

# 膀胱炎护理常识早知道

□姜瑞红

膀胱炎是一种常见的泌尿系统疾病，女性在生殖期、更年期和老年期容易患上此病。了解膀胱炎护理常识，才能更好地应对膀胱炎。那么，膀胱炎的护理常识有哪些，如何正确处理膀胱炎？

## 膀胱炎的病因

膀胱炎又称为膀胱炎，是指膀胱黏膜被炎症所侵害，引起尿频、尿急、尿痛等症状。常见的病因是细菌引起的感染，常见的细菌包括大肠杆菌、金黄色葡萄球菌等。而膀胱炎的发病原因多种多样，常见的有性生活、久坐不动、膀胱排空不完全等。

## 膀胱炎的症状

膀胱炎的症状主要包括尿

频、尿急、尿痛等。在患者排尿时，尿量常常很少，并伴随着剧烈的尿急感和疼痛感。此外，一些患者还会出现血尿、发热、腰痛等症状。如果出现这些症状，应该及时就医。

## 膀胱炎的护理常识

### 饮食调理

膀胱炎患者应该少吃辣、酸、咖啡、酒精等刺激性食物，多喝水，多吃新鲜蔬菜和水果。平时要注意清洁，保持阴道干燥和清洁，不穿紧身裤。

**注意休息** 膀胱炎患者应该注意休息，因为活动可能引起疼痛和加重病情。患者需要在床上休息一段时间，减轻膀胱的负担。

### 个人卫生

膀胱炎患者要注意个人卫生，减少细菌感染。女

性患者应该注意细菌感染尿道。同时，要选择柔软的卫生巾，勿过度擦洗。

**温水泡脚** 膀胱炎患者可以用温水泡脚的方法放松膀胱和肌肉，同时也可以促进血液循环，缓解疼痛。最好在温水中加一些消炎药，效果更好。

**合理用药** 膀胱炎患者需要在医生的指导下合理用药，遵循药品说明书规定的剂量和用药时间，不要过量使用药物。如果感觉不适，应该及时停用药物，并向医生咨询。

**密切关注病情** 膀胱炎患者需要密切关注病情变化，当心症状加重或出现新的症状，如发热、腰痛等。如果病情严重，应该及时就医。

## 如何预防膀胱炎

勿忽视尿道炎炎症 尿道炎是膀胱炎的常见原因之一，如果不及处理，可能会引发膀胱炎。尿道炎一般由细菌感染、性传播、药物反应等原因引起。

女性尤其容易患尿道炎，因为女性尿道比较短，细菌容易进入尿道，引起感染。症状包括排尿时尿道口疼痛、尿液混浊、尿急、尿频等。如果患者出现尿道炎症状，应该及时就诊，并按照医生的建议进行治疗。

**多喝水** 多喝水是膀胱炎患者的一项重要护理措施。多喝水可以促进尿液排出，有效清洗膀胱，减少细菌滋生，避免膀胱炎。此外，多喝水还有助于提高膀胱壁的弹性，增加膀胱容量，

减轻膀胱炎带来的不适感。对膀胱炎患者来说，饮用温开水最理想，避免喝太甜或者酸性过高的饮料，如可乐、红茶、奶茶等。同时，注意不要过量饮水，过度摄入水分会增加膀胱的负担，导致症状加重。一般来说，每天饮水量应该控制在2000毫升~3000毫升之间，才能对膀胱炎的治疗有帮助。

膀胱炎护理常识可以为我们在预防和处理膀胱炎的过程中带来很大的帮助。在日常生活中，要注意保持良好的卫生习惯，加强锻炼，均衡饮食。如果患了膀胱炎，要及时治疗，合理用药，这样才能促进身体康复。

(作者供职于郑州大学附属郑州中心医院盆底中心病区)

# 提升手术效率与护理质量的方法

□贺文婷

合作关系，确保手术顺利进行。通过有效的沟通和协作，提高手术效率。

## 专业知识与技能

**熟悉手术流程和手术器械** 手术护士应对各类手术的流程和器械有深入了解，了解手术步骤和操作顺序，熟悉手术器械的名称、用途和正确使用方法。这样可以更好地配合医生进行手术操作，提高手术效率。

**掌握感染控制措施** 手术室是一个易受感染的环境，手术护士应该掌握严格的感染控制措施，包括正确穿戴手套、口罩和防护服，保持手术室的清洁和无菌状态，合理使用消毒剂和器械，防止交叉感染的发生。

**应对突发情况的应急处理能力** 手术过程中患者可能会出现意外情况，如出血、呼吸困难等。手术护士需要具备应急处理能力，能够迅速判断并采取相应的措施，保证患者的安全和手术的顺利进行。

关注患者的安全和舒适 手术护士应关注患者的安全和舒适，密切观察患者的生命体征，及时发现异常情况并采取处理措施。同时，他们也要关注患者的心理状态，及时安慰患者，减少患者的焦虑和疼痛感。

## 持续教育与学习

手术护士应保持学习的态度，不断提升自己的专业水平。他们可以参加培训课程、学术会议和研讨会，了解最新的手术技术和护理理念。此外，他们还可以阅读相关的学术期刊和文献，与同行交流经验，不断更新自己的知识和技能。

提升手术效率和护理质量是每位手术护士的目标。通过充分准备、团队合作、掌握专业知识与技能，以及持续教育与学习，手术护士可以提高自己的专业水平，提升手术效率，并为患者提供高质量的护理服务。这些方法不仅适用于手术护士，也适用于其他护士。

(作者供职于枣庄市中医医院手术室)

# 心脏瓣膜病的日常护理怎么做

□付东丽

心脏瓣膜病是由于心脏瓣膜狭窄和关闭不全所导致的心脏疾病。那么，患有心脏瓣膜病的患者如何进行日常护理呢？

## 心脏瓣膜病是什么病

心脏瓣膜病是指心脏瓣膜发生形态、结构异常，在心腔内房室之间存在有瓣膜，叫房室瓣膜，从心室到动脉也有瓣膜，叫半月瓣。这些瓣膜总共4组，均可以发生疾病。其中，常见的是二尖瓣和主动脉瓣疾病，二尖瓣疾病可以表现为二尖瓣狭窄，二尖瓣瓣口变窄、变小，影响左心房到左心室血流，出现呼吸困难的症状。二尖瓣还可以表现为关闭不全，比如由于脱垂或者腱索乳头肌的问题，使二尖瓣瓣叶对合不了，出现瓣膜反流，增加心脏负担。

主动脉瓣常见的疾病也是主动脉瓣狭窄和关闭不全。主动脉瓣狭窄会造成左室射血的时候受到大的阻力，出现左室肥厚，供血减少。主动脉瓣关闭不全主要在主动脉瓣关闭的时候血流应该停留在主动脉内，如果关闭不全就会反流到左心室，增加左心室负担。此外，这些瓣膜病都可以对心腔大小和室壁厚度产生影响，带来心功能不全的表现。

## 心脏瓣膜病的症状表现

心脏瓣膜病患者出现心律失常、心力衰竭或血栓栓塞时，常表现为活动后心慌、气短、疲乏和倦怠，活动耐力明显减低，稍作运动便呼吸困难。心脏瓣膜病治疗不及时可合并出现心房纤颤、急性肺水肿、血栓栓塞、心力衰竭等。

**二尖瓣狭窄症状**：呼吸困难，咳嗽，咯血，声嘶，重度二尖瓣狭窄，常有“二尖瓣面容”，双颧绀红。**主动脉瓣狭窄症状**：患者会在活动后出现头晕、黑蒙甚至晕厥，也可出现心前区不适或心绞痛症状。

**二尖瓣关闭不全症状**：患者代偿期可无症状，当左心衰竭时可有心悸、气促、乏力等。

**主动脉瓣关闭不全症状**：患者早期无症状，或有前心区不适或头部动脉搏动感。晚期可出现左心衰竭症状，急性重症患者会出现胸痛。

**三尖瓣狭窄症状**：患者会表现出心脏排血量降低引起的疲乏、体

循环瘀血导致的腹胀、纳差、恶心、呕吐、消瘦、水肿、胸腹水等症状。

**三尖瓣关闭不全症状**：无肺动脉高压情况下，大多数患者无明显症状。肺动脉高压合并三尖瓣反流时，心输出量降低，右心衰症状出现。在此情况下，患者会出现疲乏、颈动脉搏动、肝大疼痛、腹胀、水肿等。

## 心脏瓣膜病的日常护理

一旦发现心脏瓣膜病，比如轻度的反流，可以每年去复查心脏彩超，看病情有没有进展，如果没有进展的话，不影响生活，不需要过于关注。如果达到一定的程度，比如中度以上，尽管还没有症状，但是也要注意，尽量减少剧烈运动，可以适当慢跑，根据自己的量调节，然后定期做检查。一旦出现心力衰竭，或者已经出现并发症或者心功能不全、房颤患者，建议尽早进行药物干预或者手术。换了瓣膜以后的患者，如果心功能恢复得比较好，进行适当锻炼对心脏有好处。

(作者供职于郑州市中心医院心血管内科四病区)

# 意外烧伤后怎么办

□穆雅丹

人的肌肤，会被一层油膜所覆盖，起到一定的防护作用。夏日，大家衣着单薄，如果不小心被开水、热油、热粥等烫到，很容易受伤。

## 烧伤后的治疗方法

烧伤后，经过“冲盖走”三步(用凉水冲洗；找块干净的布盖住防止感染；赶紧去医院)后，伤势较重的患者，在最初的48小时内，要尽快补充液体。一般医院都会按照患者的伤情、体重、烧伤程度等，给患者补充液体，让患者尽快恢复体力。在此基础上，可以通过静脉注射抗生素进行抗感染。对于轻度烧伤，建议采取保守换药的方式；对于重度烧伤，可以采取分次、分批手术，削痂植皮的方式。

一般来说，轻微的烧伤并不需要去医院，在家做一些简单的护理就可以让伤口迅速愈合。当表皮出现水泡时，千万别戳破水泡，可以用纱布或手绢轻轻地包裹。特别是儿童烫伤时，要特别注意伤口的防护，避免感染。在冬天的时候，一定要做好保暖工作，在治疗伤部之后，一定要尽快穿上衣物，不要受凉或者被冻伤，这样会对伤口的愈合造成很大的影响。过几天，伤部的皮肤就会变成褐色，慢慢脱皮，这样就不会留下疤痕了。

重度烧伤患者入院前，必须快速脱掉衣物，使体温降下来。在衣物紧贴肌肤或冬季衣物较厚的情况下，切勿用力脱掉，防止水泡破裂或划伤肌肤。可以用剪刀剪开或顺着线头把衣服撕下来，再慢慢地把衣服剥下来。为了防止伤口感染，可以用干净的软布或床单暂时包扎一下。

在对四肢烧伤部位进行包扎的时候，如果指尖没有受伤，那么在包扎的时候应该将指尖露出来，这样才能更好地观察血液循环状况。需要注意的是，在包扎之后，如果手指变紫、发凉、有麻木的感觉，说明是包扎过紧了，应该将其打开，重新包扎一遍。为了减少受伤部位的肿胀及疼痛，可以把受伤的肢体抬高一些，比如上肢可以用一条布带子系在胸口，下肢可以用毯子或枕头垫高一些。

在烫伤之后，一定要避免随意涂抹药物，这样会影响医生对烫伤情况的判断。经过上述治疗后，患者可以到医院做进一步治疗。

## 烧伤患者居家护理

在对患者采用暴露疗法的时候，伤口已经完全暴露在空气中，所以一定要把房间里的卫生做好。打扫的时候可以采用湿扫法，这样可以避免灰尘飞扬，对伤口造成伤害，同时还要定期对室内的空气进行消毒，降低感染的可能性。

给患者进行包扎治疗的时候，要保证伤口干爽，不要把伤口浸湿，并且要在医生的指导下换药。如果被大量的液体浸透，就要立即换新的，不然细菌就会顺着纱布的孔隙进入伤口，造成伤口感染。如果伤口周围出现了红、肿、疼痛和分泌物增加的情况，说明已经被感染了，需要立即就医，并及时应用抗生素。烧伤患者应该多吃有营养的食物，多喝水，这样才能保证创伤的修复。

总之，防患于未然，特别是对儿童来说，这点很重要。儿童监护人要特别重视对家庭热源的管理，并对学龄前儿童进行相关知识教育，让他们学会如何正确处理烧烫伤，以免引起二次伤害。

(作者供职于新乡市第二人民医院烧伤一病区)

# 手术室护理常规和操作流程

□吴学娜

手术室是医院关键环节之一，承载着诸多重要的医疗任务。手术室护理是为手术患者提供安全、高效护理服务的过程。手术室的护理常规和操作流程是为了确保手术过程的顺利进行，保护患者的生命安全和术后康复。本文将介绍手术室的护理常规和操作流程，提高医务人员和公众对手术室护理工作的认识。

## 手术室护理常规

**术前准备** 在手术前，护士需要确认患者的手术信息，包括手术名称、手术部位、手术时间等，并核对患者的身份和手术同意书。此外，护士还需要

检查手术器械、药物和设备的准备情况，确保手术室的环境整洁、消毒完善。

**术中护理** 护士需要协助医生进行手术准备，为手术区域进行消毒，并提供所需的器械和药物。在手术过程中，护士需要监测患者的生命体征，包括心率、血压、呼吸等，并随时做好记录。此外，护士还需要配合医生进行手术操作，提供必要的协助和支持。

**术后护理** 手术结束后，护士需要对患者进行观察和监测，包括观察患者的意识状态、呼吸情况、伤口渗液等，并记录相关信息。护士还需协助

患者完成术后的康复护理工作，包括饮食、活动和药物管理等。

## 手术室护理操作流程

**手术室准备** 在手术室准备阶段，护士需要检查手术室的设备和器械，确保其正常工作。此外，护士还需要对手术室进行消毒和清洁，保持良好的工作环境。

**手术室换班** 在手术室换班时，护士需要进行交接工作，包括手术室的患者情况、手术进展和特殊注意事项等。这有助于保持信息的连续性和手术的连贯性。

## 手术患者进入手术室

时，护士需要确认患者的身份和手术信息，并与患者进行必要的沟通，进行安抚工作。护士还需要为患者进行必要的术前准备工作，包括消毒、插管等。

**手术操作** 在手术操作时，护士需要与医生密切配合，提供所需的器械、药物和协助。护士需要保持手术区域的清洁和无菌状态，并随时注意患者的生命体征和手术进展。

**手术室清洁** 在手术结束后，护士需要对手术室进行清洁和消毒，防止交叉感染和细菌滋生。清洁工作包括对手术台、器械和地面等进行彻底清

洁，并确保废弃物的妥善处理。

手术室护理常规和操作流程是为了保证手术过程的顺利进行和患者的安全。手术室护理每个环节都有其独特要求和重要性，手术室护理的操作流程涵盖了手术室的准备、换班、患者进入、手术操作和手术室清洁等步骤，确保手术室的安全和卫生。通过了解手术室护理的常规和操作流程，医务人员可以提高对手术室护理工作的认识，从而更好地保障患者的生命安全和术后康复。

(作者供职于单东营市河口区中医院)

在医学领域，脑病是一类复杂而严重的疾病，给患者和家属带来巨大的困扰和心理压力。作为脑病患者的护理护士，我们肩负着点亮他们希望之光的使命。本文将从护士的角度出发，探讨如何通过科学的护理措施和关怀，为脑病患者带来希望。

## 建立信任和沟通

作为护理护士，与脑病患者建立良好的信任关系是点亮患者希望的第一步。我们应该尊重患者的意愿和感受，耐心倾听他们的需求和困扰。同时，通过简单明了的语言，与患者和家属进行有效的沟通，让他们了解治疗和康复的重要性，增加他们的信心和希望。

## 个性化护理计划

每个脑病患者都有不同的病情和康复需求，因此，制订个性化的护理计划是至关重要的。护理护士应根据患者的病情特点和康复目标，制订有针对性的护理措施和康复计划。例如，针对认知功能障碍的患者，可以通过认知训练和启发式游戏来提高他们的思维能力和自理能力，从而激发他们对康复的希望。

## 提供安全舒适的环境

脑病患者往往在身体和精神上都处于脆弱状态，安全舒适的护理环境对他们的康复至关重要。护理护士应确保患者的卧室整洁、安静，避免刺激和干扰。同时，合理安排床位和设施，减少患者跌倒和受伤的风险，提高他们的安全感和康复信心。

## 给予关怀

脑病患者往往感到孤独和无助，护理护士的关怀可以点亮他们内心的希望之光。我们应该给予患者充分的关注和关怀，让他们感到温暖和安心。可以通过定期陪伴和交流，提供心理支持，帮助他们面对困难和挫折。同时，温和的触摸和体贴的护理手法也能传递爱和温暖，增强患者对护士的信任，以及康复意愿。

## 康复教育和指导

护理护士不仅要负责照顾患者的生活和健康需求，还要提供康复教育和指导，让患者和家属了解疾病特点和康复重要性。通过向他们传授相关知识和技巧，如康复锻炼、日常生活自理和药物管理等，帮助他们更好地参与康复过程，增强他们的战胜疾病的信心。

## 团队合作和综合管理

脑病患者的康复是一个综合性的过程，需要多学科的合作和综合管理。作为护理护士，我们应积极参与团队会诊和讨论，与医生、康复师、心理咨询师等紧密合作，制订全面的康复方案。通过团队的努力和协作，为患者提供更全面、高效的康复护理，点亮他们的康复希望。

作为护理护士，我们承载着点亮脑病患者希望之光的重要责任。通过建立信任和沟通，制订个性化护理计划，提供安全和舒适的环境，进行细心关怀、康复教育和指导，以及团队合作和综合管理，我们能够为患者带来新的希望，激发他们的康复动力。

(作者供职于枣庄市中医医院脑病康复科)

# 糖尿病患者的家庭护理重点

□魏向梅

糖尿病是一种常见的慢性疾病，严重影响患者的生活质量和健康。在家庭中，护理人员扮演着至关重要的角色，通过护理措施可以帮助糖尿病患者管理疾病，控制血糖，并提高生活质量。

本文从护士的角度介绍糖尿病患者的8个日常家庭护理方法，包括合理饮食、定期监测血糖、药物管理、适量锻炼、足部护理、定期眼科检查、心理支持和定期复诊。通过这些措施，护理人员可以帮助糖尿病患者控制疾病，减轻症状，提高生活质量，并与医疗团队合作，全面管理糖尿病。

## 合理饮食

糖尿病患者要合理控制饮食，尤其是要控制碳水化合物和糖分。护理人员可以协助患者制订合适的饮食计划，选择低糖、低脂、高纤维食物，并避免高糖饮料和加工食品的摄入。

## 定期监测血糖

血糖监测是管理糖尿病的重要手段之一。护理人员可以帮助患者正确使用血糖仪，监测血糖水平，并记录下来。这样可以帮助医生评估治疗效果，并调整用药方案。

## 注重药物管理

糖尿病患者可能需要口服药物或注射胰岛素来控制血糖。护理人员要确保患者按时、正确地服药或注射胰岛素，并协助患者遵循医嘱，调整药物剂量。

## 定期锻炼

适量的体育锻炼对于糖尿病患者来说至关重要。护理人员可以鼓励患者进行适当的运动，如散步、慢跑、游泳等，以帮助控制血糖水平、降低体重和改善心血管健康。

## 足部护理

糖尿病患者容易出现足部病变，如溃疡、感染和神经病变。护理人员要告诉患者定期清洁足部，并保持足部的清洁和干燥。另外，穿合适的鞋袜也非常重要。

护理人员可以鼓励患者进行定期锻炼，如散步、慢跑、游泳等，以帮助控制血糖水平、降低体重和改善心血管健康。

**定期眼科检查** 糖尿病患者容易出现眼部并发症，如糖尿病视网膜病变。护理人员应鼓励患者定期进行眼科检查，注意眼部症状的变化，如视力模糊、眼部疼痛等。

**心理支持** 糖尿病是一种长期的疾病，会对患者的心理健康产生影响。护理人员要给予患者积极的心理支持，帮助他们应对焦虑、抑郁等情绪，并鼓励他们参与支持小组或心理咨询。

**定期复诊** 定期复诊是管理糖尿病的重要环节。护理人员要协助患者制订复诊计划，并提醒他们按时去医院检查，以便及时调整治疗方案。

护理人员在家庭中扮演着重要的角色，他们可以通过提供全面的护理和支持，帮助糖尿病患者控制疾病，减轻症状，并提高生活质量。同时，他们与医疗团队保持密切合作，及时反馈患者的情况，帮助他们过上健康生活。

(作者供职于滕州市滨湖镇卫生院)