

■ 专 科 护 理

医用弹力袜护理要点

□ 秦 晶

如何选择

患者坚持使用医用弹力袜,是下肢静脉曲张及静脉血栓非手术治疗的有效方法。医用弹力袜在脚踝部建立最高压力,顺着腿部向上逐渐递减,防止深静脉血液经交通支反流进入浅静脉,促使静脉血液回流到心脏,防止下肢静脉曲张。保持良好的循环状态,可使患肢沉重、肿胀、疼痛等症状减轻或消失,并促进静脉曲张愈合。

医用弹力袜常用于预防深静脉曲张形成(DVT)。为了保障患者安全,护士应指导患者如何使用医用弹力袜。

在使用医用弹力袜时,患者应选择适合自己的强度和长度。医用弹力袜有低、中、高3种压力,2种基本长度和27种不同大小的规格。医用弹力袜根据压力的大小,有低压预防型(2.4千帕)、一级中压治疗型(2.7千帕~4.0千帕)、二级高压治疗型(4.0千帕~5.3千帕)和三级高压治疗型(5.3千帕~6.6千帕)。低压预防型常用于卧床患者、静脉曲张及血栓高发人群的日常保

健预防;一级中压治疗型患者,适合浅静脉曲张、血栓的治疗与预防;二级和三级高压治疗型患者,适用于大小隐静脉剥脱术后、静脉曲张硬化治疗后、下肢深静脉血栓形成后综合征、严重的下肢静脉曲张等。

医用弹力袜有2种基本长度:膝长型医用弹力袜和腿长型医用弹力袜。膝长型医用弹力袜至膝下3.3厘米,腿长型医用弹力袜至腹股沟下3.3厘米。

膝长型医用弹力袜可以根据需要调节。大隐静脉剥脱术后患者、大腿周径大于65厘米的患者,应使用腿长型医用弹力袜。护士应准确测量患者的两腿周径,选择大小合适的医用弹力袜;如有必要,在腿上做好标记,记录好评估资料,以便将来使用。

使用膝长型医用弹力袜时,护士应测量患者踝部最窄处踝骨以上约2.5厘米和小腿最粗处的周径,

再测量膝盖下到足跟以上的距离;使用膝长型医用弹力袜时,采取同样的步骤,测量患者大腿最粗处和足跟以上到臀部的距离。

如果患者腿部大小有变化,则需要再次测量以保证医用弹力袜舒适合体。例如,水肿患者至少需要每天测量1次,观察是否需要尺寸大一点的医用弹力袜。一般腿部直径增加5厘米,医用弹力袜的压力应增加2倍。

应用评估

护士应详细询问患者的病史、全身状况,并仔细检查患肢,了解患肢的压力点、易脆处,有无开放性切口、皮疹等,评估是否可以使用医用弹力袜,以及正确的使用方法。

适应证 医用弹力袜可用

于不能以主动治疗为终末治疗的下肢水肿者、深静脉血栓后水肿者、下肢淋巴水肿者、下肢静脉曲张者、下肢静脉曲张术后者,以及需要预防下肢深静脉血栓者等。

禁忌证 第三阶段的动脉

功能不全者,禁止使用医用弹力袜,因为压力过高会阻断动脉血液供应。由于医用弹力袜压迫皮下组织的表浅血管,对已经缺血的下肢会有严重的危害。因此,患有严重动脉血管病者和腿水肿的肥胖者禁止使用医用弹力袜。

注意事项 护士应详细询问并检查患者下肢是否有感染及皮下组织炎症、皮肤病患者(如湿疹真菌感染者、静脉曲张溃疡者等)应在完全治愈后使用医用弹力袜。

对于有过敏史的患者,尽管医用弹力袜的过敏反应发生率较低,但是一些产品中可能含有乳胶和其他过敏物质,有可能造成过敏。因此,患者应根据医用弹力袜的制成原料及过敏史选择适合自己的产品。

穿脱方法

患者准备穿医用弹力袜时,注意保持腿部干燥,必要时可涂抹少量滑石粉辅助穿脱。

患者可以将医用弹力袜从袜口卷到足趾处,手掌撑开医用弹力袜,然后以手指为导引,向上拉起医用弹力

袜,穿着时抚平皱褶,可轻轻牵拉医用弹力袜的足尖部分,以保持脚趾良好的活动性。

在休息时,患者可以将医用弹力袜脱下,一般不穿着医用弹力袜睡觉。

在修剪指甲时,患者应

预防足跟皮肤皲裂,避免刮伤医用弹力袜。医用弹力袜不能与酸、碱等化学物品接触,避免损坏弹力袜。

护理措施

患者可以记录医用弹力袜的长度、大小、使用日期和时间,治疗前腿部状况(如记录腿围等),评估水肿程度。

患者要检查医用弹力袜的凸出或歪曲部分,这些有可

能引起止血效应。如果有骨凸起或残疾需要支持,可用合适的软垫,观察并预防并发症。患者要记录腿部的肤温、肤色、感觉、湿度和运动能力,以及对治疗的忍耐度,发现异

常及时报告医生。

患者要做好患肢的皮肤护理,保证穿着舒适,提升治疗效果。非手术治疗的下肢静脉曲张患者,应长期坚持使用医用弹力袜;深静脉血栓急性

期后的患者,坚持使用医用弹力袜3个月以上甚至更长的时间,可以有效保护浅静脉和交通静脉瓣膜的功能,减轻或消除其症状。

医用弹力袜在周围血管

疾病的治疗中起到药物和手术起不到的作用,已广泛应用于临床。由经验丰富的护士进行指导和评估,可以防止使用医用弹力袜的患者遇到不必要的麻烦。

要点总结

医用弹力袜可以辅助下肢静脉曲张及静脉血栓治疗。因此,正确使用与护理十分重要。

选择与适配 护士应根据患者的情况选择医用弹力袜尺寸、压力等级(低压预防至三级高压治疗)及长度,准确

测量患者腿部的周径。水肿患者需要每天测量,并按需调整尺寸。

评估与禁忌 护士要评估患者的病史、皮肤状况,医用弹力袜禁用于动脉功能不全者、下肢缺血者或严重肥胖水肿者。有过敏史者应选择无

过敏原的产品。

穿脱方法 护士应指导患者正确穿脱医用弹力袜,保持平整、干燥,必要时用滑石粉辅助穿脱,睡觉时脱下。

护理与监测 护士要定期记录患者的腿部状况,观察医用弹力袜状态,预防皮肤损伤

或循环障碍。长期使用医用弹力袜者,需要严格的皮肤护理,定期评估并调整护理方案。

教育与管理 护士要向患者解释医用弹力袜的作用、用法及注意事项,强调长期使用的重要性。深静脉血栓患

者在急性期后至少穿3个月医用弹力袜。

医用弹力袜的正确使用,需要护士的细致护理。正确操作可以减少并发症,改善患者的生活质量。

(作者供职于郑州大学第一附属医院)

小发明

笔者设计的腮腺区可充气式加压绷带,是专门为腮腺手术后患者设计的医疗辅助设备,适用于腮腺手术后需要加压包扎的患者。该设备利用U字形气囊的充气加压功能,可以根据患者的具体情况进行自由调整,提供个性化术后护理服务。其主要功能包括压力调节、舒适度提升、术后观察便捷,以及减少术后并发症。

主要特点

自由拆装U字形气囊 根据患者术后的具体情况,可以自由拆装U字形气囊,方便医务人员进行操作。

气囊形状可调节 根据患者术区的切口形态,调整气囊形状,确保加压效果。

压力的调节与测定 通过充气装置,医务人员可以精确调节气囊压力,并实时监测压力值,确保加压效果适中。

提升患者舒适度 在设计时,笔者考虑了患者的舒适度,绷带材质柔软透气,并且可以通过可视窗口观察耳郭血运情况,确保术后恢复良好。

减少术后并发症 有效的加压包扎设计,可以降低患者涎腺瘘的发生率,减少医疗资源的浪费,缩短患者的平均住院日。

产品结构

固定带 由弹性、透气性佳的氨纶纤维材料构成,确保佩戴舒适。

耳朵侧开口 便于患者耳部的通风和观察。

可调控魔力贴 方便调整绷带的松紧度,适应不同患者的需求。

下颌垫 提供额外的支撑,增加患者的舒适度。

U字形气囊盛放袋 用于放置U字形气囊,确保气囊位置准确。

纽扣装置 可以将U字形气囊固定在固定带上,便于左右两侧腮腺的加压。

充气装置 用于调节气囊压力,确保加压效果。

U字形橡胶气囊 通过充气实现加压功能,气囊内侧设有敷料区,采用生物光素等医用敷料,促进伤口愈合。

可视窗口 通过拉链设计(15厘米~18厘米),医务人员可以随时查看患者术区情况,确保术后恢复良好。

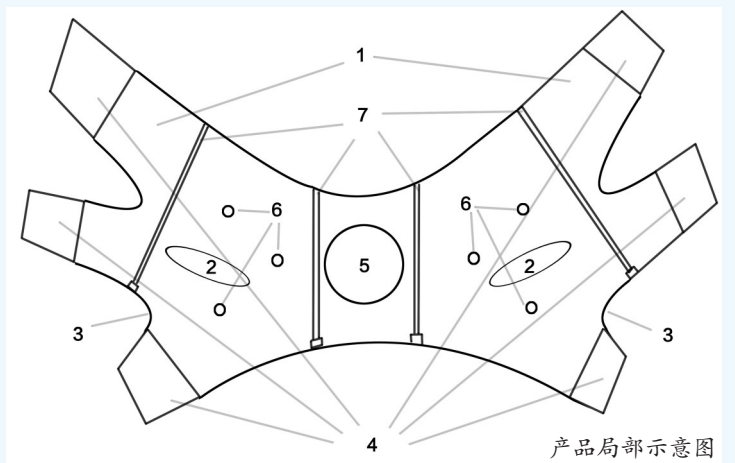
根据患者的病变位置,将U字形气囊通过纽扣连接于固定带上,置于左侧或右侧腮腺加压区内。依据患者的病情及术区的状况,通过充气装置调节合适的压力。医务人员通过可视窗口,可以随时观察患者术区情况,确保术后恢复良好。

产品优势

根据患者的具体情况,灵活调整气囊形状和压力,确保术后恢复效果。采用透气性佳的氨纶纤维材料,提升患者佩戴的舒适度。通过有效的加压包扎,减少涎腺瘘的发生率,减少医疗资源的浪费。通过可视窗口,医务人员可以随时观察患者术区情况,确保术后恢复良好。

这种可充气式加压绷带是一款集舒适性、实用性和高效性于一体的术后护理产品。其独特的设计和功能,能够有效提升患者的术后恢复质量,减少并发症,同时减少医疗资源的消耗,具有较高的临床应用价值。

(作者供职于新乡医学院第一附属医院)



1. 固定带
2. 耳朵侧开口
3. U字形气囊盛放袋
4. 可调控魔力贴
5. 下颌垫
6. 纽扣装置
7. 拉链

加强管理 重视预防 延伸服务

——叶县卫生健康委心理健康宣讲进校园活动侧记

本报记者 王 平 通讯员 王 倩 程小可 文/图

“同学们好,我是叶县中医院的心理治疗师孙笑颖,今天我为

大家带来《稳定情绪 绽放青春》的心理健康公益教育课……”2

月21日,由叶县卫生健康委组织,叶县人民医院、叶县中

医院、叶县精神病医院、田庄乡卫生院5家医疗机构组成的心理

健康进校园宣讲团,走进田庄乡张申

小学,为百余名师生讲授了一节心理

健康课。授课专家通过现场互动、引导学

生参与课堂体验,各年级教师则在后排



叶县中医院的心理治疗师孙笑颖正在讲课

真听课、记录笔记。精彩的内容赢得大家的阵阵掌声。“这是今年走进校园的首期活动。”田庄乡卫生院院长、副主任医师庆寿康说。

张申庄小学班主任王丹丹告诉记者,心理健康宣讲团队入校普及健康知识十分必要。

因农村留守儿童、单亲家庭孩子较多,许多学生受家庭环境影响,出现性格内向、孤僻、不善交流、学习专注力不足等问题,直接影响身心健康。作为班主任,她常在课堂中融入心理健康内容,“虽然不够专业,但效果显著”。她举例称,班内一名12岁男孩上课时常借故外出,经了解发现,其父母常年在外务工,仅春节短暂返乡,平日由爷爷独自照料。“孩子虽然衣食无忧,但是内心缺乏温暖与正确引导。爷爷的教育方式简单粗暴,长期积累致其逆反。”通过查阅资料,王丹丹在授课中对该学生进行心理疏导并给予鼓励,现在情况已明显改善。

张申庄小学校长董春豪说:“心理健康教育公益课,通过科学引导与温暖陪伴,帮助学生以坚韧心态面对成长挑战。未来我们将与宣讲团建立长期合作关系,定期邀请专家授课,为孩子们营造身心健康的学习环境。”

“未病先防很关键,从青少年开始进行心理健康教育和疏导,非常重要。”庆寿康强调,青少年心理健康教育意义深远。

为了促进学生身心健康,去年11月,叶县卫生健康委牵头,组织医疗机构的专家成立心理宣讲小组,根据学生的心理发展特点和身心发展的规律,有针对性地实施心理健康教育,面向少数具有心理、行为问题的学生开展有针对性的心理咨询、行为矫正教育和辅导(包括学习适应问题,如考试焦虑、学习困难、注意力不集中、厌学等;情绪问题,如抑郁、恐惧、焦虑、紧张、忧虑等;常见行为问题,如多动、说谎、打架、胆怯等;身心疾患,如神经衰弱、失眠、疑心症、神经性强迫症等)。

通过活动,使学生对心理健康教育有积极的认识,心理素质逐步得到提高,充分启发和调动学生的积极性。

叶县卫生健康委党组书记、主任杨小鹏说,为了进一步加强未成年人心理健康教育工作,全面提高心理健康管理水平,提高学生心理素质,强化心理健康工作,叶县成立了未成年人心理健康教育指导领导小组以及指导专家组,负责统筹规划、协调全县未成年人心理健康教育培训和指导活动。

小组成员分赴全县18个乡镇、街道的中小学校,开展未成年人心理健康宣讲。宣讲小组计划一年内分2批~3批完成全县25所初中及200余所小学的心理健

康教育。目前,宣讲小组已经完成了第一批次8个乡镇、街道的13所中小学校心理健康宣讲教育,受益的学生达7000余人。

心理健康宣讲进校园活动,促进了未成年人心理健康教育组织、制度建设和教师队伍

建设。叶县卫生健康委积极配合教育部门开发学校心理健康教育课程,并举行心理健康咨询活动,提升了学生的心理素质,使学生的身心健康得到全面发展。

