

口腔麻醉的不良反应与应对措施

□李思思

口腔麻醉在口腔手术中扮演着不可或缺的角色。口腔麻醉常用于各种口腔手术和诊疗操作,如拔牙、牙周病治疗、口腔修复、种植牙手术、正畸治疗等。在这些手术和操作中,麻醉可以消除患者的疼痛感,使手术顺利进行,提高患者的舒适度和依从性。常见方法包括局部麻醉、神经阻滞麻醉、口服麻醉、笑气镇静等。然而,不少人在口腔麻醉后出现一系列不良反应,以及相应的处理方法。

有哪些不良反应

短暂性的味觉丧失 口腔麻醉会麻醉口腔周围的部分神经,可能导致患者的暂时性味觉或感觉麻木。患者可能在一段时间内品尝不出食物的味道,但是不用过于担心,这是暂时性的。

说话困难 由于口腔麻醉可能

导致舌头和口腔肌肉暂时性无力,患者可能出现说话困难的情况。

喉咙痛或吞咽困难 口腔和喉咙的神经受到麻醉药物的刺激,可能导致患者出现喉咙痛或吞咽困难,通常会在数小时内自行消失。

嘴唇、脸颊或舌头肿胀 有些患者进行口腔麻醉后,出现嘴唇、脸颊或舌头肿胀的情况。这些症状通常会在24小时内自行消退。

头痛 口腔麻醉可能导致患者头痛,尤其是当麻醉药物注入大脑附近时。

呼吸问题 口腔麻醉可能导致患者出现呼吸问题,如呼吸困难或喉头水肿。

应对措施

预防为主 在进行口腔麻醉前,医生会询问患者的过敏史、用药史等,患者要如实回答。患者应告知医生自己的身体状况,以便医生评估风险并采取必要的预防措施。

保持呼吸道通畅 在麻醉过程中,患者应保持平躺,并将头部向后仰,以确保呼吸道畅通;避免在麻醉后立即起身,以免出现直立性低血压。

观察生命体征 麻醉后,医务人员会监测患者的生命体征,包括心率、血压和呼吸频率等,如有异常,应及时处理。

术后注意事项 患者应遵循医生的建议,术后短时间内不要进食或饮水,以免误吸或窒息;如有恶心、呕吐等症状,应及时告知医生。

头痛处理 如果出现头痛症状,患者可以平躺并将头部抬高,以增加脑部的血液回流。如果头痛症状严重,患者应及时告知医生。

感觉异常处理 如果出现嘴唇、舌头或面部麻木等症状,患者不要过于紧张或触摸相应部位,以免症状加重。在大多数情况下,感觉异常会在数小时内自行消退。

过敏反应处理 如果出现呼吸

急促、胸闷、皮疹等过敏症状,患者应立即告知医生。

心理调适 面对麻醉和手术,患者难免出现紧张和焦虑情绪。患者要与医生保持良好的沟通,了解手术过程和注意事项,有助于减轻心理压力。同时,患者保持积极乐观的心态,有助于术后康复。

术后随访 口腔手术后,定期随访非常重要。通过随访,医生可以了解患者的恢复情况,及时发现并处理潜在的问题。

如何预防口腔疾病

在面对口腔麻醉的风险时,我们可以采取一些措施来预防不良反应。但是,要想真正预防口腔问题,还需要我们重视口腔健康管理。

首先,我们要坚持每天刷牙,每次2分钟~3分钟,选择软毛牙刷,使用含氟牙膏;吃完食物后,应及时漱口,减少食物残渣和细菌在口腔中的停留时间。其次,养成健

康的饮食习惯,避免过量摄入甜食、油炸食品和碳酸饮料,以免牙齿受到腐蚀;适当补充钙和维生素D,有利于骨骼和牙齿坚固。再次,定期进行口腔检查也很重要,可以帮助患者及时发现口腔问题并采取相应的措施;如果有口腔疾病(如疼痛、红肿、出血等),要及时就医。最后,一些慢性病(如糖尿病、高血压病等)也可能对口腔健康产生影响,积极控制慢性病,有助于预防口腔疾病。此外,保持愉快的心情、积极的心态,有助于提高免疫力,预防口腔疾病。

综上所述,口腔麻醉虽然有可能引起一些不良反应,但是只要我们做好准备,采取科学的应对措施,就能降低风险,帮助患者顺利度过恢复期。关注口腔健康,从预防做起,愿大家都能拥有健康的口腔!

(作者供职于重庆医科大学附属口腔医院)

慢性阻塞性肺疾病的日常护理

□盛芬

慢性阻塞性肺疾病是一种常见的呼吸系统疾病,以持续的气流受限为特征,通常与长期的烟雾暴露、空气污染、化学物质暴露等因素有关。慢性阻塞性肺疾病患者的生活质量会受到严重影响。因此,慢性阻塞性肺疾病患者日常护理显得尤为重要。本文主要介绍慢性阻塞性肺疾病的日常护理、心理支持、营养管理、康复锻炼,以及预防复发等方法,旨在帮助患者更好地应对慢性阻塞性肺疾病带来的挑战。

日常护理

环境管理 患者要保持居住环境的清洁和通风,避免长时间暴露在烟雾、粉尘等有害物质中。

呼吸锻炼 医生应指导患者进行腹式呼吸、深呼吸等呼吸锻炼,以增加肺容量,改善通气功能。

排痰指导 医生应鼓励患者有效咳嗽,定期变换体位,促进痰液的排出。对于痰液较黏稠的患者,可以使用雾化吸入等方法辅助排痰。

氧疗管理 对于需要氧疗的患者,医生应定期监测血氧饱和度,确保氧疗效果。同时,注意氧疗设备的安全性和舒适性。

心理支持

慢性阻塞性肺疾病患者常常因为呼吸困难、活动受限等症状而感到沮丧和焦虑。因此,患者家属和医生应给予患者充分的关心和支持,帮助他们树立战胜疾病的信心;同时,可以引导患者参加一些感兴趣的活动,如听音乐、阅读等,以缓解心理压力。

营养管理

慢性阻塞性肺疾病患者常常食欲不振,导致营养摄入量不足。因此,患者家属和医生应鼓励患者坚持合理饮食,适量摄入富含维生素的食物;同时,注意摄入足够的水分,保持大便通畅。患者在日常生活中,应遵循清淡、易消化、少食多餐的原则,以稀软、细碎的食物为主,避免摄入过咸、过甜、辛辣、刺激性食物。

康复锻炼

适当的康复锻炼可以增强患者的体质,提高患者的心肺功能。医生应根据患者的实际情况,制定个性化的锻炼方案,如散步、打太极拳、做呼吸操等。在锻炼过程中,患者应注意安全,避免过度劳累。

预防复发

避免诱发因素 患者应尽量避免接触烟雾、粉尘等诱发因素,降低呼吸道感染风险。

定期随访 患者应定期进行肺功能检查,以便医生及时了解病情变化。同时,医生应根据检查结果,及时调整治疗方案,确保治疗效果。

接种疫苗 对于慢性阻塞性肺疾病患者来说,及时接种流感疫苗和肺炎球菌疫苗,可以有效降低呼吸道感染的风险。

教育指导 医生应对患者及其家属进行慢性阻塞性肺疾病相关知识的教育和指导,提高他们的自我管理 and 自我防护能力。

慢性阻塞性肺疾病是一种需要长期管理和控制的慢性病。日常的护理与管理措施,可以帮助患者减轻症状、提高生活质量,延缓病情进展。让我们携手为慢性阻塞性肺疾病患者创造一个健康的未来。

(作者供职于山东省威海市西院)

高血压病作为一种常见的慢性病,不仅影响患者的身体健康,还可能对患者的心理健康造成负面影响。高血压病患者保持心理健康,对于控制疾病和提高生活质量至关重要。

正确认识高血压病 高血压病患者需要全面地了解疾病的相关知识,包括病因、症状、治疗方法等。患者了解疾病的相关知识,可以减少对疾病的恐惧和焦虑,从而保持良好的心态。同时,患者了解高血压病的可控性,有助于树立战胜疾病的信心。

保持健康的生活方式 保持健康的生活方式是心理健康的基础。高血压病患者应该坚持合理饮食,保证营养均衡,控制盐分和脂肪的摄入量,养成良好的作息习惯。患者保持健康的生活方式,可以降低血压水平,减少疾病对身体

的损害,从而增强心理承受能力。

定期监测血压 定期监测血压是管理高血压病的重要环节。定期监测血压,可以帮助患者了解自己的血压状况,及时调整治疗方案,避免病情恶化。同时,定期监测血压还有助于减轻患者的焦虑情绪。

寻求社会支持 社会支持是高血压病患者保持心理健康的重要因素。高血压病患者可以积极寻求家人、朋友、社区等方面的支持,分享自己的感受和困惑。通过有效的沟通,可以减轻患者的孤独

感和无助感,增强其应对疾病的信心和勇气。

培养兴趣爱好 培养兴趣爱好有助于转移患者的注意力,减轻对疾病的关注度。患者参与自己喜欢的活动,如阅读、绘画、听音乐、运动等,可以放松身心,保持心情愉快。同时,兴趣爱好也是社交的媒介,可以帮助患者拓展朋友圈,增强社交能力。

学习放松技巧 学习放松技巧(如深呼吸、冥想、瑜伽等),可以帮助患者缓解紧张的情绪,减轻心理压力。放松技巧可以帮助患者

调整自己的呼吸和心率,达到放松身心的目的。在高压的生活环境中,放松技巧尤为重要,可以帮助患者保持良好的心理状态。

维持良好的人际关系 人际关系的好坏直接影响患者的心理健康。高血压病患者应积极维护自己的人际关系,与家人、朋友、同事等保持良好的沟通和互动。患者积极分享自己的感受和经历,可以获得更多的理解和支持,从而减轻心理压力。同时,良好的人际关系还有助于提升患者的生活质量和幸福感。

□张焕凤

高血压病患者如何保持心理健康

胃炎的“康复之旅”

□于淑娟

胃炎是一种常见病,给许多患者的日常生活带来困扰。面对胃痛、腹胀、恶心等症状,许多人不禁疑惑:我该如何调理,让胃重回健康状态呢?接下来,就让我们一起踏上胃炎的“康复之旅”,探寻维护胃健康的方法。

了解胃炎

首先,我们要了解胃炎的基本知识。胃炎是指胃黏膜发生炎症,可分为急性胃炎和慢性胃炎。急性胃炎多由饮食不当、药物刺激引起,症状较明显,但如果治疗及时,病程较短。慢性胃炎则与生活习惯、幽门螺杆菌感染等因素有关,病程较长,易反复发作。

调整饮食

饮食是胃炎康复的关键。患者应以清淡、易消化、富含营养的食物为主(如瘦肉、鱼类、蔬菜、水果等),避免摄入辛辣、油腻、生冷食物,以免刺激胃黏膜,加重病情;同时,进餐时定时定量,避免暴饮暴食,有助于减轻胃的负担。

规律作息

作息不规律、精神压力过大,也是胃炎的诱因之一。因此,患者在康复期间,应养成良好的作息习惯,保证充足的睡眠时间。此外,患者要学会调节不良情绪,保持乐观的心态,有助于减轻病情。

规范用药

在治疗过程中,药物的作用不可忽视。患者应根据医生的建议,按时、足量服用药物,切勿自行增减剂量或更换药品;同时,注意观察病情变化,及时向医生反馈,以便医生及时调整治疗方案。

定期复查

胃炎的康复需要一定时间,患者需要耐心地配合医生治疗。在康复期间,定期复查是非常重要的。通过胃镜、呼气试验等检查手段,可以使医生了解胃黏膜的恢复情况,以便采取相应的治疗措施。

预防复发

胃炎容易反复发作。因此,预防复发是巩固疗效的关键。患者在康复后,应继续保持健康的生活方式,避免再次受到不良因素的刺激。此外,患者要定期进行体检,及时发现并处理可能引发胃炎的潜在因素,预防复发。

提高认识

普及胃炎的相关知识,提高公众对胃炎的认识,对于预防和治疗胃炎具有重要意义。媒体、社区、学校等,应广泛宣传胃炎的病因、症状、治疗方法等知识,有助于提高群众的健康意识,降低胃炎的发病风险。

总之,胃炎的“康复之旅”需要患者耐心、细心地调整生活习惯,同时积极配合医生的治疗。让我们携手共进,为更多胃炎患者提供关爱与支持,共同迎接健康的未来。

(作者供职于山东省烟台市人民医院消化科)

怎样识别心律失常

□刘艳慧

心律失常是一种常见的心脏病,表现为心脏电活动异常,可能导致患者心动过速、过慢或不规律。本文主要介绍心律失常的识别与日常护理方法。

怎样识别

识别心律失常,主要依赖于患者的症状、体征,以及心电图检查结果。常见的症状包括心悸、胸闷、气短、乏力、头晕等。在体征方面,患者可能出现心动过速、过慢或不规律,以及血压波动等。如果患者出现这些症状和体征,医生应怀疑心律失常的可能性。

心电图检查 是诊断心律失常的重要手段。心电图检查可以记录心脏的电活动,从而判断心脏是否存在异常。常见的心律失常类型包括窦性心动过速、窦性心动过缓、房性期前收缩、室性期前收缩、心房颤动等。对于怀疑存在心律失常的患者,应及时进行心电图检查,以便明确诊断。

护理措施

保证充足的休息时间 心律失常患者应保证充足的休息时间,避

免过度劳累。在病情稳定的情况下,患者可以适当进行轻度活动,如散步、打太极拳等,避免剧烈运动和重体力劳动,以免加重心脏的负担。

合理饮食 心律失常患者应坚持合理饮食,摄入足够的营养。患者可以适当增加富含钾、镁等矿物质食物(如香蕉、菠菜等)的摄入量,避免摄入过多含咖啡因、酒精等刺激性饮品,以免诱发心律失常。

保持良好的心态 心律失常患者应保持保持良好的心态。患者可以选择听音乐、阅读、冥想等方式来放松心情,缓解压力。

遵照医嘱规范用药 对于进行药物治疗的心律失常患者,应严格按照医嘱规范服药。同时,患者要注意药物的不良反应和禁忌证,如有不适,及时就医。

预防措施

控制病因 高血压病、冠心病等慢性病,可能导致心律失常,患者应积极治疗和控制原发病。患者应在日常生活中,定期进行体检,及时发现并处理潜在的的心脏问题。

避免诱因 患者应避免过度劳

累、情绪波动、感染等,养成良好的生活习惯,避免熬夜、吸烟等不良习惯。

规范用药 患者应在医生的指导下,坚持规范使用药物,以免心脏受到损害。

就医指导

对于疑似有心律失常症状的患者,应及时到医院进行检查和治疗。就医时,患者应携带相关资料,以便医生了解病情。同时,患者应积极配合医生的治疗,遵照医嘱进行各项检查。

心律失常是一种常见的心脏疾病,我们需要关注患者的症状、体征,以及心电图检查结果。在患者日常生活中,患者应养成良好的生活习惯,避免诱发因素,坚持合理饮食,保证充足的休息时间。同时,积极预防发病因素非常重要。如果出现疑似心律失常的症状,患者应及时到医院就诊,积极进行检查和治疗。让我们共同关注心律失常问题,为心脏健康保驾护航。

(作者供职于山东省威海市西院)

了解跟腱炎的症状和自我护理方法,对于患者及时康复至关重要。本文主要介绍跟腱炎的症状、病因,以及自我护理方法。

什么是跟腱炎

跟腱炎是一种常见的跟腱疾病,主要表现为跟腱周围的疼痛和炎症反应。中医认为,跟腱炎属于痹证范畴,以肌肉、韧带的僵硬和疼痛为主要症状。

主要症状

跟腱部位疼痛 患者通常感到跟腱部位疼痛,可能是钝痛、胀痛或刺痛感。

跟腱周围肿胀 患者受累跟腱周围可能有肿胀症状,触摸时有明显的疼痛感。

行走困难 受跟腱疼痛的影响,患者可能出现行走困难或跛行。

晨起僵硬 患者晨起时,跟腱部位较僵硬,活动后会逐渐好转。

局部发热 患处可能有发热的现象,手摸跟腱时明显感觉温度较高。

发病原因

中医认为,跟腱炎主要由外感风寒湿邪侵袭,导致气血运行不畅,瘀滞于跟腱部位引发疼痛和炎症。此外,生活作息不规律、情绪不畅、饮食不节等,也可能成为诱因。

护理方法

注意保暖 保持患处温暖,有助于促进气血流通,加速受损组织修复。患者可适当使用热敷或热水浸泡足部。

局部按摩 适当力度的按摩,可以促进局部血液循环,缓解患者疼痛和肿胀程度。患者按摩特定穴位,能促进跟腱周围气血运行,缓解跟腱炎症状。足三里穴位于膝盖下方凹陷处。按揉此穴,具有调养脾胃、强壮固表的作用。昆仑穴位于脚后跟。按摩昆仑穴,对治疗跟腱炎有一定效果。

中药泡脚 患者用热水泡脚,有利于全身气血运行,可以疏通经络、舒筋活血,对缓解跟腱炎症状具有一定效果。在泡脚水中,添加适量的中药,如当归、川芎等,能够增强调理效果。

膏药敷贴 中医认为,使用膏药对跟腱部位进行敷贴,具有消炎镇痛、活血化痰的作用。

适度活动 坚持适度运动对于跟腱炎的康复十分重要。需要注意的是,在疾病急性期,患者应避免剧烈运动,降低跟腱再次受损的风险。

调整饮食 在中医治疗中,饮食调理是一种重要的自我护理方法。跟腱炎患者应避免摄入辛辣、刺激性食物,以免伤害脾胃,加重湿热之邪。患者应适量摄入新鲜的蔬菜和水果,因为新鲜的蔬菜和水果富含维生素,有助于调理身体气血,改善跟腱炎症状。

对于跟腱炎,中医具有独特的认识和治疗方法。患者在了解症状的基础上,可以选择自我护理方法加速康复。此外,患者养成良好的生活习惯,坚持合理饮食和适度运动,可以降低疾病复发和加重的风险。

(作者供职于河南省信阳市平桥区中医院)

注射针剂的并发症

□李勤

注射针剂作为一种医疗手段,广泛应用于各种疾病的治疗和预防。然而,在注射针剂后,患者可能出现一些并发症。了解这些可能出现的并发症及处理方法,对于确保患者安全和医疗质量至关重要。

局部疼痛 注射后局部疼痛是常见的并发症之一。疼痛通常是由于针头刺激皮肤和组织引起的,多数情况下轻微且短暂。处理方法包括轻轻按摩注射部位,以促进血液循环和缓解疼痛;根据个体差异,选择冷敷或热敷。若疼痛持续或加剧,患者可适量使用止痛药,如布洛芬、双氯芬酸钠等。

局部红肿 注射后局部红肿,通常是由于药液刺激或过敏反应引起的。轻度红肿可自行消退,若红肿症状持续加重或伴有其他症状,患者应及时就医。处理方法包括保持注射部位清洁、干燥,避免感染,可以局部冷敷,减轻红肿症状。

过敏反应 过敏反应是较为严重的并发症之一,可能表现为皮疹、呼吸急促、头晕等症状。一旦出现过敏反应,患者应立即到医院就诊。处理方法包括保持注射部位清洁、干燥,避免感染,可以局部冷敷,减轻红肿症状。

药物不良反应 药物不良反应是由于药物本身或个体差异引起的。不良反应可能表现为发热、寒战、恶心等症状。处理方法:在注射前,医务人员要详细了解药物说明书和患者的过敏史;在注射过程中,密切观察患者的反应;一旦出现不良反应,应立即停药;根据不良反应的类型和程度,进行相应的处理。

总之,在注射针剂后,可能出现并发症,医务人员和患者应了解这些并发症及其处理方法。严格遵守操作规范,加强沟通与观察,及时处理异常情况,可以有效降低并发症的风险。

(作者供职于河南省郑州市爱美丽整形医院)