手术患者肺部感染的防控方法

□王 平

术后并发肺部感染是术后常见的并发症之一，常常导致患者术后住院时间延长、医疗费用增加，并且增加了患者的病死率。肺部感染的防控对于保护患者的健康和生命安全非常重要。

肺部感染的定义和病因

肺部感染的定义 肺部感染，也称下呼吸道感染，是指终末细支气管、肺泡和肺间质的炎症，常常由细菌、病毒、真菌引起。患者因术后抵抗力下降、免疫功能受损等原因，更容易发生肺部感染。

肺部感染的常见病因 肺部感染的病原体主要包括细菌、病毒和真菌。细菌感染是肺部感染较常见的原因，其中以革兰阴性菌和金黄色葡萄球菌较为常见。此外，呼吸道合胞病毒、流感病毒和肺炎支原体等病毒也是肺部感染的重要因素。

肺部感染的诊断和评估

临床表现 肺部感染的临床表现多样，包括发热、咳嗽、咯痰、呼吸困难、胸痛等症状。此外，体征如肺部啰音、呼吸音减弱等也是肺部感染的常见表现。

实验室检查 实验室检查对于肺部感染的诊断和评估非常重要。血常规检查可显示白细胞计数的升高，C反应蛋白和降钙素原等炎症指标升高。痰液培养可以帮助医生确定病原体类型，进一步指导抗生素的选择。

肺部感染的预防措施

术前准备 术前准备是预防患者肺部感染的重要环节。患者的基本情况评估、合理的术前抗菌药物预防、呼吸道感染和炎症的积极治疗等措施，可以有效降低术后肺部感染的风险。

术中防控 术中有效的防控措施可以减少患者肺部感染的概率。包括严格执行无菌技术操作原则和消毒规范、合理利用抗生素预防和控制术中感染等。

术后管理 术后管理是预防肺部感染的关键环节，包括术后早期评估、积极纠正术后并发症、合理使用抗生素、提高患者免疫力、呼吸道管理、物理治疗等。

肺部感染后的治疗和护理

抗菌治疗 针对肺部感染的病原体，选择合适的抗生素进行治疗是关键。抗生素的选择应根据病原学检查和药敏试验结果来确定，同时要注意抗生素的合理使用，以防止耐药菌株的产生。

对症治疗 除了抗菌治疗外，还应进行对症治疗，如退热、镇咳、祛痰、增加呼吸道通畅、加强营养等措施，以缓解症状、促进病情康复。

呼吸道管理 患者肺部感染后，呼吸道管理是重要的护理措施之一。医生应指导患者进行有效咳嗽，促进痰液排出；若痰液黏稠，遵照医嘱给予雾化吸入，雾化吸入后给予翻身拍背，以利痰液排出。加强口腔护理，及时清洁口腔，避免食物残渣存留在口腔内出现误吸导致吸入性肺炎、肺泡萎缩等情况。

环境因素管理 加强通风、定期采用紫外线照射进行消毒、保持病区的清洁，有效减少病原体的滋生和传播。

病情危重患者及气管切开患者应单独安置病房，避免交叉感染。

（作者供职于尉氏县人民医院）

安装心脏支架后 该如何护理

□杨丽丽

心脏支架是冠状动脉疾病常见的治疗方法，而患者在接受了心脏支架手术之后，则需要通过进行一系列的护理措施来预防相关并发症并保证术后的恢复，从而使自身的病症能够得以有效保障。本文将对安装了心脏支架后的具体护理措施进行介绍，让大家能够对其进行了解。

术后护理

减少运动 患者要保证休息，以便身体能够更好地恢复。一般情况下，患者术后需要在医院中观察一天到两天的时间，初步确保术后的恢复情况。在这段时间内，患者需要遵照医嘱，尽量保持卧床休息，减少运动和避免剧烈运动。

术后患者需要注意对伤口的护理，保证伤口的干燥和清洁，降低伤口感染的概率。患者也要听从医嘱，定期更换敷料，观察伤口是否存在有红肿和渗液的情况，当发现伤口有异常时需要及时向医生报告。

合理饮食 在术后的饮食管理中，患者则需要尽量选择低盐、低脂、低胆固醇的食物，切忌食用高盐、高脂、高胆固醇类的食物。此外，患者还需要多饮水，减少酒精、辣椒、咖啡因等辛辣刺激性食物的摄入量。

合理用药 术后患者要遵照医嘱进行药物辅助治疗。通常情况下，患者都需要采取服用抗血小板药物、抗凝药物和降脂药物等药物来预防血栓和心血管疾病的发生。故此，患者需要听从医嘱，按时服药，避免发生漏服、错服、少服情况。

康复期护理

适量运动 在患者逐渐步入康复期之后，则首先需要进行一定的康复护理。在其中，患者可以通过运动来帮助自身快速恢复身体功能，提高自我身体耐力、免疫力和抵抗力。但是，患者要在医生指导意见下进行，避免过度运动和剧烈运动，避免意外情况的出现。

调整心理 患者还需要做好自我的心理工作，通过心理康复护理，不仅能够帮助患者缓解不良情绪，提高生活质量，还可以通过沟通交流，鼓励患者用参与社交活动、听音乐、玩游戏等方式来缓解不良情绪。这些方法能够帮助患者走出病症的阴影，从而提高生活质量。

定期复查 在康复阶段，患者需要定期前往医院接受检查，了解自己的身体变化，及时发现并预防并发症，降低术后并发症的概率，使患者能够快速康复。

综上，心脏支架后的护理是十分重要的。患者需要听从医生指导和建议，规划好休息、饮食、药物管理和运动康复等措施，避免身体发生意外，影响病情恢复，造成不良后果。

（作者供职于南阳医学高等专科学校第一附属医院心内科）

如何科学防治糖尿病

□张金凤

糖尿病是我国人群中较常见的慢性疾病。该病目前无法根治，只能通过药物、饮食和运动控制血糖平稳，尽量避免和减轻并发症。那么，糖尿病有哪些危害？要怎样防治？患者在日常生活中应该注意什么？

了解糖尿病

糖尿病是由于胰岛素分泌及(或)作用缺陷引起的以慢性高血糖为特征的代谢病。糖尿病的典型症状是“三多一少”(多饮、多食、多尿、体重减轻)，出现糖尿病典型症状并符合以下任何一个条件，可以诊断为糖尿病。

一天中任一时间血糖≥11.1毫摩尔/每升(200毫克/分升)。

空腹血糖水平≥7.0毫摩尔/每升(126毫克/分升)。

口服葡萄糖耐量试验2小时血糖水平≥11.1毫摩尔/每升(200毫克/分升)。

疾病危害

通常情况下，糖尿病有影响日常生活、易引起感染、并发心脑血管疾病等危害。具体情况分析如下。

影响日常生活 糖尿病是一组以高血糖为特征的代谢性疾病，如果患有糖尿病，患者可能表现为多尿、多饮、多食等，还会影响多个器官的功能调节，导致患者乏力、消瘦、多汗、低血压、心动过速等，从而影响患者的日常生活，导致其生活质量严重下降。

易引起感染 如果患有糖尿病，患者的免疫力和抵抗力较低下，身体长期处于虚弱状态，容易被外界细菌、病毒等感染，从而引起多种疾病。因此，糖尿病易引起感染。

并发心脑血管疾病 心脑血管疾病是心脏血管和脑血管疾病的统称。如果糖尿病患者的病情较严重，还会导致心脏微血管病变，并发多种心脑血管疾病，如心力衰竭、冠状动脉粥样硬化性心脏病、心肌梗死等，严重危害患者的身体健康。

如何防治

糖尿病的防治主要包括糖尿病宣教、饮食治疗、运动治疗、药物治疗、血糖监测5个方面，具体内容如下。

糖尿病宣教 要让患者全面了解糖尿病的各种知识，更好地配合医生进行糖尿病的治疗。

饮食方面 患者需要控制饮食。在饮食上，患者要注意少食多餐，将进食次数控制在4次~6次，同时避免暴饮暴食，多吃新鲜水果和蔬菜。

运动方面 坚持锻炼身体，增加有氧运动，如慢跑、爬山、游泳等，每天应该锻炼30分钟~60分钟。

药物治疗 如果患者通过饮食和运动血糖情况没有改善，需要及时地前往医院，完善相关检查，在医生指导下使用药物治疗。情况较严重的患者可以选择注射胰岛素进行治疗。

血糖监测 血糖监测，在治疗过程中是非常重要的，可以准确地评估糖尿病的治疗效果，及时地调整糖尿病患者的用药剂量。

控制体重和血压 肥胖，尤其是腹型肥胖是2型糖尿病发生的危险因素。随着生活水平的提高，超重和肥胖的儿童越来越多，糖尿病开始在青少年群体中多发。为有效预防糖尿病，首先就要把体重降下来，使体重接近正常。

高血压病也是糖尿病的危险因素之一，控制好血压，也就等于预防糖尿病和心脑血管疾病。

（作者供职于河南省开封市兰考县中医院糖尿病科）

脑梗死患者的康复护理

□赵云辉

脑梗死又称缺血性脑卒中，它是指血液的供应出现了障碍进而导致局限性的脑组织缺氧性或缺血性坏死，并且使神经功能出现缺损。通俗地讲，由于大脑动脉的血管被血栓堵塞，影响到血流，进而造成了脑细胞的缺血、坏死，导致大脑功能出现了损伤。脑梗死是一种致残率及致死率比较高的一种病症。它的出现给患者及患者的家庭带来了非常大的困扰。因此，为了减少这些困扰，应该加大对康复护理的力度。

心理的关怀 当家中有人患病后，患者和其家属在生活中会发生一些变化。犹豫有些患者心理承受不了自己患病的事实，所以要多和患者进行交流与沟通，让患者了解自己的病情。患者在心理上进行配合治疗和护理，才能更好地帮助患者康复。还要鼓励患者主动地了解相关知识，积极地去参与到治疗中。鼓励患者多说话，对于没有办法用语言表达的患者，可以用肢体语言或写字板沟通。要让患者主动动手、动口，在思想上树立战胜疾病的信心。

观察其吞咽功能 护理人员要观察患者是不是可以自己进行口腔进食，知道患者进食的吞咽情况，鼓励能自己吞咽的患者自行进食，护理人员应该把食物调成一种糊状便于患者吞咽，不能吃辛辣刺激性的食物。患者可以少量多餐。在指导患者和家属帮助其饮食的时候应该要注意方法及相关事项。

饮食护理 患者应该选择低脂、低盐的食物，以及蛋白质充足且维生素比较丰富的食物，可以多吃新鲜的蔬菜和水果，少吃一些甜食和动物脂肪含量较高的食物，不要吃辛辣、油炸的食物，作息要规律，还可以进行适当体力活动，戒烟戒酒等。

肢体康复训练 在一般的情况下，患者的意识比较清楚、生命体征相对于平稳、病情不再发展后，便可以适当地进行康复训练。运动量可以由少增多，逐渐提高身体肌力，维持关节的功能，并辅以中医的针灸、按摩、理疗等，用以促进患者的肢体功能早日康复。

进行有氧运动训练 对于那些卧床不起的患者，需对其瘫痪的部位进行适当按摩，如果是有一些行动能力的患者，要根据具体的情况，可以进行适度的有氧活动。这样可以帮助患者改善心肺功能，促进患者的血液循环，有利于动脉粥样硬化的改善。

由于脑梗死患者的病程较长且恢复较慢，严重影响患者的生命健康，而且不良心理心态和生理都有会成为诱发的原因。因此，当面对这种疾病的时候，患者及患者家属要积极应对，脑梗死虽然残酷但是康复潜力较大。如果早发现、早治疗，不仅可以降低致残率及致死率，还可以促进患者早日恢复身体健康。

（作者供职于商水县人民医院内科护理）

全麻术前为何要禁食禁饮

□闫亚飞

为了确保患者在进行全身麻醉手术时的安全。在接受全身之前，医生通常会要求患者禁止饮食。全身麻醉需要将患者全身麻醉，使其在手术过程中感觉不到疼痛，以便手术顺利进行。全身麻醉会引发一系列生理变化，其中包括呼吸抑制和胃内容物的误吸。为了减少这些风险，患者在全身麻醉前需要禁止饮食。本文将从全身麻醉的基本原理、误吸和呼吸抑制的风险、禁止饮食的原理及术后进食的注意事项等方面，为大家科普全身麻醉前禁止饮食的重要性。

了解全身麻醉

全身麻醉是一种通过药物使患者进入无意识状态，抑制患者的意识和感知，使其在手术过程中失去知觉和痛觉的医疗技术，让患者进入深度睡眠状态，以便医生进行手术操作。然而，这种技术会影响人体的吞咽和呕吐反射，导致患者在手术中发生误吸的风险增加。误吸指的是在吞咽过程中，将食物、液体等误吸入气管的现象。这种情况会引发严重的并发症，如窒息、肺炎等，甚至可能危及生命。在全身麻醉过程中，患者呼吸变浅甚至停止，血压也会有所下降，患者不会感到疼痛或不适，手术医生可以顺利地进行手术操作。因此，全身麻醉需要专业的麻醉医生进行监测和管理，确保患者的安全。

误吸和呼吸抑制的风险

在全身麻醉状态下，患者容易发生呕吐和误吸。呕吐物被误吸入呼吸道中，会导致窒息、肺炎等严重并发症。在全身麻醉过程中，患者会增加误吸和呼吸抑制等风险。误吸是指胃内容物被吸入气管，引起窒息和肺部感染等问题。此外，术前进食会使胃部产生胃酸和消化酶，这会加重误吸引起的肺部损伤。

禁止饮食的原因

禁止饮食的原理主要是通过减少胃内容物，可以使胃内的食物和液体排空，来降低误吸、减少呕吐的风险。在空腹状态下，胃排空速度较快，即胃内容物进入肠道的时间较短。因此，患者在手术前禁食一段时间，可以保证胃部在手术时处于基本排空状态，减少胃内容物反流和误吸的风险。通常情况下，成人需要禁食固体食物6小时~9小时，禁食牛奶6小时；婴幼儿需要提前禁母乳4小时，禁水2小时。

在全身麻醉前，禁止饮食是非常必要的。它能够降低患者发生误吸的风险，从而避免由此引发的并发症，如窒息和肺炎。这些并发症可能危及患者的生命安全。因此，患者在接受全身麻醉前，必须严格遵守医生的要求，按照规定的时间和方式禁止饮食。

术后进食的注意事项

术后，患者通常会进入恢复期。在这个阶段，患者也需要遵循医生的建议进行进食。一般来说，患者可以先尝试饮水，如果没有不适感，可以逐渐进食。然而，医生会根据手术的类型和患者的具体情况，对进食的时间和方式进行具体指导。患者应该严格遵照医生的建议，避免因过早进食或进食不当而引起并发症。

（作者供职于汝阳县人民医院麻醉科）

关于胆囊的知识

□尹飞飞

胆囊是人体消化系统的一部分，位于肝脏下方，成人胆囊长约7厘米~10厘米，宽不超过3厘米，主要功能是浓缩并储存胆汁。胆汁是肝脏分泌的一种液体，用于帮助消化脂肪。当肝脏分泌胆汁后，胆汁会进入胆囊中储存。在消化食物时，胆囊会将储存的胆汁释放出来，帮助分解脂肪。因此，胆囊对于人体消化系统来说非常重要。

胆囊疾病的种类

胆囊结石 胆囊结石是一种常见的胆囊疾病，是指胆囊内由胆汁化合物组成的结石。可分为胆固醇性结石、胆色素性结石及混合性结石。胆结石可能导致胆囊感染、胆道梗阻等症状。

胆囊炎 胆囊炎是指胆囊发生炎症，通常由细菌感染引起。胆囊炎患者会出现腹痛、发热等症状。

胆囊息肉 胆囊息肉是一种良性的胆囊肿瘤，通常不需要治疗，但需要定期检查。

胆囊癌 胆囊癌是一种发病率很低的消化系统肿瘤，但近年来发病率逐渐上升。胆囊癌患者治疗效果与癌症分期和类型密切相关。

胆囊疾病的治疗

胆囊结石 胆囊结石是指胆囊内形成的固体物质，发病率随年龄增加而上升；一旦确诊胆囊结石，应根据医生建议，采取保守治疗或手术切除，手术方式首选微创腹腔镜术式。

胆囊炎 胆囊炎是胆囊部位的炎症，常伴有腹痛、发热等症状。在治疗中，轻度胆囊炎可采取药物保守对症治疗，重度胆囊炎可能需行手术治疗。

胆囊息肉 胆小的胆囊息肉通常无明显症状，可随访观察、定期复查。超过1厘米的胆囊息肉癌变风险较大，通常需考虑手术切除。

胆囊癌 胆囊癌的治疗选择取决于癌症的分期和类型。常用的治疗手段主要包括手术治疗和化学药物治疗。

发病因素

饮食不当 高脂肪、高胆固醇饮食是胆结石的主要危险因素。长期高脂饮食还可能导致胆囊炎、胆囊息肉等疾病。

缺乏运动 长期缺乏运动可能导致肥胖，从而增加胆结石、胆囊炎等疾病的风险。

酗酒 长期酗酒可能导致肝脏功能受损，进而影响胆囊健康。

遗传因素 家族中有胆囊疾病患者的人群，患上胆囊疾病的风险较高。

如何预防

合理饮食 保持饮食均衡，避免摄入高脂肪、高胆固醇食物，增加蔬菜、水果等富含膳食纤维食物的摄入量，帮助降低胆结石、胆囊炎等疾病的风险。同时，注意适量饮水，帮助胆汁的稀释和排出。

保持适量运动 长期缺乏运动可能导致肥胖，从而增加胆结石、胆囊炎等疾病的风险。因此，保持适量的运动帮助维持健康的体重，促进胆囊蠕动，减少胆汁瘀积。

避免酗酒 长期酗酒可能导致肝脏功能受损，进而影响胆囊健康。因此，适量饮酒帮助保护胆囊健康。

定期体检 定期进行检查帮助及早发现胆囊疾病，建议40岁以上的人群每年进行一次检查。

保持良好的生活习惯 保证充足的睡眠、避免熬夜、减少吸烟等不良生活习惯，可以保护胆囊健康。

胆囊健康对于人体健康非常重要。通过合理饮食、适量运动、定期体检等措施，可以有效地预防胆囊疾病，保护胆囊健康。同时，对于已经患有胆囊疾病的患者，应及时就医治疗，避免病情恶化。

（作者供职于郑州大学附属郑州中心医院普外科）

你了解心律失常吗

□张义洲

心律失常是心血管疾病中重要的疾病之一，由于心脏的起源或传导发生异常，从而导致心率发生改变。心律失常患者的临床症状轻重是不一样的，可单独发病，也可能与其他心血管病相伴发生；会突然发作，严重者可引发猝死，或者持续累及心脏并引起心脏发生衰竭。心律失常的类型不同，临床表现各异，包括心悸、呼吸困难、胸闷、头晕、低血压、咳嗽、乏力、出汗、倦怠、晕厥、视物模糊、阿－斯综合征，甚至猝死等。

疾病类型

心律失常按照发生时心率的快慢，可以分为快速性心律失常和缓慢性心律失常两大类。

按其发生原理分为冲动形成异常和冲动传导异常两大类，其中冲动形成异常包括窦性心律失常、窦性心动过速或过缓、窦性心律不齐、窦性停搏及异位心律(包括逸搏、逸搏心律的被动性异位心律和扑动、颤动、阵发性心动过速、期前收缩的主动性异位心律)。冲动传导异常包括病理性(如束支或分支阻滞、房内传导阻滞、房室传导阻滞、窦房传导阻滞)、房室间传导途径异常(预激综合征)、生理性干扰及房室分离。

发病原因

心律失常的病因主要是多种器质性的心脏病；常见诱因还包括电解质紊乱、神经系统紊乱、内分泌失调、慢性阻塞性肺疾病、甲状腺功能亢进、严重贫血、全身系统性疾病、重症胰腺炎、严重胆道感染、妊娠期高血压综合征、使用抗心律失常药物等。还包括一些医源性因素、中毒、理化因素等；此外，日常生活中如果情绪波动过大、紧张、焦虑，喜欢喝刺激性饮品(如喝酒、浓咖啡、浓茶等)，也会引发窦性心动过速，长期体力劳动者、运动员则经常伴有窦性心动过缓。

危害及治疗

心律失常会明显地影响心、脑、胃肠道、肌肉等的血供，还会引起窦性停搏、窦房阻滞，和心动过缓、肾缺血、猝死，引起胸闷、无力等血液循环失常。

心律失常的治疗包括病因治疗(如去除诱因、纠正心脏病理改变、调整异常病理生理功能)，药物治疗(如钠通道阻滞剂、β受体阻滞剂、钾通道阻滞剂、钙通道阻滞剂)及非药物治疗(如外科手术治疗)。

目前，针对大多数快速心律失常可以选用导管消融的方法，这是治疗快速心律失常的首选措施；对于缓慢性心律失常，如引起头晕、乏力、晕厥等，可通过安装心脏永久起搏器来改善症状；对于恶性心律失常、消融不成功、心律失常发作会危及生命时，应当植入心脏埋藏式除颤器来预防猝死。

注意事项

生活要有规律，如保证充足的睡眠，饭后不适合立即睡觉，睡觉时可尽量选择右侧卧位，双腿屈曲等。

注意饮食，饮食要清淡且富有营养，避免暴饮暴食，不宜饱餐，可以多吃水果、蔬菜、减少胆固醇的摄入量等。

还要注意劳逸结合，保持乐观的心态，保持大便通畅，戒烟戒酒，进行适当体育锻炼，注意保暖、预防感冒，学会自测脉搏及心率。心律失常患者还需要定期体检，在医师指导下正确用药。

（作者供职于固始县妇幼保健院心血管内科）