

小石膏大学问

□彭小燕

先天性马蹄内翻足是一种较为常见的足部先天性畸形,多发生于新生儿。这种足部异常表现为后足内翻和内旋,同时伴随前足内收和高弓等症状。尽管新生儿在出生时,足部的形态并没有明显问题,然而这些异常会随着新生儿的生长逐渐显现,对足部的正常功能产生严重影响,甚至导致运动障碍,影响患者的生活质量。

通常情况下,先天性马蹄内翻足的症候在婴儿开始行走和站立的阶段后,变得更加明显。后足内翻使得足部的外侧几乎贴近腿部,而内旋则导致患者足部的脚尖指向身体中线。前足内收会让足部的前半部相互靠近,而高弓则意味着足弓处于过度升高的状态。这些异常联合起来,会导致患者足部的正常运动和姿势控制受到阻碍,并导致患者步态不稳,影响日常生活,甚至造成患者出现不适感。

潘塞缇疗法

潘塞缇(Ponseti)疗法作为一种治疗先天性马蹄内翻足的有效手段,已经受到了全球范围内的广泛认可。Ponseti疗法的优点包括低成本和较好的疗效,能够极大地减轻患者的痛苦,同

时减少了由马蹄内翻足引起的残疾情况。Ponseti疗法分为4个步骤:手法矫正石膏固定、经皮跟腱断裂术、石膏保护、穿戴脚外展支具。

当患者接受先天性马蹄内翻足的矫治过程时,可能误以为只需在医院打上石膏后,回家等待康复即可。然而,实际情况是,石膏固定后的日常护理质量直接关系到治疗效果。

护理方法

促进石膏干固 石膏未干固前不要盖棉被,夏季可将石膏直接暴露在空气中,或使用电风扇吹干,冬天可用电灯间歇烘烤,每次20分钟~30分钟,并防止烫伤。对于不配合的患者在使用烤灯时需要专人看护,以免发生意外。石膏没完全干固前,患者应减少患肢的活动,避免石膏折断、变形、失去固定作用。如果必须搬运时应用手掌托住石膏,不可用手指受力,防止石膏凹陷变形,形成压迫点,影响肢体血液循环。

抬高患肢 通过使用柔软的支撑物(如枕头、抱枕),将患者的足部维持在高于心脏水平的位置,通常为15度~30度的角度,促进静脉回流,减轻患者肢

体肿胀。维护正确的足部姿势,还防止石膏折断或损坏。在进行护理时,需确保患者足部保持适当活动空间,避免出现不适感。同时,要避免对石膏施加不必要的压力或扭曲,尤其在患者翻身或改变体位时需格外注意,确保患者的足部得到妥善的护理和保护,帮助患者康复。

观察患肢末端血液循环 石膏固定后,用温水轻擦拭石膏表面,并清理石膏浮尘。还要经常观察患者皮肤的颜色、测量温度,与患者健康一侧的肢体做比较。出现皮肤发青、肿胀、麻木或疼痛等情况,可能是出现了血液循环、神经受压等问题,应立即联系医生。此外,还要注意是否存在感染的迹象,如患者出现发热、石膏内有异味等,应当及时采取措施,确保患者的健康。

预防压力性损伤 定期帮助患者翻身,进行局部皮肤按摩,特别是在石膏边缘、骶尾部和未包裹石膏的骨突部位,要避免过度用力。当皮肤感到痒痒时,应禁用尖锐物件搔抓,可考虑擦拭酒精以止痒。此外,维护床单的清洁、平整、干燥也非常重要,减少对患者皮肤的摩擦和刺激,可降低压力性损伤的风险。同时,

保证石膏固定的有效性,促进术后康复。护理人员应认真执行这些护理步骤,以确保治疗过程中的护理质量和患者的舒适度。

保护石膏整洁 应避免污染石膏。特别是婴幼儿患者,每次排便后需仔细清洁和更换尿布。如果不慎污染了石膏,应及时用湿毛巾轻柔擦拭受污染的区域,但要避免过多的水分进入石膏,以免石膏软化影响固定效果。如果石膏受到严重污染,必须立即更换,减少感染和其他并发症。这些护理帮助确保石膏固定的有效性,降低患者面临的健康风险,特别是对于婴幼儿患者,护理人员需要特别小心和细致,提供必要的保护。

定期功能锻炼 功能锻炼在治疗先天性马蹄内翻足中是不可或缺的。患者需要积极参与肌肉收缩运动,如踝泵运动等,以保持足部肌肉的力量和关节的灵活性,可以预防肌肉的萎缩和关节的僵化,为患者的康复提供坚实的基础。此外,适度的床边活动也是关键,可以刺激血液循环,降低肢体的不适感,并预防并发症。在下床活动时,患者穿戴石膏保护鞋是非常重要的,石膏保护鞋可以提供额外的支撑和保

护,确保石膏固定不受外界干扰。通过进行功能锻炼,患者可以尽快康复,降低并发症的风险。

定期复诊 治疗马蹄内翻足是一项长期的工作,对于婴幼儿患者家属要有足够的认识和耐心,配合医生治疗,婴儿期使用的马蹄足石膏固定时长,一般7天左右拆换一次;在幼儿期,一般需要10天~14天拆换一次,要遵照医生规定的时间到医院复诊,不得自行拆除石膏。如果出现石膏位置变化、石膏松脱、肢体末梢血液循环障碍,需及时到医院就诊。

总之,先天性马蹄内翻足是一种常见但可以成功治疗的足部畸形。Ponseti疗法作为一种低成本高效的疗法,为患者提供了矫正的概率,帮助患者摆脱疼痛和运动障碍。然而,治疗的成功不仅依赖于医疗专家的治疗技术,也需要患者家属和护理人员的积极配合。正确地护理和定期的复诊,对于确保治疗效果也是非常重要。因此,通过合作、关注、耐心等,确保患者获得最佳的康复结果,使患者能够享受到更健康、更活跃的生活。

(作者供职于广州市社会福利院康复医院护理部)

带你了解自体输血

□李荣香

自体输血也称为自身输血,是一种较为安全的输血方式,它包括贮存式自体输血、回收式自体输血和稀释式自体输血。这种输血方式有许多优点,包括减少输血不良反应的风险、避免血源传播疾病的可能性、提高手术的安全性以及降低患者的经济负担。在这篇文章中,笔者将介绍自体输血的相关概念、应用范围、操作流程、优缺点及未来发展趋势。

什么是自体输血

自体输血是利用患者自身血液进行手术等医疗程序的输血技术。在自体输血过程中,会在手术前或手术期间采集患者的血液,经过处理后将其存储备用。在手术期间,医生会将采集患者的血液输回其体内,替代从外部供体获得的异体输血。

自体输血的应用范围

手术 对于需要进行大中型手术的患者,自体输血可以减少手术中所需的异体输血量,从而降低手术风险和费用。

分娩 对于分娩过程中出现大出血的患者,自体输血可以避免因异体输血引起的免疫排斥反应和溶血反应,提高母子的安全性。

特殊疾病 对于一些特殊疾病,如血液系统疾病、遗传代谢性疾病等,自体输血可以避免异体输血的免疫排斥反应和疾病传播风险。

自体输血的优点

减少输血不良反应 异体输血可能导致免疫排斥反应、溶血反应、疾病传播等风险,而自体输血可以完全避免这些风险。

避免疾病传播 异体输血可能传播一些病毒、细菌等病原体,而自体输血可以避免这种风险。

提高手术安全性 对于一些手术较大的患者,自体输血可以减少异体输血的依赖,从而提高手术的安全性和成功率。

减轻经济负担 自体输血不需要支付异体输血的费用,减轻了患者的经济负担。

自体输血的缺点

操作复杂 自体输血需要采集、存储和处理患者自己的血液,操作过程较为复杂。

可能存在风险 采集血液过程中可能存在感染、贫血等风险;自体输血过程中可能出现循环超负荷、肺水肿等并发症。

适用范围有限 自体输血适用于手术或分娩时需要大量输血的情况,对于急性失血、创伤等紧急情况可能无法实施。

自体输血的未来发展趋势

推广应用 随着医学技术的不断发展,自体输血将在越来越多的医疗领域得到推广和应用。特别是对于一些需要大量输血的手术,如心脏手术、肝移植等,自体输血将帮助提高手术的安全性和成功率。

智能化技术 随着人工智能和大数据等技术的发展,未来的自体输血会实现智能化。如通过数据分析和算法预测,可以确定患者在手术或分娩过程中的血液需求量,从而实现精准的自体输血。

血液保存技术 目前,自体输血的血液保存技术还存在一些限制,如保存时间和保存条件等。未来的研究将致力于开发更先进的血液保存技术,从而延长自体输血的适用时间。

基因编辑技术 基因编辑技术的发展为未来自体输血的实现提供了新的可能性。通过基因编辑技术,可以对患者的基因进行修饰和调整,从而优化其血液成分和功能,提高自体输血的效果和安全性。

(作者供职于洛阳市东方人民医院输血科)

如何判断是否需要割包皮

□孟平

很多男性对于自己的生殖健康并不十分了解,有时甚至忽略了一些重要的健康问题。其中,包皮过长就是一个常见的例子。很多男性认为包皮过长没什么大不了的,甚至不认为它是一个值得关注的问题。然而,事实并非如此,包皮过长如果不及时处理,会给男性的生殖健康带来很大的隐患。那么,包皮包茎有哪些危害?割包皮有哪些好处?如何判断自己是否需要割包皮呢?

包皮包茎的危害

容易感染 包皮过长可导致

致包皮与阴茎头黏附在一起,容易藏污纳垢,形成包皮垢;也会导致尿液排出不畅,增加尿路感染的风险,从而导致阴茎头炎、尿道炎等炎症。

影响阴茎发育 在男性生长、发育期间,包皮覆盖在阴茎头周围。如果包皮过长,会限制了阴茎的自由伸展和生长。这会导致阴茎在男性青春期和成年期的正常发育受到限制,使阴茎看起来较小或不对称。

性生活质量下降 包皮过长会影响阴茎的勃起。在勃起时,

阴茎头应该能够充分露出,但包皮过长的情况下,阴茎头可能无法完全露出,这可能导致勃起不完全,性交时的不适感和性功能障碍等。

诱发癌症 包皮垢可以刺激阴茎头周围的组织,导致长期的慢性炎症。慢性炎症可能在一些情况下导致阴茎癌的癌前病变,即恶性癌瘤的前兆。这些癌前病变可能最终发展成阴茎癌。

割包皮的好处

降低感染风险 割包皮可以减少包皮垢的产生,降低感染风

险。

提高性生活质量 割包皮后,阴茎头可以充分露出,提高性生活质量。

减少癌症风险 割包皮可以降低阴茎癌的发病风险。

有利于阴茎发育 割包皮帮助阴茎的正常发育。

如何判断是否需要割包皮

观察包皮是否过长 正常的包皮长度应该可以使阴茎头完全露出。如果包皮过长,无法使阴茎头完全露出,可能需要割包皮。

观察包皮是否产生炎症 如

果包皮红肿、疼痛、瘙痒等症状,可能是阴茎头炎,需要及时治疗。如果炎症反复发作,可能需要考虑割包皮。

观察是否影响性生活 如果包皮过长影响性生活质量,可以考虑割包皮。

总之,包皮过长不处理会导致一系列隐患。如果发现自己存在包皮过长的情况,可以去医院就诊,听从专业医生的建议,判断是否需要割包皮。

(作者供职于河南省人民医院男科与能量医学科)

胸腔镜手术如何治疗肺癌

□米亚明

电视胸腔镜手术(胸腔镜手术)就是通过使用现代摄像技术和高科技手术器械装备,在胸腔套管或微小切口下完成胸内复杂手术的微创技术。外科胸腔镜手术的本质与开胸手术的原理相同,但改变了传统的手术入路、分离步骤、结扎与缝合方式及手术过程中的观察方式(由直接肉眼观察到经内镜观察)。

胸腔镜手术的优势

创伤小 普通开胸手术的创伤较大,切口在20厘米左右,胸壁损伤严重,切断了胸壁各层肌肉,而且还要强行撑开肋间10厘米~20厘米,术后疼痛一直难以解决。胸腔镜手术一般在胸壁上开1个1.5厘米切口插入胸腔镜,再开1个~2个1.5厘米~4厘米的切口,即可完成与传统手术相当的胸外科手术,有时也可在单孔下

完成手术。

术后疼痛轻 普通开胸手术因胸壁创伤大,术中强行撑开肋间,术后疼痛明显,胸痛可持续数月至数年,大部分患者术后活动受限。胸腔镜手术因无需撑开肋间,术后患者疼痛明显减轻,手术当天即可下床活动,术后2周~4周可恢复正常工作。

对肺功能影响小 与常规开胸手术相比,胸腔镜手术很大程度上保留了胸廓的完整性和患者的呼吸功能,患者术后的肺功能情况和活动能力均优于常规开胸手术患者。

对免疫功能影响小 胸腔镜和传统开胸相比明显减少手术创伤,因为手术创伤越大对免疫功能影响就越大。因此,胸腔镜手术对免疫功能影响也大大减少。术后并发症少,更美观。

术。

适应人群

胸腔镜手术的技术和医生的经验,对于手术的适应证和可行性非常重要。一般来说,出现晚期肿瘤、肿瘤较大且侵犯周围组织较广的患者,不适合进行胸腔镜手术,可能需要更广泛的操作范围和更高的技术要求,而胸腔镜手术在这些情况下可能会受到限制。

对于早期肺癌的治疗,胸腔镜手术是一种有效的治疗方式。对于中晚期肺癌,如果存在淋巴结转移,胸腔镜手术也可以清除淋巴结。即使在需要切除部分支气管或心房的癌症晚期患者中,胸腔镜手术也可以完成,但需要根据具体情况进行治疗判断。

一些有严重并发症的患者(如发作期心绞痛、冠心病、肺功能较差、糖尿病、心脑血管疾病康复期等),不适合进行胸腔镜手

术。这些情况可能会增加手术的风险和复杂性,因此需要在医生的指导下进行决策。

对于是否适合进行胸腔镜手术,需要医生根据患者的具体情况进行评估和决策。

术后注意事项

尽早下床活动 下床活动越早越不容易发生像血栓、肺栓塞等并发症。

术后要深呼吸 需要排痰,保持呼吸道通畅,呼吸道不通畅,就容易造成肺不张、肺炎和发热;会造成气短、胸痛,这些症状就会延长住院时间。

心理准备 手术后,患者可能会经历一些身体上的不适症状,包括慢性咳嗽等。这些症状可能会影响患者的情绪和心理状态,做好心理准备可以帮助患者更好地应对手术后的不适症状,促进

身体恢复。

注意休息 胸腔镜手术后患者需要一定的休息和恢复时间。虽然手术切口相对较小,但仍然需要让身体充分恢复。如果过早地投入到工作中,可能会影响身体的恢复和健康状况。

清淡饮食 胸腔镜手术后患者的饮食应该以清淡为主,避免过于油腻的食物。过于油腻的食物可能会加重胃肠道的负担,影响消化和吸收,不利于身体的恢复。在术后两天内,患者可以选择一些易消化、营养丰富的食物,如粥、面条、蒸蛋等。同时,应该多喝水,以促进身体的代谢和恢复。随着身体的逐渐恢复,可以逐渐增加蛋白质的摄入量,多吃蔬菜、水果、瘦肉等。

(作者供职于高州市人民医院普外一科)

煤气中毒急救方法

□刘向龙

煤气中毒是一种常见的中毒现象,由于人体吸入或接触有毒煤气而引发。煤气的特点是无色、无味,高浓度很容易造成中毒。中毒的症状多种多样,而且它的隐蔽性和长期的暴露可能对健康产生潜在影响。了解这些特征可以更好地识别和处理煤气中毒状况,增强人们对中毒风险的意识,并采取相应的预防和保护措施。

确保安全环境

在处理煤气中毒的急救过程中,需要按照一定的步骤和方法进行操作。首先是确保自己的安全,这是非常重要的。在进入中毒环境之前,必须确保煤气泄漏已经停止。关闭煤气阀门或迅速将中毒者从泄漏地点移出,并打开窗户或者门进行通风,以降低煤气浓度。如果进入中毒环境时仍然存在明显的危险,如大量煤气外泄或火源等,应立即拨打急救电话,并等待专业救援人员的到来。在等待救援过程中,千万不要进入潜在的

危险环境。接下来,需要评估中毒者的状况。正确判断中毒的严重程度对于康复非常重要。常见的中毒症状包括头痛、头晕、恶心、呕吐、乏力等。如果中毒症状较轻,中毒者可以尝试进入开放空间,并休息一段时间来恢复体力。

转移患者 将中毒者迅速转移到安全环境是急救的关键步骤。确保中毒者远离煤气泄漏源或受污染的环境,让患者呼吸新鲜空气。如果中毒者处于昏迷状态,应在专业人员的指导下或培训下谨慎转移。对于呼吸困难或心跳停止的中毒者,需要立即实施心肺复苏术,直到医务人员抵

达。进行转移的时候,要确保中毒者的头部、颈部和脊柱处于一条直线上,避免过度弯曲或扭动。同时,要注意避免进一步暴露于有毒物质,采取必要的防护措施。在转移过程中,可以使用担架或其他合适的工具来帮助将中毒者转移,但要确保操作平稳,避免因移动过度或不当而造成二次伤害。

呼叫急救电话

在转移到安全环境后,立即呼叫当地的急救电话或紧急救援服务。向救护人员提供详细的信息,包括中毒者的症状、中毒环境的情况以及所处的位置。如果有经过相关培训的急救员在场,可以请他们提供援助和指导。在等待救援的过程中,根据中毒者的症状和状况,尽可能提供舒适和支持。但需要避免进行具体的治疗,以免出现进一步的并发症。等待救援期间,对中毒者进行观察,随时检查患者的呼吸和循环情况。

进行急救

在等待急救人员到来的过程中,可以施行一些基本的生命支持措施来保证中毒者的生命和呼吸。检查中毒者的呼吸和脉搏。如果中毒者停止呼吸或心跳已停止,立即进行心肺复苏(CPR)措施,按照相应的培训准则实施急救。如果中毒者仍有呼吸和脉搏,但处于昏迷状态,将其侧卧,以防止呕吐物引起窒息。需要强调的是,对于非专业人员进行急救措施,应在指导下进行。与医疗专业人员合作,提供专业的急救支持是非常重要的,以确保中毒者得到正确的急救处理。

(作者供职于张家口市第一医院急诊科)

阑尾炎的防治

□罗毅

阑尾炎看似是个“小毛病”,在人们的生活中却有着不可小觑的影响。那么,什么是阑尾炎?它有哪些症状?如何治疗和预防呢?

什么是阑尾炎

阑尾炎是阑尾发生的炎症。阑尾又称盲肠,是一条细长弯曲的盲管,在腹部的右下方,位于盲肠与回肠之间,它的根部连于盲肠的后内侧面,远端游离并闭锁,活动范围位置因人而异,变化较大,受系膜等影响,阑尾可伸向腹腔的任何方位。

阑尾炎的症状

阑尾炎的症状可能因人而异,通常有以下几种典型表现:

腹痛

较常见的疼痛位置在

患者右下腹部,这是由于阑尾位于右下腹的缘故。疼痛会逐渐加剧,或在一开始时就非常严重。

恶心和呕吐 由于阑尾炎引起的胃肠道反应,患者会出现恶心和呕吐的症状。

发热 阑尾炎患者出现低热,是由于炎症反应导致身体发热。

腹泻 部分阑尾炎患者会出现腹泻症状,这是由于炎症影响了肠道的正常功能。

如果出现这些症状,且在短期内无法缓解,应立即就医,避免可能的并发症。

治疗方式

阑尾炎的治疗主要有两种方式:保守治疗和手术治疗。

保守治疗 对于轻度阑尾炎患者,可以采用保守治疗,即通过抗生素治疗来控制炎症。这种方法通常适用于病情较轻、症状较轻的患者。在进行抗生素治疗的过程中,患者需要卧床休息,并保持良好的饮食习惯。

手术治疗 对于病情较重或出现并发症的阑尾炎患者,通常需要进行手术治疗。手术方式主要包括开腹阑尾切除术和腹腔镜阑尾切除术。手术后,患者通常需要在医院接受一定时间的康复治疗。

预防措施

对于阑尾炎的预防,大家可以采取以下措施:

保持健康的生活方式

保持健康的饮食习惯,避免暴饮暴食,多吃蔬菜水果等富含纤维的食物,以保持肠道通畅。同时,积极参加体育活动,增强身体免疫力。

注意个人卫生 保持手部清洁,减少细菌的感染。尽量避免在不干净的环境中进食。

保持良好的饮食习惯,避免暴饮暴食,多吃蔬菜水果等富含纤维的食物,以保持肠道通畅。同时,积极参加体育活动,增强身体免疫力。

注意个人卫生 保持手部清洁,减少细菌的感染。尽量避免在不干净的环境中进食。

及早发现并治疗肠道疾病 如克罗恩病、溃疡性结肠炎等肠道疾病,这些都可能增加患阑尾炎的风险。因此,及早发现并治疗这些肠道疾病可以预防阑尾炎的发生。

避免过度劳累 过度劳累可能导致患者身体免疫力下降,从而增加患阑尾炎的风险。因此,适当休息和避免过度劳累是预防

阑尾炎的重要措施。

控制慢性疾病 如高血压病、糖尿病等慢性疾病,可能增加患阑尾炎的风险。因此,控制这些慢性疾病可以预防阑尾炎。

在人们日常生活中,了解阑尾炎的症状、治疗方法以及预防措施,可以帮助大家更好地应对这一常见病。同时,保持良好的生活习惯和健康的生活方式,也是预防阑尾炎的重要途径。

阑尾炎的防治需要从日常饮食、生活习惯等方面入手。如果出现症状,应及时就医并听从医生的建议进行治疗。

(作者供职于湛江中心医院创伤外科)