水平发生变化,对凝血功能造成影响。在月经期间,女性体内的雌激素和孕激素水平下降,从而影响到血小板的聚集和凝血因子的生成。这可能导致出血时间更难以控制,甚至可能引起水

后较长时间出血。此外,在月经期间,女性的免疫系统功能相对较弱,容易发生感染。

拔牙后的注意事项

1.拔牙后紧咬小纱布或棉球约1小时,防止大出血。2.在接下来的24小时内,不要频繁吐口水,不要用手摸或用舌头舔拔牙处,也不要刷牙、漱口。尽量保持安静,少说话。3.避免吃过热、过硬的食物,也不要吃刺激性食物,可以吃冰淇淋来缓解疼痛和不适。4.在24小时内,冰敷拔牙处,有助于凝血。24小时之后,开始进行热敷,有助于伤口恢复。5.根据医生的建议,使用消炎药和止痛药。消炎药和止痛药的剂量需要严格遵医嘱。6.拔牙后的1天~2天内,避免剧烈运动、洗热水澡,以免增加血流,导致血凝块脱落,引起出血。7.不要吸烟、喝酒。8.休息时,取半卧位,不要平躺,以免在睡眠过程中血液和唾液混合。

(作者供职于金佳口腔诊所)

体检抽血为什么要求空腹

□薛铭

人们对于身体健康的重视程度不断提升,很多人每年都会进行体检,但是对于体检的要求却不太了解。体检抽血时,会要求空腹。很多人会质疑:必须空腹吗?如果喝了水,还算不算空腹?还能继续体检吗?今天,我就和大家一起来学习这方面的知识。

体检抽血主要查什么

体检抽血的检查项目比较多,主要分为血常规检查和生化检查两大方面。抽血要查什么,需要医生结合患者的具体情况进行判断和选择。

1.血常规检查属于日常体检必不可少的检查项目之一,其检查内容一般包括白细胞计数、红细胞计数、红细胞压积、平均红细胞体积、平均血红蛋白含量、平均血红蛋白浓度、血小板数目等。其中,通过白细胞的数值,可对患者是否存在急性感染、寄生虫病、过敏性疾病、自身免疫性疾病等进行有效判断。而血红蛋白减少在排除生理性减少后,可考虑存在贫血,而导致贫血的因素较多,需要进一步检测。血小板数值异常减少,可见于体内血小板生成障碍、消耗过多等;而血小板增多,可考虑骨髓增生性疾病。

2.生化化检查主要用于身体各部位的脏器检查,如生化抽血可检查患者体内的转氨酶浓度,如果异常上升,考虑存在肝脏细胞损伤,一般由脂肪肝、肝炎等引起。此外,生化化检查还可查患者的血糖,如果血糖异常升高,考虑糖尿病。

体检抽血为什么要求空腹

通常情况下,抽血检查可分

为需要空腹与无须空腹两种类型。如果抽血需要空腹,则主要是用于检查肝功能、肾功能,或者进行妇科或癌细胞检查等。如果抽血无须空腹,则主要是普通血液检查,如查血常规、血型、甲状腺功能等,结果基本不受饮食影响。

需要空腹的体检抽血检查

之所以要求空腹,主要是因为进食会影响血脂和血糖水平。1.抽血前进食,尤其是进食高脂饮食,容易引起血脂升高。比如,有些受检者前一天吃羊肉之类的食物,次日进行抽血检查会增加乳糜血的发生概率,化验结果的准确性大打折扣。抽血做凝血功能检查时,乳糜血、高血脂均有可能对结果产生影响,甚至导致不能凝血的情况。2.抽血前进食还容易导致血糖升高。一般情况下,血糖可以分为空腹血糖及餐后血糖。若是在抽血前进食,会导致餐后血糖和空腹血糖混清,不利于获得准确的检测结果。因此,体检抽血前多会要求空腹,主要是为了避免饮食对血糖产生影响。

无须空腹的体检抽血检查

虽然可以进食,但是受检者仍要避免进食高脂饮食,以免血脂升高影响检查结果。

体检抽血,喝了水算不算空腹

在体检抽血之前喝了水就不算真正意义上的空腹,同样会对检查结果的准确性产生一定影响,不过影响的程度会根据喝水的量而有所差别。在体检抽血之前,医生会嘱咐受检者要空腹,以免对血糖、血脂、肝功能、肾功能、腹部B超等项目的检查结果产生

影响。

怎样才算空腹呢?其实,空腹状态主要是指在体检前一天晚8点后应当禁食,晚12点后做到禁水,因此体检抽血之前喝水就不算真正意义上的空腹了。喝了水,会导致生理性血液稀释,会对检查结果造成一定影响,还会增加误诊发生概率。所以,一定要严格遵照医嘱,在空腹状态下进行抽血。但部分人在检查之前,由于要吃药而需要喝水,可以喝适量的水。这是因为空腹虽然要求禁水6小时以上,但是并不意味着一口水也不能喝,禁水的含义可以理解成不能大量喝水,一般以不超过200毫升为宜。除此之外,在体检之前除了注意饮食,受检者还需要避免进行剧烈运动,可以坐下来休息,以免检查结果出现偏差。做完检查以后,受检者可以正常饮食或喝水。抽血后还要做好局部护理工作,保持针孔部位清洁卫生,以免引起感染。

总之,体检抽血检查主要包括血常规检查和生化化检查,可以帮助我们更好地了解身体健康状况。为了确保检查结果的准确性,在检查前一天晚8点后应当禁食,晚12点后禁水。即便是没有空腹要求的抽血检查,也要尽量不食用高脂食物。检查前少量喝水不会对检查结果产生太大影响,少量喝水会显著影响检查结果的准确性。因此,为了确保体检抽血检查结果的准确性,应当严格遵医嘱禁食、禁水。

(作者供职于柳州市中医医院(柳州市社医院))

血液净化有什么作用和效果

□黄瑞芳 陆世颖 李海兰 唐业莹

初期,肾脏疾病大都比较隐匿。当疾病进展到一定程度的时候,除了会出现严重的肾功能损坏,还会出现明显的临床症状。随着人口老龄化的加剧,高血压、糖尿病等慢性病的发病率也在逐渐增加。相关数据显示,当前,肾脏疾病已经成为威胁人们身体健康的主要疾病之一。我国目前约有1.2亿名肾脏疾病患者,患病率高达10%。及早发现肾脏疾病并不容易,肾脏疾病也常常被临床医生所忽视。在日常生活中,人们对糖尿病、高血压等一些慢性病比较了解,但对慢性肾脏疾病却易忽视。其实,肾脏疾病不仅患病率比较高,还会慢慢发展成尿毒症,患者比身体健康人群更容易患心脏病。关注肾脏疾病很重要。终末期肾脏病患者还需要长时间进行血液净化治疗。血液净化包括血液透析(血透)、血液滤过、血液灌流、血浆置换、免疫吸附等。大家比较熟悉血液透析。血液透析是利用半透膜原理,通过扩散、对流体内的各种有害物质、代谢废物(指经过人体内环境代谢的物质,主要包括二氧化碳、水、无机盐、尿素等)和过多的电解质并排出体外,达到净化血液、纠正水电解质及酸碱失衡的目的。那么,什么是血液净化呢?本文将对此进行介绍,内容如下。

什么是血液净化

血液净化是指应用物理、化学或免疫等方法清除人体内过多的水分,以及血液中的代谢废物、毒物、自身抗体免疫复合物等致病物质,同时补充人体所需的电解质和碱基,以维持机体的水电酸碱平衡,加强人体自身的免疫功能和抵抗能力。这是一种控制疾病发生发展的综合治疗方法。血液净化的主要操作流程是,将患者血液中的致病因子通过管道排出体外,然后通过机器对血液中的致病因子进行过滤,过滤之后再输送到患者体内。按照上述流程,反复进行“清洗排毒”,直到患者体内的有害物质被完全清除,并诱导、激活血液循环系统的代谢和功能,改善患者的身体状态、提高患者的免疫力,使血液质量恢复至初始纯净状态,继而补充体内所需物质。

通常情况下,患者一周至少进行3次血液净化,每次血液净化的时间需要4小时~5小时,具体血液净化的时间主要取决于患者的肾功能、临床症状和患者的身体状况。

血液净化的作用是什么

1.对于患有心血管疾病的患者而言,血液净化可以降低其血脂和胆固醇,还可以预防高血压。2.可以对人体内血液中的慢性炎症因子进行清除,并且可以对慢性病急性发作进行控制。3.清除患者体内的毒素和重金属,预防癌症或者病变组织发生恶化。4.对患者血液中的过敏原进行清除,预防过敏性疾病。5.清除肝脏中的毒素,有效提升肝脏的解毒功能。6.修复患者受损的心肌和血管壁,预防心脑血管疾病的发生。

血液净化的特点

血液净化属于纯物理治疗方式,具有较高的安全性、可靠性,没有毒副作用,且患者在血液净化的过程中没有较大的不适感,并且见效快。所需的器材属于一次性消耗品,不会因重复利用而出现交叉感染,适合所有患者,无指定治疗人群。

血液净化的优势是什么

此治疗方式主要是将患者体内的血浆从血液中分离出来,对血浆中所含的致病因子、毒素、自由基及代谢废物进行清除;通过高速离心,将血液中的大分子物质和全血分离开,对血液中的低密度脂胆固醇及甘油三酯进行有效清除,降低血黏度,从而提高患者的免疫力,改善过敏和慢性炎症导致的疼痛等症状;可以增加血管的弹性和通透性,修复血管内皮功能,改善患者的血液循环。

血液净化的效果

1.患者经过血液净化治疗,可以排出体内的重金属和毒素,无力感和倦怠感逐渐消失,精力逐渐充沛。2.除提高患者身体的新陈代谢能力外,血液净化还能恢复患者体内的再生能力,使身体不会轻易积聚毒素,更容易吸收营养。

3.患者体内的重金属被排出后,可促进体内代谢平衡,修复细胞损伤,增强抗氧化能力,增强免疫力,调节内分泌,提高性能力和孕育能力,延缓衰老。

(作者供职于广西壮族自治区人民医院)

脑出血病人的治疗方法有哪些

□覃军

如今,很多人对脑血管疾病并不陌生。脑出血是许多脑血管疾病中的一种。下面,我简单介绍一下什么是脑出血,为什么会发生脑出血,以及脑出血的治疗。

脑出血是什么

很多人对脑出血存在认知误区。不了解它的人,可能以为头磕破了出了血就是脑出血。其实不然。脑出血是指由于非创伤性原因导致的血管破裂,血管破裂后血液聚集在脑实质内,导致病人出现呕吐、局灶性神经功能缺损、昏迷、昏睡等。脑出血属于脑卒中的一种,也就是我们常说的出血性脑卒中。脑出血的常见症状以恶心、呕吐为主,部分病人伴局灶性神经缺损、昏迷等。发生脑出血后,越早治疗难度越小,病人预后越好。

脑出血病人的治疗

脑出血作为一种常见的脑血管疾病,对病人的生活、健康影响均较大。采取科学有效的治疗方法,可以缓解病情,减轻伤害。当前,在脑出血的治疗中,可选择常规治疗、药物治疗、手术治疗等。

常规治疗

常规治疗容易操作,治疗成本低,病人接受度高。常规治疗的具体方法如下:1.使用止血药物。脑出血后,先进行止血治疗,避免失血量增加,减少对颅脑神经功能的损害。在止血药物的选择上,可以根据病人的情况,选择使用巴曲酶、氨甲苯酸、6-氨基己酸等。若病人同时合并凝血功能障碍,则可以适当使用鱼精蛋白、维生素K₁等,进行针对性治疗,确保最终治疗效果。2.卧床休养。病人确诊为脑出血后,一般需要卧床休息3周左右,要生活在一个相对安静、舒适的环境下,避免情绪过于激动而出现血压升高的情况。3.降压治疗。严密监测病人的血压,根据血压的变化,采取不同的降压治疗方案。4.脑水肿治疗。脑出血后,病人多伴有脑水肿。脑水肿会增加颅内压力,形成脑疝,是阻碍病人康复、引起病人死亡的重要因素。根据病人的情况,及时采取科学手段进行治疗,以减轻脑水肿的不良影响。

药物治疗

药物治疗是一种常见的治疗手段,大多数疾病均可以采用该方法进行治疗。目前可应用于脑出血的药物较多,包括降压类、脱水类、降颅压药物。在降压药物的选择上,可以使用白蛋白、甘露醇、甘油果糖等,还有可以降低血压的钙离子拮抗剂类、β受体阻滞剂、α受体阻滞剂等。另外,需要注意的是,脑出血病人需要长期卧床,治疗期间容易出现泌尿系统感染、褥疮、肺炎等,还需要酌情使用青霉素类、头孢类等抗感染药物。

手术治疗

手术治疗可以有效清除血肿,降低脑出血对病人造成的不良影响,改善患者预后。当前常用的脑出血手术治疗方法包括脑室穿刺引流血肿治疗、穿刺抽吸血肿治疗、开颅清除血肿治疗。

1.脑室穿刺引流血肿治疗。脑室穿刺引流血肿治疗即脑室内穿刺治疗。对于脑室内存在积血的病人,多采取这种治疗方式。要先评估病人的具体情况,然后进行脑室穿刺,之后放置引流管,在治疗期间用一些具有融化血块作用的药物,使融化的血块可以顺着引流管流出。这种方式虽然可以有效清除脑室内的积血,但需要在病人颅内压稳定时进行,以有效预防脑疝出现。2.穿刺抽吸血肿治疗。这种治疗方式比较适合深部脑出血的病人。先对病人的情况进行综合评估,确定病人脑出血的位置较深时,可以采用这种方式。在治疗过程中,需要在CT(计算机层析成像)引导下或者立体定向引导下找到距离肿瘤最近的穿刺点,之后进行骨钻孔、抽吸血肿治疗等。这种治疗方式创伤较小,但存在血肿清除效果不理想的情况,病人治疗后恢复难度大。3.开颅清除血肿治疗。这是一种临床上应用较多的脑出血治疗方式。这种方式适合一些出血量较高的病人,要结合病人的情况进行开颅治疗。对患者进行治疗时,需要经大骨瓣打开颅骨,之后将硬脑膜剪开,使脑组织可以暴露,近距离观察下将血肿切除,必要时还要去除病人的骨瓣。这种方式主要应用在急诊脑出血病人的治疗中。虽然这种方式可以清除血肿效果好,但有创伤大、术后病人恢复时间长的缺点。

对脑出血病人,要根据其具体病情,选择合适的治疗方法,才能有效改善症状,促进恢复。同时,在治疗期间,脑出血病人家属要做好病人的护理工作,加快脑出血病人康复。

(作者供职于来宾市人民医院)

大学校园里的5种常见传染病

□陈颖

他用具有感染的可能。水痘病毒一般潜伏期较长,两周左右患者就会出现头痛、发热、食欲不振等,身上会出现红色斑疹,并逐渐发展为水痘,有瘙痒感。水痘多呈向心性分布。患者全身都有可能出水痘。

常见传染病的防治方法

流行性感冒
根据患者的症状,适当运用解热镇痛类药物,缓解发热,并全身酸痛等症状。这类药物最好在餐后服用,并且使用不超过3天,否则就会对身体造成不好的影响;应用连花清瘟颗粒等中成药进行治疗,不仅能清热解毒,还能有效缓解咳嗽与乏力症状。但需要注意的是,服用连花清瘟颗粒时,需要用温水冲泡。

诺如病毒感染

多喝水,有条件时可以口服补液盐,避免体液过多流失;对无法自主喝水的患者给予静脉补液;根据实际情况,适当补充益生菌,缩短病程,加快身体康

复。

结核病

根据医嘱选择适合自己的药物,如异烟肼、利福平等;给予学生结核病可疑症状筛查,并对其行胸部X线检查,预防结核病。

登革热

给予保护性治疗,减少对其他器官的损害;对高热患者先进行物理降温,慎用退热药物,并且可以根据患者的实际情况给予小剂量的糖皮质激素。

水痘

症状轻微的水痘患者无须进行特殊治疗,只需要注意清洁卫生,适当运用止痒剂,不吃发物即可;对高热患者,可给予退热剂,也可以在询问医生后服用阿昔洛韦进行治疗;涂抹温和不刺激的保湿霜,避免患处长期暴露于过热的环境中。

如何预防传染病

俗话说“春捂秋冻”,春季温差较大,应注意保暖,根据天气变化及时增添衣物,重点注意脚

部的保暖。

多开窗通风,促进室内空气流通,保证能呼吸到新鲜的空气。

做好个人防护,在公共场所佩戴好口罩,打喷嚏时要捂住口鼻,避免交叉感染。

养成良好的卫生习惯,饭前便后与外出归来时都要洗手,垃圾要及时扔到垃圾桶内,避免细菌滋生。

注意饮食卫生,多食用新鲜的蔬菜与水果,不喝生水,不吃半生不熟的食物。

坚持锻炼,空闲时多做有氧运动,也可以与朋友一起散步、打打球,增强自身的免疫力,提高抗病能力。

保证充足的睡眠,不熬夜,学习时劳逸结合,不要劳累。

只要在日常生活中规范自身行为,多了解疾病相关知识,坚持锻炼,提高自身素质,就能预防和远离传染病。

(作者供职于桂林理工大学医院)