

外伤性关节脱位的紧急处理

□张鹏军

外伤性关节脱位是一种常见的骨科急症,通常是由外力作用导致关节的骨端脱离正常位置而发生。外伤性关节脱位不仅会给患者带来剧烈的疼痛和不适,还可能造成关节周围的软组织损伤和神经血管损伤等严重后果。因此,正确处理外伤性关节脱位对于预防后遗症至关重要。本文将为大家详细介绍何为外伤性关节脱位及其处理方法,帮助大家更好地了解 and 应对此类紧急情况。

紧急处理

准确及时的紧急处理对于外伤性关节脱位的恢复至关重要。以下是正确处理外伤性关节脱位的常用方法:

患者准备 心理安抚:及时安慰和安抚患者的情绪,以减轻其紧张和恐惧感。患肢固定:避免患者自行移动患肢,以防进一步加重损伤。保证光线:若环境光线较暗,可以使用手电筒或手机灯光进行辅助照明。

复位 专业操作:关节复位需要由专业的医生进行操作,手法必须得当,避免进一步损伤关节和周围组织。镇痛处理:在复位时,可以采取合适的方法控制患者的疼痛感,如局部麻醉或静脉镇痛等。辅助工具:在复位时,需要借助辅助器械,比如张力带、拉骨钳等。

关节固定和冷敷 关节固定:成功复位后,应给予关节适当的固定,以稳定关节,防止再次脱位和进一步损伤。减轻炎症反应:复位后,可采用冷敷减轻关节周围的炎症反应,并缓解肿胀和疼痛。

疼痛控制和病情观察 镇痛药物:为了快速缓解患者疼痛,可以根据需要给予适当的镇痛药物。病情观察:术后,患者应注意观察有无感染、神经功能损伤等并发症的出现,如有异常情况应及时就医。

康复方法

外伤性关节脱位的恢复与康复是一个漫长而持续的过程,具体方案要根据患者的具体情况而

定。以下是常见的康复方法和措施:

物理治疗 通过物理疗法,比如冷热敷、理疗、按摩等,可以促进受伤关节周围组织的血液循环,减轻炎症反应,恢复肌肉力量和关节活动度。

运动治疗 适当的康复运动可以帮助恢复受伤关节的功能,比如运动、力量训练和平衡训练等。但应结合患者的具体情况和康复阶段进行,以避免再次损伤。

营养支持 合理的营养摄入对于关节软骨和韧带的修复和康复非常重要。患者应合理摄入高蛋白、维生素和矿物质等营养物质。

康复指导 康复是一个长期

的过程,患者应接受专业医生或康复师的指导和管理,根据康复计划进行个体化的康复训练,以达到恢复功能和预防后遗症的目的。

结论

外伤性关节脱位是一种常见急症,对其正确处理至关重要。本文详细介绍了何为外伤性关节脱位及其处理方法,并提出了预防和康复的相关建议。尽管外伤性关节脱位会带来严重的痛苦和后遗症,但通过紧急处理、适当的康复和治疗及正确的预防措施,能够有效避免此类意外带来的不良影响。

(作者供职于日照市人民医院日间手术病房)

如何科学规范处理急性中毒

□王亚杰

急性中毒是一种常见的医学急症,由各种有害物质引起,比如药物、化学品、毒蛇咬伤等。及时、科学、规范地处理急性中毒事件对于拯救患者的生命和减轻后果至关重要。本文旨在介绍在急性中毒现场如何做科学、规范,包括应急响应、中毒物质的辨识和处理、支持性治疗及转诊等内容,以提高公众对急性中毒处理的认知和应对能力。

应急响应

确保安全 在处理急性中毒时,首要任务是确保自身和现场的安全。评估现场是否还有中毒的风险,比如化学品泄漏、爆炸物等,并采取相应的安全措施。

呼叫急救 紧急情况下,立即拨打当地的急救电话或毒物控制中心,告知中毒的情况,并提供准确的信息,比如中毒物质、中毒途径、患者症状等。

保持患者呼吸道通畅 确保患者的呼吸道通畅。如果患者有呼吸困难或窒息,应立即采取急救措施。

救措施。

中毒物质的辨识和处理

确认中毒物质 尽可能获取中毒物质的信息,比如药物名称、化学品成分等。这有助于医护人员进行正确的处理和逆向毒物分析。

避免进一步接触 如果中毒物质仍然存在现场,必须采取措施避免进一步接触,比如将患者迅速转移到安全区域,并清除中毒物质的残余。

物质特异性处理 不同的中毒物质需要不同的处理方法。根据中毒物质的特点,采取相应的解毒措施,比如洗胃、服用吸附剂、服用解毒药物等。

支持性治疗

维持呼吸和循环功能 对于呼吸抑制或心血管系统受损的中毒患者,要提供适当的呼吸支持和循环支持,比如给予氧气、升压药物等。

控制症状和并发症 根据患者的症状和临床表现,对症处理,并积极预防并发症的发生。

监测和观察 对中毒患者进行密切监测,包括生命体征、意识状态、血液化学指标等,以便及时调整治疗方案。

转诊和随访

转诊至专业医疗机构 对于急性中毒的患者,特别是病情较为严重或需要进一步处理时,应及时转诊至专业医疗机构。

随访和康复 对于急性中毒患者,在治疗后需要进行定期的随访和康复评估,以确保其健康状况的稳定和恢复。

急性中毒现场处理的科学规范 对于救治患者和减轻中毒后果至关重要。在急救响应时,确保自身安全和呼叫急救是首要任务。辨识中毒物质和避免进一步接触是中毒处理的重要环节。支持性治疗和转诊至专业医疗机构有助于患者的康复和治疗进展。公众应该加强对急性中毒处理的认识,提高自我防范和应对能力,以应对急性中毒事件。

(作者供职于新乡市第一人民医院急诊科)

夜盲症的原因和应对方法

□杨培

视力是我们获取信息和感知世界的重要途径之一。在夜晚或低光环境下,一些人会视力下降,被称为夜盲症。夜盲症不仅会影响人们的生活,还可能增加意外事故。因此,了解夜盲症的原因和应对方法,对我们至关重要。

夜盲症的原因

夜盲症是指在夜间或光线昏暗条件下,个体无法正常看清物体或有明显的视力下降。夜盲症的原因多种多样,包括遗传因素、营养不良、眼部疾病和环境因素等。

遗传因素 在夜盲症的发病中起到重要作用。一些人天生就有较低的视网膜感光能力或视紫红质合成障碍,导致视觉系统在低光环境下的功能受限。

营养不良 也是夜盲症的常见原因之一。维生素A是维持正常视觉功能所必需的物质,缺乏可导致视觉问题,特别是在夜间。维生素A不仅在视网膜中合成视紫

红质,还有助于视觉信号的传导和维持视网膜细胞的健康。

一些眼部疾病也可导致夜盲症,比如视网膜色素变性、黄斑变性和青光眼等疾病会损害视觉系统的正常功能,使个体在夜间或光线昏暗条件下无法正常看清物体。

环境因素 也对夜盲症的发生起着一定的影响。长期在低光环境中工作或生活的人,比如夜间驾驶员、矿工等,由于眼睛需要适应低光环境,会出现夜盲症状。

应对方法

针对夜盲症,我们可以采取一些有效的方法:

均衡饮食 摄入富含维生素A的食物对于维护良好的视力非常重要,比如胡萝卜、绿叶蔬菜、鱼类和奶制品。适当增加这些食物的摄入量有助于改善夜盲症。

补充维生素A 如果营养摄入不足或存在维生素A缺乏症状,可

以考虑口服维生素A补充剂。应在医生的指导下进行,并严格按照剂量使用。

避免长时间暴露于低光环境 应尽量减少夜间驾驶时间,避免过度使用电子屏幕,保护眼睛免受过度紫外线照射。

定期检查眼部 定期进行眼部检查以及早发现和治疗可能引起夜盲症的眼部疾病。及时治疗可以减轻夜盲症的症状,阻碍进展。

夜盲症对个体的视力健康和日常生活都有重要影响。了解夜盲症的原因对于采取有效的应对方法至关重要。可以通过均衡饮食、补充维生素A、避免长时间暴露于低光环境改善夜盲症。此外,定期的眼部检查也是预防和管理夜盲症的重要步骤。通过这些方法的综合应用,我们可以更好地保护我们的视力,提高夜间视力。

(作者供职于平顶山市第一人民医院眼科)

微创胆囊手术可轻松应对胆石症

□岳珂珂

胆石症是一种常见的胆道疾病,主要由胆囊内的结石引起,严重影响患者的生活质量。传统的胆石症治疗方法是开放性手术,这种手术存在创伤大、恢复慢等问题。随着微创手术技术的进步,腹腔镜下胆囊切除术和腹腔镜下胆总管切除术成了治疗胆石症的有效选择。本文将探讨腹腔镜下胆囊切除术和胆总管切除术在胆石症治疗中的优势。

腹腔镜下胆囊切除术

腹腔镜下胆囊切除术是通过腹腔镜器械进入腹腔,将胆囊完整切除的一种微创手术方法。相比传统的开腹手术,这种切除术具有这些优势:

小切口 腹腔镜下胆囊切除术只需通过几个小切口进入器械,相比较大的开放性手术切口,创伤更小,术后疼痛明显减轻。

可视化操作 通过显微摄像系统,医生可以清晰地观察到患者腹腔内的情况,精确操作,减少手术风险。

康复快 因为手术创伤小,出血量少,患者术后痛苦减轻,康复迅速,通常可以在短时间内出院,尽快恢复正常生活。

腹腔镜下胆总管切除术

腹腔镜下胆总管切除术是通过器械进入腹腔,将胆道内的结石取出并保留胆囊的一种微创手术方法。相比传统的开腹手术,胆总管切除术有以下优势:

保留胆囊功能 胆总管切除术能够保留患者的胆囊,避免胆囊切除后可能引起的一系列问题,比如胆汁淤积、脂肪吸收不良等。保留胆囊功能有助于胆汁的正常分泌和消化功能的维持,对患者的长期健康有积极影响。

较低的并发症风险 相比较胆总管切除术,胆总管切除术的创伤更小,组织损伤更轻微,术后的并发症风险相对较低。术后疼痛、感染和伤口愈合等问题也会减少,大大提高了手术的安全性。

更快的康复期 因为不需要切除胆囊,手术时间更短,患者的术后康复期也相应缩短。通常情况下,患者可以更快地恢复正常饮食和活动,提前回归正常生活,减少了对患者日常生活的干扰和困扰。

需要指出的是,此种手术并不适用于所有胆石症患者。手术的可行性需要根据患者的具体情况评估,包括胆囊结构、胆管情况、结石类型和大小等因素。而且,此种手术有较高的复发率,复发之后,由于有手术留下的瘢痕,再次微创切除的可能性降低。对于一些严重的胆道梗阻、胆囊炎或胆囊壁病变等,需要进行传统的胆囊切除术。此外,腹腔镜下胆总管切除术和胆总管切除术也有一些风险和局限性,手术中可能出现胆管损伤、出血、感染等并发症。因此,在选择手术方法时,患者应该与医生进行充分的沟通和讨论,共同制订最合适的治疗方案。

(作者供职于郑州大学附属郑州中心医院肝胆胰微创外科)

麻疹的传播途径和疫苗接种

□张秀珍

麻疹病毒传播力极强,传染性是新型冠状病毒的数倍。消除麻疹的关键在于接种疫苗。

麻疹病毒是一种RNA(脱氧核糖核酸)病毒,属于麻疹科麻疹病毒属,是引起麻疹的病原体。麻疹是一种高度传染性的呼吸道疾病,主要通过以下途径进行传播:

飞沫传播 当感染者咳嗽、打喷嚏或与他人密切接触时,麻疹病毒可以通过空气中的飞沫传播给他人。这种传播途径是最为常见和主要的方式。

直接接触 麻疹病毒也可通过直接接触感染者的分泌物或被病毒污染的物体表面传播,比如,接触含有麻疹病毒的口水、鼻涕或尿液,并将其带入

眼睛、鼻子或口腔,可导致感染。

麻疹病毒具有高度的传染性,通常一个感染者可以传染给多个未免疫的人。麻疹病毒在感染者体内繁殖并扩散,从而导致典型的麻疹症状出现。

麻疹病毒进入人体后,首先感染呼吸道上皮细胞,然后通过淋巴和血液系统扩散到全身。该病毒具有很强的传染性,尤其在患者发病初期及发疹期间传播给他人。

感染后会导致一系列症状,包括高热、咳嗽、流鼻涕、结膜炎和白斑(口腔黏膜上的小白点)。之后,出现典型的麻疹皮疹,从头部开始,逐渐蔓延至全身。疹子为红色斑丘疹,密集分

布,常伴有发热、乏力等全身不适症状。以下是感染后会出现的问题:

麻疹症状 患者会出现高热、咳嗽、流鼻涕、结膜炎和口腔黏膜上的小白点等症状。这些症状会给患者带来不适和不良影响。

并发症 麻疹可引发一系列严重并发症,包括肺炎、脑炎、中耳感染和角膜炎等。这些并发症对个体的健康造成威胁,尤其对免疫系统较弱的人群,比如婴幼儿、孕妇和免疫功能受损者,危害更大。

免疫抑制 会导致暂时性的免疫抑制,使人体的免疫系统功能下降,增加其他感染的风险,并对整体健康产生负面影响。

日常生活中,可以采取以下措施预防麻疹病毒的传播:

接种疫苗 麻疹疫苗是预防麻疹最有效的方法。按照国家免疫程序,接种两剂次的麻疹疫苗可提供长期免疫保护。

保持良好的卫生习惯 勤洗手,特别是在接触公共场所后或与他人接触前后,使用肥皂和流动水洗手,并擦干双手。

避免与感染者密切接触 避免与已经被诊断感染麻疹的人密切接触,尤其是在麻疹暴发区域。如果你知道自己已经感染了麻疹,应该尽量避免与他人接触,待康复后再参与日常活动。

保持室内空气流通 定期开窗通风,增加室内空气流动,可

以帮助稀释和清除空气中的病毒。

避免共用个人物品 避免共用餐具、毛巾、杯子等个人物品,以防止病毒传播。

如果你怀疑自己或他人可能感染了麻疹,请及时就医,并告知医生相关情况。同时,按照卫生部门的指导和要求,参与相关的疫情预防和控制措施,以保护自己和他人的健康安全。

虽然传染病种类繁多,但只要我们重视预防工作,做到早发现、早隔离、早诊断、早治疗,就可以有效地阻断传染病的流行与传播。

(作者供职于安阳市安阳县韩陵镇卫生院)

麻醉是通过使用药物使患者失去疼痛感和意识,以便医生可以进行复杂的操作。有些人担心麻醉会对智力产生不良影响。本文将探讨麻醉降低智力的真实性,并基于现有的科学证据提供解释。

麻醉手术的基本原理

麻醉通常可以分为局部麻醉和全身麻醉两类。

局部麻醉主要通过将麻醉药物直接应用于手术区域,阻断神经传导,从而使局部区域失去痛觉。局部麻醉可以通过注射或外部应用的方式进行,比如局部麻醉药物可以通过皮肤、神经阻滞等方式进行。

全身麻醉则是通过药物抑制中枢神经系统的功能,使患者意识消失,全身无痛,从而实现手术的顺利进行。在全身麻醉过程中,麻醉医生会根据患者的具体情况和手术需求,调整麻醉药物的种类和剂量,以确保患者在手术期间处于稳定的麻醉状态。

风险因素和保护措施

年龄 儿童和老年人更容易受到麻醉药物的影响。麻醉医生会根据患者的年龄、生理状态和手术的紧急程度调整药物的剂量和种类。

麻醉药物的种类和剂量 不同的麻醉药物有不同的药理特性和潜在的副作用。麻醉医生会根据患者的特定情况选择合适的麻醉药物,并确保药物剂量在安全范围内。

手术时间和复杂性 需要较长时间的手术和复杂的手术需要使用更多的麻醉药物。在这种情况下,麻醉医生会密切监测患者的生命体征和麻醉深度,以确保麻醉的安全性和有效性。

麻醉深度和监测 麻醉医生会根据患者的生理状态调整麻醉的深度。脑功能监测、血压、心电图等可以帮助麻醉医生及时了解患者的状况,并采取必要的调整措施。

团队经验和专业技能 麻醉团队的经验和专业技能对确保麻醉手术的安全和有效至关重要。麻醉医生会根据患者的情况制订个性化的麻醉方案,并密切监护患者的状况。

对智力的影响

麻醉药物的短暂作用 麻醉手术中使用的药物通常只在手术过程中起作用,在体内的作用时间是有限的,一旦手术结束,药物会被迅速代谢和清除。因此,麻醉药物对大脑的影响是短暂的,不会对智力产生持久的影响。

麻醉药物的选择性作用 现在,在设计和使用麻醉药物上更加精确,可以有选择地影响大脑的特定区域,而不会广泛干扰与智力相关的脑功能。

麻醉手术的监测和控制 在麻醉手术中,医疗团队会密切监测患者的生理指标,比如血压、心率、呼吸等,并及时调整麻醉药物的用量和麻醉深度,以确保患者的生命体征和脑功能处于稳定状态。这些控制措施有助于减少任何可能对智力产生负面影响的风险。

(作者供职于原阳县人民医院麻醉科手术室)

尿路感染的成因及预防方法

□杨鹏

尿路感染是一种常见的疾病,发生在尿液从肾脏排至膀胱和尿道的过程中。尿路感染并非小事,可引发严重的健康问题,并对患者的生活质量产生不良影响。为了更好地了解和预防尿路感染,本文将对其成因、症状及预防方法进行介绍。

成因

细菌感染 尿路感染主要由细菌引起,其中又以大肠埃希菌最为常见。正常情况下,尿液中的细菌能被身体的免疫系统清除,但当免疫功能低下时,细菌就有机会侵入尿道、膀胱或肾脏,导致感染发生。

尿液滞留 尿液滞留是尿路感染的另一个重要成因。尿液滞留可由结石、肿瘤或前列腺增生等发生,导致尿液排泄受阻,使细菌在尿路中滞留并繁殖,从而引发感染。

不卫生的生活习惯 不良的生活习惯也是尿路感染的一个重要因素,比如不注意个人卫生、过多摄入刺激性食物和饮料、憋尿等,均可增加细菌进入尿路的机会,导致感染发生。

症状

尿频、尿急及尿痛 尿频是指的是频繁地排尿,尿急则是指有一种紧迫感需要尽快排尿,而尿痛则是由尿道炎症或感染引起的一种疼痛感觉。

尿液异常 这些异常包括尿色变浑浊、尿液中带有异味,甚至存在血尿等症状。

全身症状 尿路感染也可导致一系列的全身症状出现。这些症状常常包括发热、寒战、疲乏等,让患者感觉整体情况不佳。

预防方法

注意个人卫生 保持良好的个人卫生习惯是预防尿路

感染的基本措施,包括经常洗手、避免使用过多的化妆品和刺激性清洁剂、选择透气性好的内裤等。此外,注意洗手时间,将洗手时间延长到20秒以上,充分清洁手部,确保彻底清除细菌。

充足饮水 充足饮水有助于尿液稀释和排尿次数增加,从而减少细菌在尿路中滞留。为了更好地保护尿路健康,除了定时饮水外,还应选择含有更多维生素和矿物质的水补充身体所需的养分。

尿液排空 定时排尿以避免尿液滞留同样重要。养成定期排尿的习惯,不憋尿可以减少细菌在尿路中滋生、繁殖。此外,控制尿液流出的时间和速度,尽量将尿液排空,减少细菌在尿道中残留的机会。

合理饮食 合理饮食也有助于预防尿路感染。建议减少或避免摄入刺激性食物和饮料,比如辛辣食物、咖啡、浓茶等,以减少尿液刺激对尿道的损伤。此外,可以增加摄入含有丰富纤维的食物,比如水果和蔬菜,以促进肠道蠕动,防止细菌通过肠道感染尿道。

尿路感染是一种常见但不容忽视的疾病,其成因多样,包括细菌感染、尿液滞留和不卫生的生活习惯等。尿路感染的症状主要包括尿频、尿急、尿痛、尿液异常及全身症状等。为了预防尿路感染,我们应该注意个人卫生,养成良好的生活习惯,合理饮食,并保持尿液的充分排空。此外,微生态平衡调节可作为预防尿路感染的一种手段。通过全面了解尿路感染,我们可以更好地预防和处理这一健康问题,提升生活质量。

(作者供职于海口市人民医院泌尿科)