

重症患者的营养和饮食管理

□黄鲜菊

重症患者是一个特别需要关注和照顾的群体。他们的身体通常较为脆弱,对于营养和饮食的需求也不同于普通人。本文将围绕重症患者的营养和饮食管理展开讨论,希望能够帮助到重症患者及其家属。

营养需求与目标
重症患者的营养需求量较大,因为他们需要更多的能量和营养素来支持身体的恢复。一般来说,蛋白质、碳水化合物和脂肪是主要的能量来源,而维生素和矿物质等微量营养素也是必不可少的。重症患者应摄入高蛋白、高热量、高维生素的食物,以满足身体的需要。

肾病综合征是一种常见的肾脏疾病,以蛋白尿、低蛋白血症、水肿和高脂血症为主要特征。本文将详细介绍肾病综合征的症状及治疗方法,帮助大家更好地了解这一疾病。

肾病综合征的症状
蛋白尿
尿中出现泡沫,且长时间不消失,这是由于尿中蛋白质含量增多导致的。
低蛋白血症
血浆白蛋白减少,会导致水肿、营养不良和免疫力下降。
水肿
水肿常见于下肢、眼睑和面部,严重时累及全身。
高脂血症
血中脂肪含量异常升高,会增加发生心血管疾病的风险。
肾病综合征的病因
肾病综合征的病因多种多样,主要包括:

耳针与头皮针是针灸疗法中的两个重要分支,分别通过刺激耳朵和头皮上的特定穴位来达到治疗疾病的目的。这两种疗法在中医学临床实践中有着广泛应用,均取得了显著的治疗效果。下面,我介绍一下耳针与头皮针的治疗原理、效果及应用。

耳针
耳针也称耳穴疗法,是一种通过刺激耳郭上的穴位达到治疗目的疗法。耳针的理论基础源于中医经络学说。中医认为,耳朵与全身的脏腑器官有着密切联系。
治疗原理
耳针的治疗原理基于耳朵与全身器官的对应关系。中医认为,耳朵是一个微缩的人体,上面分布着许多穴位,这些穴位与全身各个脏腑器官相对应。

尿失禁是什么?尿失禁是膀胱不能维持其控制排尿的功能,尿液不由自主流出的现象。尿失禁会给患者带来活动不便和个人卫生方面的困扰。

尿失禁的危害有哪些
在妇科方面,尿失禁会引起外阴皮肤红肿、痒痛,严重时感染糜烂,反复发生阴道炎、宫颈炎,甚至盆腔炎。
在泌尿系统方面,尿失禁会造成感染、结石,严重时还会影响肾功能。
在性功能方面,尿失禁会使患者恐惧性生活,性能力下降,影响夫妻关系。
发生尿失禁的原因
发生尿失禁的原因有很多,主要有以下几种:
年龄增长
尿失禁的患病率随着年龄

在中医理论中,内科疾病的发生往往与气血不和有关。气血是人体生命活动的基本物质,也是人体各脏腑功能正常运行的能量来源。一旦气血失衡,就会导致脏腑功能失调,引发各种疾病。因此,调理气血是中医治疗内科疾病的重要手段之一。

调理气血的原理
中医认为,气是构成人体和维持人体生命活动的基本物质之一,具有推动、温煦、防御、固摄等作用。血是由水谷精微化生而成,具有濡养、化神等作用。气血在人体内是相互依存、相互制约的,它们之间的关系一旦失衡,就会导致疾病。因此,调理气血的目的是使气保持平衡,恢复脏腑的正常功能。
内科疾病的病因与气血的关系
内科疾病的病因多种多样,很多与气血不和有关。例如,感冒是由于外邪侵犯人体,导致肺

饮食注意事项

食物选择
对于重症患者来说,选择合适的食物至关重要。一般来说,应选择易消化、营养丰富的食物,如新鲜的蔬菜、水果、全谷类食物、低脂的高蛋白食物(如鱼肉、瘦肉、蛋等)。避免食用高脂、高糖、高盐食物,以免加重病情。
进食方式
有的重症患者无法正常进食,需要通过鼻饲、胃管等方式进行营养补充。这时,需要注意食物的质地和温度,避免因食物过硬或过冷而损伤重症患者的食管或胃黏膜;同时,要注意控制进食量,以免加重胃肠负担。

水分摄入
重症患者需要保持足够的水分摄入,以维持身体的新陈代谢。但是,水分的摄入量要适度,以免加重心脏负担。建议根据医生或营养师的建议,控制重症患者的水分摄入量。

特殊情况下的营养与饮食
昏迷患者
昏迷患者无法正常进食,需要通过鼻饲或胃管进行营养补充。在这种情况下,需要注意食物的质地和温度,以及进食量。同时,要避免发生食物反流或误吸,以免引起吸入性肺炎。建议定期监测昏迷患者的营养状况,以便及时调整营养供给方案。

遗传因素
部分患者存在家族遗传倾向。
免疫系统异常
系统性红斑狼疮等自身免疫性疾病可引起肾病综合征。
感染
乙型肝炎、丙型肝炎等病毒感染性疾病,以及链球菌感染等细菌感染,均会引起肾病综合征。

其他因素
药物、毒物及环境因素等均可导致肾病综合征。
肾病综合征的治疗方法
一般治疗
包括休息、饮食调整和对症

治疗。患者应充分休息,避免过度劳累;食用低盐、低脂食物;对水肿、高血压等进行对症治疗。

药物治疗
根据肾病综合征的病因和病理类型,选择合适的药物进行治疗。常用的药物包括糖皮质激素、免疫抑制剂、细胞毒性药物等。药物治疗需要在医生的指导下进行,切勿自行购药。

透析治疗
严重肾病综合征患者可能会需要进行透析治疗,以维持生命。透析治疗包括腹膜透析和血液透析两种方式。患者可根据具体情况选择合适的透析治疗方法。

耳朵上的穴位,可以调节免疫功能,减轻过敏反应,对于过敏性鼻炎、哮喘等有一定的缓解作用。

4.其他。耳针可用于治疗失眠、焦虑、抑郁等,以及消化系统、呼吸系统等相关疾病。
在实际应用中,耳针的操作方法包括针刺、艾灸、贴压等。根据患者的具体病情和症状,医生会选择相应的穴位进行针刺。在治疗的过程中需要注意消毒,以免发生感染。另外,特殊患者,如严重心脏病、糖尿病患者等,应在医生的指导下谨慎使用耳针。

带你了解耳针和头皮针

□胡建磊

头皮针
头皮针也称头针,是一种刺激头皮上的特定穴位来治疗疾病的疗法。头皮针的理论基础是大脑与头皮之间的生理联系。

治疗原理
头皮针的治疗区域主要集中在头皮上,这些区域与大脑的功能区域相对应。通过刺激这些区域,可以调整大脑功能,进而改善与之相关的各种症状。
效果与应用
头皮针主要用于治疗神经系统疾病,如中风的后遗症、小儿脑瘫、面瘫等。头皮针通过刺激大脑的功能区域,促进神经系统

尿失禁的预防和治疗

□李飞飞

肥胖或体重增加
肥胖所增加的重量可以向下挤压盆底组织,使盆底的肌肉、神经和其他组织长期受到应力和牵拉作用的影响而变弱,导致尿失禁。

另外,有的药物会使腹压慢性增高,引起尿失禁。
尿失禁的预防
科学运动
适度的运动可以改善盆底肌肉的弹性和张力,同时加强核心肌群的锻炼也对盆底肌有好处。要适当控制运动的时长和强度。

调理气血 治疗内科疾病

□曹俊霞

调整生活方式
保持规律的生活作息,避免过度劳累,保持良好的心态等,有助于调理气血。中医建议每晚11时前入睡,因为此时是肝脏排毒的时间,也是养血的好时机。

案例分析
以糖尿病为例。中医认为,糖尿病的发生与气阴两虚有关。长期饮食不节、情志失调等会导致脾虚湿阻、瘀血内停等病理性改变,进而引发糖尿病。中医治疗糖尿病的方法包括益气养阴、活血化痰等。常用的中药方剂有消渴方等。同时,中医强调饮食调理和生活方式的调整。通过综合治

疗,不仅可以缓解糖尿病的症状,还可以改善患者的体质,预防并发症。

总而言之,中医认为内科疾病的发生与气血不和密切相关。因此,调理气血是中医治疗内科疾病的重要手段之一。通过饮食调理、运动调理、中药调理、针灸调理和生活方式调理等综合治疗,患者可以恢复气血平衡,症状缓解,提高生活质量。同时,中医强调“治未病”,通过合理饮食、适量运动等保持身体健康。

(作者供职于山东省东营市河口区中医院内二科)

呼吸衰竭患者

呼吸衰竭患者需要保持呼吸道通畅,以免影响进食和消化。在这种情况下,需要注意食物的质地和摄入方式,如选择软食或半流质食物,避免过度进食或过度饥饿。同时,要注意保持呼吸道通畅,避免因进食不当引起窒息或吸入性肺炎。

重症胰腺炎患者
重症胰腺炎患者需要严格控制饮食,以免加重病情。一般来说,应选择低脂、低糖、高蛋白食物(如鱼肉、瘦肉、蛋等),要避免食用辛辣、刺激性食物,以免加重胰腺负担。建议在医生的指导下进行饮食调整。

定期复查

有家族遗传史或慢性病的群体应定期进行肾功能检查,以便早期发现和及时治疗肾病综合征。
避免药物滥用
部分药物可能会对肾脏产生损伤,应避免长期或大量使用。

注意个人卫生
预防感染,特别是与肾脏疾病相关的感染,如乙型肝炎、丙型肝炎等。

总之,了解肾病综合征的症状、病因及治疗方法,对于维护肾脏健康至关重要。通过保持健康的生活方式、积极控制慢性病、定期检查、预防感染等措施,我们可以在一定程度上预防肾病综合征。如果出现肾病综合征的疑似症状,应及时就医,以便早期诊断和治疗。

(作者供职于山东省东营市胜利油田中心医院肾内科)

药物和食物、药物之间是如何相互作用的

□刘长艳

在日常生活中,我们经常会因为生病要服用各种药物。

那么,你是否知道,药物和食物、药物之间会相互作用,从而影响药效,甚至产生不良反应?下面,我们一起来探讨一下这个问题。

我们先来了解药物相互作用的基本概念。简单来说,药物相互作用是指两种或多种药物在体内共同作用,互相影响,导致药效增强或减弱,或者产生新的不良反应。食物中的某些成分也可能与药物发生相互作用,从而影响到药效。

下面,我以柚子这种常见的水果为例,讲一下药物与食物之间的相互作用。柚子中含有一种名为“呋喃香豆素”的成分,这种成分有可能与某些药物相互作用。如果患者在服用某些药物的同时大量食用柚子,可能会导致药物在体内浓度急剧升高,从而引发不良反应,如头晕、恶心、心跳过速等。因此,在日常生活中,要了解相关知识,或服药前咨询医生。

再来说一说大环内酯类药物。这类药物包括红霉素、阿奇霉素等,通常需要空腹服用。这是因为食物会延缓身体对这类药物的吸收,使其血液浓度下降,从而影响疗效。此外,大环内酯类药物还会增加胃酸分泌,与食物一同摄入可能会加重胃部不适。因此,服用大环内酯类药物时,应遵循医嘱,空腹服用。

除此之外,食物中的其他成分也可能与药物发生相互作用。例如,高脂肪食物会促进胆汁分泌,增加身体对某些药物的吸收,而高纤维食物则可能减少身体对某些药物的吸收。某些维生素和矿物质也可能与药物发生相互作用,如维生素C可能会影响身体对铁的吸收。因此,在服药期间,我们应保持均衡饮食,同时遵循医嘱,避免出现不良反应。

为了更好地理解药物相互作用,患者在服药时应仔细阅读药品说明书,了解药物的代谢途径和可能产生的不良反应。同时,患者也应主动告知医生用药情况,以便医生调整治疗方案。

不同药物之间可能存在协同作用或拮抗作用。例如,一些抗凝药物如华法林,如果与某些抗凝素一起使用,可能会增强抗凝效果,导致出血风险增加。因此,当需要同时使用多种药物时,应听从医生的建议,并定期复查凝血功能。

此外,药物相互作用可能会受到个体差异的影响。不同的人对于同一种药物的反应可能存在差异,这可能与基因、年龄、性别、健康状况等多种因素有关。因此,在使用药物时,特别是需要同时使用多种药物时,应充分了解自己的身体状况和药物反应情况。

总而言之,为了确保用药安全有效,我们应该充分了解药物和食物、药物之间的相互作用。同时,我们要认识到个体差异的存在,注意自己的身体状况,听从医生的建议。通过科学用药,我们可以更好地维持身体健康。

(作者供职于山东省临沂市肿瘤医院药物临床试验机构)

防跌倒 护周全

□刘新

跌倒对老年人来说是常见的不良事件。随着老龄化社会的到来,老年人跌倒和跌倒相关伤害问题受到广泛关注。医务人员应根据老年人的具体情况提供个性化的身体活动和锻炼建议,并与跌倒和骨折预防相关的健康教育。

在安全可行的前提下,老年人应规律运动,以预防和改善老年肌少症和心血管疾病,进而间接降低发生跌倒的风险。
中跌倒风险老年人的管理
步态的稳定性下降和平衡功能受损是中跌倒风险老年人的主要问题。医务人员应通过二级预防,针对平衡功能和步态进行个体化运动干预,减少跌倒风险。中跌倒风险的运动干预应聚焦于高老年人的日常生活活动能力。医务人员需要根据老年人的实际情况,协助其进行起立、深蹲、单脚站立等动作的训练,在安全的基础上适当负重或者提高动作难度,从而增强对神经肌肉和骨骼功能的干预效果,改善老年人步态稳定性及平衡功能。

高跌倒风险老年人的管理
高跌倒风险老年人存在严重跌倒损伤或多种跌倒风险因素,还要考虑老年人对跌倒风险的担忧程度、对跌倒原因的认识、对跌倒预防知识的了解等主观跌倒风险因素,将老年人视为跌倒管理的第一责任人,充分体现“以人为本”的理念。在老年人住院期间,建议对≥65岁老年人进行多因素跌倒风险评估。

下面,我介绍一下关于跌倒分级管理的内容。
低跌倒风险老年人的管理
低跌倒风险老年人未来

一年仍有约30%的概率发生跌倒。对低跌倒风险老年人的管理应以一级预防为目标。医务人员应根据老年人的具体情况提供个性化的身体活动和锻炼建议,并与跌倒和骨折预防相关的健康教育。在安全可行的前提下,老年人应规律运动,以预防和改善老年肌少症和心血管疾病,进而间接降低发生跌倒的风险。

研究发现,衰弱在老年群体中的发生率较高,衰弱使老年人反复发生跌倒的概率增加50%。在制订高风险老年人个体化干预方案时,不仅要考虑老年人的步态、平衡能力、认知、肌力、听力、心血管、前庭神经疾病、用药、环境等客观跌倒风险因素,还要考虑老年人对跌倒风险的担忧程度、对跌倒原因的认识、对跌倒预防知识的了解等主观跌倒风险因素,将老年人视为跌倒管理的第一责任人,充分体现“以人为本”的理念。在老年人住院期间,建议对≥65岁老年人进行多因素跌倒风险评估。

下面,我介绍一下关于跌倒分级管理的内容。
低跌倒风险老年人的管理
低跌倒风险老年人未来