

# 脑积水引流术的应用和意义

□刘恒超

随着医学技术的飞速发展，神经外科在治疗脑积水方面取得了显著进步。在神经外科领域，脑积水引流术是一项至关重要的治疗手段，它为众多患者带来了重获健康的曙光。这项技术已成为恢复患者生命质量的不可或缺的工具。

## 脑积水的概述

脑积水通常是由于颅内脑脊液不断增多，导致脑室和蛛网膜下腔异常扩大，从而引发一系列临床症状。患者会经历头痛、头胀、头沉、头晕、视力下降、四肢无力等症状，严重时甚至出现肢体行走障碍、认知功能下降、大小便失禁、智力降低等危害。脑积水

的发病原因多样，包括颅内肿瘤、颅脑创伤、脑出血、感染、先天发育异常等，且不分年龄，新生儿和成人皆有可能患病。

## 引流术的原理与目的

脑积水引流术是通过手术将脑室内过多的脑脊液排出，以减轻颅内压，促进脑组织的恢复。这一手术方法主要有两种：脑室外引流术和脑室腹腔分流术。脑室外引流术主要用于急性期的治疗，通过导管将脑脊液引流至体外，快速降低颅内压力。脑室腹腔分流术则更为复杂，需要将引流管从脑室穿过皮下隧道，最终引流至腹腔，由腹腔的大网膜进行吸收，形成体内的循环过程。

## 引流术的手术过程

引流术通常在神经外科手术室进行，需要高度专业的技术和设备支持。手术过程包括确定穿刺点、麻醉与消毒、穿刺置管和引流操作。以脑室腹腔分流术为例，医生会在患者的额部或枕部确定穿刺点，进行局部或全身麻醉，并严格消毒手术区域。接着，在选定的穿刺点切开头皮，颅骨钻孔，将引流管置入脑室角，再通过皮下隧道将引流管植入皮下，直至腹腔端植入腹腔。引流操作开始后，脑脊液即从脑室引流至腹腔，由腹腔进行吸收。

## 术后护理与并发症预防

引流术后，患者需要接受密切

的监测和护理，以防止颅内感染、出血等并发症。患者应保持伤口清洁干燥，避免用手触摸或压迫伤口，以防感染或影响愈合。术后饮食应以高蛋白、高维生素、易消化的食物为主，如鱼肉、鸡肉等，以促进伤口愈合和恢复体力。

同时，要保证充足的休息时间，避免过度劳累，以促进身体的全面恢复。

## 引流术的重要性与意义

引流术对于脑积水的治疗具有不可替代的作用。它不仅能够快速降低颅内压，缓解患者的临床症状，还能促进脑组织的恢复，减少并发症。随着医学技术的不断

断进步，引流术的安全性和有效性得到了显著提升，为脑积水患者带来了更多的治疗选择和康复希望。

脑积水引流术作为神经外科的一项重要手术，以其独特的治疗原理和显著的疗效，为无数患者点亮了生命的希望之光。然而，手术的成功离不开医生的专业技术、患者的积极配合和术后的精心护理。因此，在面对脑积水这一疾病时，我们应保持冷静和乐观，尽早前往正规医院接受专业治疗，以期早日康复，重新拥抱健康的生活。

(作者供职于山东省菏泽曹州医院)

骨外科手术是治疗许多骨龄疾病和创伤的重要手段，但术后患者身体较为虚弱，容易出现各种并发症。在这个阶段，中医护理发挥着独特的优势，可以有效帮助患者预防并发症，促进身体的恢复。

## 饮食调节

中医认为“药食同源”，合理的饮食对于骨外科术后患者的恢复非常重要。骨外科术后初期，患者气血受损，脾胃功能也相对较弱。此时应以清淡、易消化的食物为主，如米粥、面条、蔬菜汤等，既能提供一定的能量，又不会给脾胃造成过重负担。

随着身体的逐渐恢复，可以适当增加一些具有补益气血、强筋健骨功效的食物。比如，可食用一些红枣、桂圆，能起到补气养血的作用；食用黑芝麻、核桃等坚果，有助于滋养肝肾，促进骨骼愈合。同时，要注意避免食用辛辣、油腻、生冷等刺激性食物，以免影响伤口愈合或导致肠胃不适。

## 中药外敷与熏洗

中药外敷是常用的中医护理方法之一。针对骨外科术后可能出现的局部肿胀、疼痛等问题，可以选用一些活血化瘀、消肿止痛的中药，如乳香、没药、红花、桃仁等，研成粉末，用适量的凡士林或蜂蜜调成糊状，外敷在手术部位周围。这样能够促进局部血液循环，减轻肿胀和疼痛，加速伤口的愈合。

中药熏洗也是一种有效的护理手段。在术后伤口基本愈合后，可选用一些舒筋活络、祛风除湿的中药，如艾叶、伸筋草、透骨草等，煮水后进行熏洗患处。通过温热的药力和药力的渗透作用，能够放松局部肌肉，改善关节活动度，预防关节僵硬等并发症。

## 穴位按摩与艾灸

穴位按摩可以调节人体的气血运行和脏腑功能。对于骨外科术后患者，可选择一些与骨骼、气血相关的穴位进行按摩。例如，按摩足三里，此穴位具有调理脾胃、补中益气的功效，有助于增强患者的消化功能，促进营养物质的吸收，为身体恢复提供充足的能量；按摩血海穴，能起到活血化瘀的作用，可缓解术后肢体的瘀血肿胀情况。

艾灸同样具有温通经络、散寒止痛、回阳救逆等诸多功效。对骨外科术后患者，可艾灸关元穴、气海穴等保健要穴，以提升人体阳气，增强机体免疫力，预防感冒等外感疾病，同时也有助于促进身体整体的恢复。

## 情志护理

中医强调情志对人体健康的影响。骨外科术后患者由于身体疼痛、行动不便等原因，往往容易出现焦虑、烦躁等不良情绪。这些负面情绪会影响患者的睡眠和食欲，进而延缓身体的恢复进程。

医务人员和家属应给予患者充分的关心和安慰，鼓励患者保持积极乐观的心态。可以通过与患者聊天、播放舒缓的音乐等方式，帮助患者缓解紧张情绪，使其树立战胜疾病的信心。

骨外科术后恢复的中医护理是一个综合性的过程，通过饮食调节、中药外敷与熏洗、穴位按摩与艾灸，以及情志护理等多种方法的协同作用，能够预防并发症，提高患者的生活质量，促进患者早日康复。

(作者供职于山东省东阿县中医医院)

# 骨外科术后康复的中医调护

□王月玲

# 心肌梗死患者康复期的护理方法

□李密

心肌梗死是一种严重的心血管疾病，即使经过急性期的治疗，康复期的心脏保养护理依然非常重要。科学合理的护理措施能够帮助患者改善心脏功能，提高生活质量，降低再次发病的风险。

## 合理饮食调养

康复期患者应遵循低盐、低脂、低糖的饮食原则。减少钠盐摄入量，每日食盐量不超过5克，可有效控制血压，减轻心脏负担。控制脂肪摄入量，尤其是饱和脂肪酸和反式脂肪酸，避免食用动物内脏、油炸食品等高脂肪食物。适量增加不饱和脂肪酸的摄入量，如橄榄油、鱼油等，有助于调节血脂，保护心血管。增加膳食纤维的摄入量，多吃新鲜蔬菜、水果、全谷物等，可促进肠道蠕动，减少胆固醇吸收，预防便秘，避免因用力排便而加重心脏负担。同时，要注意控制每餐的进食量，避免暴饮暴食，遵循少食多餐的原则，防止心脏负荷过重。

## 适度运动锻炼

在医生的评估和指导下，逐渐开展适度的运动锻炼。康复早期可进行一些简单的活动，如床边坐立、缓慢行走等，随着身体状况的改善，逐渐增加运动强度和时长，如散步、慢跑、打太极拳、练习瑜伽等。运动频率一般每周3次~5次，每次运动30分钟左右。运动过程中要注意监测心率、血压等指标，如出现心慌、胸闷、呼吸困难、头晕等不适症状，应立即停止运动，并及时就医。适度运动有助于增强心脏功能，提高心肺耐力，促进血液循环，但必须循序渐进，避免过度劳累和剧烈运动。

## 规范药物治疗

严格按照医嘱按时服用药物，如抗血小板聚集药物(阿司匹林、氯吡格雷等)、他汀类降脂药、血管紧张素转换酶抑制剂(ACEI)或血管紧张素II受体拮抗剂(ARB)、β受体阻滞剂等。这些药物能够有效抑制血小板聚集、降低血脂、稳定斑块、改善心肌重构、降低心脏负荷等，对于预防心肌梗死复发和改善心脏功能具有重要作用。患者不能自行增减药量或停药，如有疑问或不良反应，应及时与医生沟通。

## 心理调适与压力管理

心肌梗死患者康复期往往会面临心理压力和焦虑、抑郁等不良情绪。心理因素对心脏健康有着重要影响，长期的精神紧张、焦虑可导致交感神经兴奋，血压升高，心率加快，加重心脏负担。因此，患者要学会自我心理调适，保持乐观积极的心态。可通过与家人、朋友交流沟通，参加社交活动，培养兴趣爱好等方式缓解心理压力。必要时，可寻求心理医生的帮助，进行心理疏导和治疗。

## 定期复查监测

定期到医院进行复查，包括心电图、心脏超声、血脂、血糖、血压等检查项目，以便及时了解心脏功能恢复情况和各项指标的控制情况。医生可根据复查结果调整治疗方案和护理措施。患者在家中也应学会自我监测，如每日测量血压、心率，观察有无胸痛、呼吸困难、水肿等症状，如有异常及时就医。

心肌梗死患者康复期的心脏保养护理是一个长期而系统的过程，需要患者自身及其家属的共同努力，从饮食、运动、药物、心理等多方面入手，全方位呵护心脏健康，才能更好地促进康复，提高生活质量，降低心血管疾病的复发风险，让患者重新回归健康生活。

(作者供职于山东省烟台桃村中心医院)

# 动态心电图与常规心电图的区别

□王秀玲

心电图作为一种无创性的检查手段，是诊断心血管疾病的重要工具。心电图检测主要分为常规心电图与动态心电图。每种类型都有其独特的特性以及适用的医疗情境。本文将介绍这两种心电图的区别，以及各自在临床上的应用和优势。

## 常规心电图

常规心电图是利用心电图机，从体表记录心脏每个心动周期所产生的电活动变化的图形。这种检查方法简单、安全、无创，且可以重复进行，对患者没有任何不良影响，包括孕妇和胎儿。在进行常规心电图检查时，患者需要平卧，全身肌肉放松，呼吸平静，并保持安静，切勿讲话或移动体位，以避免干扰心电图的波形。

常规心电图的记录时间较短，通常为10秒左右，最长不超过1分钟。因此，它只能反映瞬间的心脏电活动。然而，这一短暂的记录已足够对心脏的电活动进行初步评估，特别是对心律失常、心肌缺血、心肌梗死等疾病的诊断具有重要意义。常规心

电图广泛应用于医院的静态检查，特别是在胸痛、胸闷、心慌等症状出现时，可以迅速发现是否存在心肌缺血或严重的心律失常。

## 动态心电图

动态心电图与常规心电图不同，动态心电图能够连续记录24小时甚至更长时间的心电图资料。这一检查方法能够监测受检者在日常活动情况下，以及身体和精神状况不断变化条件下的心电活动信息，能够提供更全面的心脏电生理情况。

动态心电图检查需要患者佩戴一个便携式的心电图记录仪。这种长时间的监测有助于捕捉到常规心电图不易发现的一过性异常心电图改变，尤其是夜间发作的心律失常或心肌缺血。由于记录时间长，信息量丰富，动态心电图在心律失常的定性和定量诊断、心肌缺血的诊断评估、心脏病患者预后的评价等方面具有显著优势。

## 二者的区别与互补

常规心电图和动态心电图在检查方法、记录时间、信息量、应用范围

等方面存在显著差异。常规心电图具有简单、快捷、方便的特点，适用于医院内的静态检查，可以迅速发现心脏电活动异常。然而，由于记录时间短，它难以捕捉到一过性的异常心电图改变。相比之下，动态心电图具有长时间监测、信息量丰富的优势，能够更全面地了解心脏的电生理情况。这一检查方法适用于对心脏电活动进行长时间监测，特别是在夜间发作的心律失常或心肌缺血的诊断中具有重要作用。然而，动态心电图的结果需要结合患者的日常活动情况进行综合分析，需要专业的医生进行解读。

总之，常规心电图和动态心电图各有特点和优势，在临床上相辅相成，共同为心血管疾病的诊断提供了有力支持。在选择检查方法时，应根据患者的具体情况和检查目的进行合理选择，以实现最佳的诊断效果。

(作者供职于山东省济南市莱芜人民医院)

# 肿瘤术后护理 这些细节不能忽视

□张薇

肿瘤手术是一场与病魔的激烈战斗，而术后护理则是巩固胜利成果、助力患者康复的关键阶段。

严密的生命体征监测宛如坚实的堡垒，时刻守护着患者的生命安全。术后患者身体虚弱，生命体征不稳定，需密切留意。护士定时测量体温、血压、心率、呼吸等指标，以便及时发现异常。体温升高可能提示伤口感染或其他炎症，血压波动或心率、呼吸异常可能是心血管功能不稳定或其他并发症的信号。家属在陪伴时，若发现患者面色苍白、呼吸急促、意识不清等情况，务必及时告知医务人员，及时采取救治措施。

伤口护理则是术后护理的核心战场，保持伤口的清洁与干燥是这场战斗的首要任务。护士依据伤口状况定期换药，查看有无渗液、渗液、红肿、化脓等现象，及时更换敷料并严格消毒。患者及家属要留意避免伤口受压、牵拉，防止伤口裂开。在医务人员指导下，可适当进行伤口周围皮肤清洁，但切勿触碰伤口内部，防止细菌入侵

引发感染。部分患者术后可能安置引流管，要妥善固定，防止扭曲、受压、脱落，密切观察引流液的颜色、量、性质，若有异常及时汇报。

饮食调理是为患者身体续航的关键补给站。术后患者身体消耗巨大，营养补充极为关键。饮食应遵循高蛋白、高热量、高维生素、易消化的原则。如瘦肉、鱼类、蛋类、奶类、豆制品富含优质蛋白质。新鲜蔬菜水果提供丰富维生素和矿物质。初期患者消化功能较弱，饮食宜清淡，少量多餐，随着身体恢复逐渐增加食量与食物种类。同时，要根据患者病情与治疗情况调整饮食，如消化道肿瘤患者可能需要特殊饮食安排，避免刺激性食物。合理的饮食调理有助于患者恢复体力，增强免疫力，为后续治疗奠定基础。

疼痛管理能够缓解患者身心痛苦。术后疼痛是患者常面临的问题，严重影响其身心舒适与康复信心。医务人员会依据患者疼痛程度采用恰当的止痛措施，如药物止痛、物理止痛等。患者及其家属要如实地向护士反馈疼痛情况，以便

调整止痛方案。此外，可通过陪伴、交流、播放舒缓音乐等方式分散患者注意力，缓解疼痛带来的心理压力。

心理关怀是给予患者精神力量的心灵鸡汤。肿瘤患者术后心理往往较为脆弱，易产生焦虑、恐惧、抑郁等不良情绪。家属与护士应给予充分的心理关怀与支持，多与患者沟通交流，倾听其内心感受，给予安慰与鼓励。帮助患者树立战胜疾病的信心，促使他们积极配合治疗与护理。必要时可邀请心理医生进行专业疏导，缓解患者心理压力，使其保持乐观心态面对康复过程。

肿瘤术后护理是一场充满爱与责任的马拉松，每一个护理细节都是途中的重要里程碑。患者、家属、医务人员需携手共进，共同关注术后护理的每一个细微之处，为患者的康复之旅铺设一条坚实而温暖的道路，引领他们走出病痛的阴霾，重新拥抱健康与美好的生活。

(作者供职于中国融通医疗健康集团有限公司淄博一四八医院)

# 护理小技巧 预防产后感染

□王祥霞

产后感染是产妇在分娩后可能面临的健康问题，它不仅会影响产妇的身体恢复，还可能对母乳喂养产生不利影响，严重时甚至会危及生命。因此，了解和掌握预防产后感染的护理小技巧对于产妇的健康非常重要。

## 个人卫生方面

保持会阴部清洁是预防产后感染的关键环节。产后期会有恶露排出，应及时更换卫生纸，一般每2小时~3小时更换一次，以保持会阴部的干爽。每天用温水清洗会阴部1次~2次，清洗时应按照从前向后的顺序，即先清洗尿道口，再清洗阴道口，最后清洗肛门，避

免将肛门处的细菌带到阴道和尿道。清洗完成后，要用干净柔软的毛巾轻轻擦干，保持会阴部的清洁与干燥。

## 伤口护理

如果是顺产且有会阴侧切或撕裂伤，要特别注意伤口的护理。产后应尽量采取侧卧位，避免恶露污染伤口。每次大小便后，要用温水冲洗伤口，并用医院提供的消毒药水进行消毒，按照医嘱定期更换伤口敷料。如果发现伤口出现红肿、疼痛加剧、渗液或发热等异常情况，应及时告知医生，以便进行处理。

剖宫产的产妇则要关注腹部

伤口的愈合情况。保持伤口敷料的清洁与干燥，在咳嗽、大笑或起床时，可用手轻轻捂住伤口，以减轻腹部张力，避免伤口裂开。同样，如果伤口出现红肿、渗液、发热或有异味等情况，要立即就医。

## 环境清洁

产妇的居住环境应保持清洁、安静、通风良好。每天开窗通风至少2次，每次30分钟左右，但要注意避免直接吹风，防止产妇受凉。室内温度宜保持在22摄氏度~24摄氏度，湿度在50%~60%。保持床铺的整洁，经常更换床单、被套等床上用品，减少细菌滋生的概率。

## 休息与活动

产妇产后身体虚弱，需要充足的休息来促进身体恢复。保证每天有充足的睡眠，避免过度劳累。但也不能长时间卧床不起，在产后24小时后，可根据身体情况进行一些简单的活动，如翻身、抬腿等，以促进血液循环，有利于恶露排出和身体恢复。随着身体的恢复，可逐渐增加活动量，如在室内散步等，但要避免剧烈运动。

## 观察恶露情况

恶露是产妇产后子宫蜕膜脱落，含有血液、坏死蜕膜等组织经阴道排出的物质。产妇应密切观察恶露的量、颜色、气味和性状。正常恶

露在产后最初几天为血性恶露，颜色鲜红，量较多，随后逐渐变为浆液性恶露，颜色淡红，量减少。最后变为白色恶露，量更少，持续约4周~6周。如果恶露量过多，超过月经量，或恶露有臭味，伴有发热、腹痛等症状，可能提示存在感染或其他异常情况，应及时就医。

## 避免性生活

产妇产后一段时间内，产妇的生殖系统尚未完全恢复，过早进行性生活容易将细菌带入阴道，引发感染。应经医生检查身体恢复良好后再恢复性生活。

(作者供职于山东省平邑县平邑卫生院)

露在产后最初几天为血性恶露，颜色鲜红，量较多，随后逐渐变为浆液性恶露，颜色淡红，量减少。最后变为白色恶露，量更少，持续约4周~6周。如果恶露量过多，超过月经量，或恶露有臭味，伴有发热、腹痛等症状，可能提示存在感染或其他异常情况，应及时就医。

产妇产后一段时间内，产妇的生殖系统尚未完全恢复，过早进行性生活容易将细菌带入阴道，引发感染。应经医生检查身体恢复良好后再恢复性生活。

(作者供职于山东省平邑县平邑卫生院)

# 多囊卵巢综合征对生育的影响

□吴玉屏

多囊卵巢综合征是一种常见的内分泌失调疾病，尤其在育龄女性中较为普遍。它以长期不排卵、卵巢多发性增大及高雄激素血症为特征，影响着女性的生育能力和生活质量。

## 多囊卵巢综合征对生育的影响

多囊卵巢综合征是妇科内分泌临床中的常见病，占生育年龄女性的5%~10%。其核心问题在于卵泡发育障碍和激素水平紊乱。患者的卵巢内产生过多的雄激素，抑制了卵泡的正常发育和成熟，导致排卵障碍，从而影响生育。此外，高雄激素血症还可能引发月经素乱、多毛、痤疮、肥胖等症状，进一步加重生育困难。

长期不排卵不仅导致生育问题，还可能增加子宫内肿瘤、乳腺癌等雌激素依赖性肿瘤的风险。同时，多囊卵巢综合征患者常伴有胰岛素抵抗和糖代谢异常，这些代谢问题同样会影响生育能力和整体健康状况。

## 全面护理指南

饮食调理 饮食是管理多囊卵巢综合征的重要一环。患者应避免高脂肪、高糖食物的摄入量，如肥肉、巧克力、糖果等，以免加重病情。建议多吃新鲜蔬菜和水果，如菠菜、芹菜、苹果、香蕉等，它们富含维生素和纤维，有助于调节血糖和血脂水平。同时，保持均衡饮食，适量摄入优质蛋白质，如瘦肉、鱼类和豆类。

适当运动 运动对于减轻体重、改善胰岛素抵抗和促进排卵非常重要。多囊卵

巢综合征患者可以选择有氧运动，如慢跑、游泳、骑行等，这些运动有助于促进身体的血液循环，提高代谢水平。运动应循序渐进，根据自身情况制订合理的运动计划，避免过度劳累。

药物治疗 在医生指导下，多囊卵巢综合征患者可以使用药物来调节激素水平，促进排卵。常用的药物包括枸橼酸氯米芬片、来曲唑片、盐酸二甲双胍片等。这些药物可以改善高雄激素血症，促进卵泡发育和排卵。然而，药物治疗应在医生指导下进行，避免自行用药带来的风险。

心理调适 心理调适同样重要。多囊卵巢综合征可能导致患者面临生育压力、身体形象困扰等心理问题。因此，保持轻松愉悦的心情，避免频繁生气，积极寻求心理咨询和支持，有助于缓解心理压力，提高生活质量。

定期监测与随访 多囊卵巢综合征是一种慢性疾病，需要长期监测和随访。患者应定期进行妇科检查、激素水平检测等，以了解病情变化，及时调整治疗方案。同时，保持与医生的良好沟通，及时报告任何不适或病情变化。

多囊卵巢综合征虽然是一个影响生育的疾病，但通过全面的护理和管理，患者仍然可以过上健康、正常的生活。饮食调理、适当运动、药物治疗、心理调适以及定期监测与随访是管理多囊卵巢综合征的关键。

(作者供职于广东省江门市新会区第二人民医院)