

■ 专科护理

骨折外固定患者的居家护理

□黄昭颖 石宁宁

日常观察

每日观察针孔有无红肿、渗液、疼痛等感染迹象,关注患肢远端的感觉及运动情况。如果患者出现伤口红肿、流脓、皮肤破溃,以及神经损伤征兆(如麻木、刺痛或者无力等),外固定架明显松动时,应立即就诊。

每周至少检查一次外固定螺母的松紧度,以防松动,保证外固定架处于正确的位置,防止外固定架的克氏针松脱。

观察外固定支架的完整性。如果外固定支架损坏或变形,患者应及时就医,切勿自行调整或拆卸外固定支架,以免影响治疗效果。

术后护理

**针道清洁与消毒** 患者可以用无菌纱布条缠绕针孔处,每日2次在纱布上滴75%酒精,进行浸润消毒。若出现渗血、渗液,患者应及时采用75%酒精消毒针孔处,更换针孔处纱布,无菌纱布每隔3天更换1次。更换无菌纱布前,采用75%酒精消毒针孔,直至拔针为止。禁止使用手用消毒液等未经医生允许的消毒产品涂抹外架孔。患者也可以在家用具有杀菌功效的喷剂,对钉道进行喷洒消毒。一旦针孔没有渗出物,可以不再使用敷料。注意不要把钉孔周围的痂皮去掉,因其起屏障作用,能有效防止细菌及污物进入钉道。

**保持皮肤清洁** 患者应保持固定支架周围的皮肤清洁,每天用温水和无刺激性的生理盐水清洁固定支架周围的皮肤,避免使用抗菌性软膏、洗剂和喷剂等产品。用柔软的毛巾轻轻擦干皮肤,确保不留湿气。避免让固定支架暴露在潮湿的环境中(如长时间浸泡在水中或被雨水淋湿)。避免固定支架与泥土、灰尘、沙粒等污染物接触,以防止感染或刺激。

日常护理

**预防碰撞** 患者在家中要注意保护受伤部位,避免碰撞到家具或其他物体。活动时,动作要缓慢,防止意外摔倒。

**合理饮食** 患者要增加富含蛋白质、维生素和矿物质食物的摄入量(如瘦肉、蛋类、奶类、新鲜蔬菜水果等),促进骨折愈合。在确保营养供给的同时,患者应保持大便通畅。

**功能锻炼** 患者应遵照医生或康复治疗师的指导,进行适当的康复运动,以加强固定支架周围肌肉的力量,增加关节的活动范围(如轻柔的屈伸运动、旋转运动和逐渐增加的负重运动)。患者要遵循正确的姿势和技巧,并避免过度用力或疼痛。

**心理调适** 患者要保持积极乐观的心态,有助于身体的恢复。家人要给予患者足够的关心和支持。

**按时复查** 患者应按照医生嘱咐的时间定期复查与随访,医生会评估患者的愈合情况,以评估固定支架的稳定性和骨骼的愈合情况,并对固定架进行必要的调整。

**监测体温** 患者要密切观察体温变化,若术后5天内体温没有恢复正常水平甚至更高,应及时就医。

**警惕感染** 患者还要注意有无全身感染情况,以及钉孔周围有无红肿、热痛,以及脓性分泌物,警惕发生钉道感染。如发生感染,患者应立即抬高患肢,停止关节锻炼,及时清除钉道分泌物,保持周围皮肤清洁干燥,及时就诊。

总之,外固定架的家庭护理,需要患者和家属的共同努力,悉心的护理和积极的治疗,能够促进患者早日康复,重新恢复正常的生活。

(作者供职于河南省洛阳正骨医院/河南省骨科医院)

■ 护理感悟

“高需求”患儿的护理

□李林林

2岁的真真因反复发热,最终确诊为急性淋巴细胞白血病。这个消息犹如晴天霹雳,让一个幸福的家庭蒙上一层阴霾。

真真是一个“高需求”患儿(是指那些对父母的关注和照顾有着更高要求的孩子,这类人群通常比较敏感、好奇、活泼,但也容易焦虑、不安、易哭)。每次护理人员给真真抽血时,需要多个人才能摁住她;扎留置针时,真真能把已经扎好的留置针再拔掉;做导管维护时,真真的眼泪能浸湿床单;做穿刺治疗时,10厘米长的骨穿针都能被真真别弯……为此,真真的妈妈不知道哭了多少次。“高需求”患儿的护理是个难题。

根据医嘱,护理人员需要在真真的上臂植入一根长约20厘米的中心静脉管。由于导管末端不能滑出超过2厘米,否则导管将不能使用。护理人员在导管维护时,真真无法配合,躺在床上哭闹,对安抚的话完全听不进去。其他患儿只是初次维护导管时哭闹,通过家属的语言安抚、奖励小零食、看动画片等方式,基本都能舒缓患儿的情绪,知道维护导管一点儿也不疼,后期维护基本都能配合。

而真真就是一个“软硬不吃”的小家伙,无论护理人员怎么安抚,真真都无法配合。后来,只能由真真的妈妈摁着真真置管侧的手臂,真真的奶奶摁着另一侧手臂,真真的爷爷压着真真的腿,护理人员才勉强完成了维护。但是导管维护需要每周一次,如果真真一直无法配合,可能会造成导管的移位或者感染。

作为真真的责任护士,我很犯难,决定解决这个问题。在打听了真真的喜好后,我买了印有奥特曼、小汽车、小猪佩奇等样式的贴画,还买了各种口味的棒棒糖。等到第二次做导管维护的时候,我没有先把治疗车推过去,而是先拿着棒

棒糖和贴画,跟真真玩儿一会儿建立信任关系,然后装作不经意说:“宝宝,你胳膊上怎么有‘小灰灰’呀,阿姨给你洗洗吧!”在真真没有反对后,我才把治疗车推进来。有了上次的经验,虽然我也希望孩子能躺在床上(那样更方便操作),但是可能给真真留下心理阴影,对后期维护不利。

这次,我选择让真真的妈妈把真真抱在怀里,增加真真的安全感,并告诉真真如果配合得好,可以奖励她一个棒棒糖。即便如此,我也不敢掉以轻心。

在不违背无菌原则的情况下,我只能先把周围的贴膜揭去,这样可以减少导管没有贴膜固定的时间,以防在更换过程中,真真突然不配合,造成导管滑脱。可是,真真还是不停地奇声,我只能用比真真哭闹声更大的声音说:“奥特曼是不是会打小怪兽,小怪兽长得丑不丑?”只要真真一搭话,就继续引导孩子往下说。

一次维护下来,真真的嗓子没哭哑,我的嗓子却喊哑了。就这样,我艰难地完成了真真的第二次导管维护。真真明显比上一次表现得好一些。

我原本以为,就这样一周维护一次也行,没想到真真还是个爱出汗的体质。不到2天,真真手臂上的贴膜处已经有很多水珠了,我只能增加更换的频率,好在通过建立信任、增加安全感、转移注意力等方式,后期真真已经可以很好地配合了。

白血病患者大部分时间不需要额外扎留置针,但是在治疗周期里需要扎留置针。对于真真这样的患儿来说,简直是个艰难的工程。患儿体型较小,血管发育不完善,仅手上一根较为明显的血管,关键是患儿的手太小,根本抓不住。我不敢奢望真真有多么配合,还怕她自己拔掉。万幸真真手上那根血管还算粗直。在真真的爷爷协助下,我一针见血,贴膜也被成功地贴上了,但是还没来得及及胶带固定,真真便把手抽走了,迅雷不及掩耳之势,扎上的留置针被拔掉了,我有一种“脑瓜嗡嗡”的感觉……经过短暂的休息,我有了第一次一针见血的经验,家属配合得更好了,接着扎!一气呵成,扎留置针的速度像开了八倍速,在真真反应过来之前,“扎上、粘好、固定上”。毫不夸张地说,如果我现在扎针经验有80分,50分都是真真的给,扎上之后并没有结束,一定把孩子哄好,这样就能淡化扎留置针的痛苦。我相信,下次扎留置针时,真真肯定能更好地配合。

就这样,我陪伴真真完成一次又一次的治疗!经历了将近一年的时间,终于可以结束治疗了,回想刚入科时2岁的真真,在治疗过程中慢慢变得听话懂事,最后恢复健康,我和真真的父母一样开心。

(作者供职于河南省肿瘤医院)

■ 小发明

针对心脏外科术后胸带固定不牢、引流管管理不便等问题,笔者提出一种改良式胸带设计方案。下面,笔者从技术背景、结构创新、功能优势及优化方向等方面,对这种新型装置进行综合分析。

临床需求

传统胸带固定不牢,布条式胸带易受患者体型影响,无法调节松紧度。引流管管理不善,缺乏固定装置,患者移动易导致引流管偏移,增加医护检查难度,因此,在临床应用中需要“稳定固定胸骨及引流管,同时允许患者自主调节松紧度”的新型装置,提升患者的舒适度。

技术创新

**前带与后弹性带:**前带包裹胸部,后弹性带贴合背部,通过可调节固定带(前固定带+后固定带)连接,适配不同体型的患者。

**限位槽与挡片:**前带中部及右侧设开口向上的半圆形限位槽,槽侧通过魔术贴连接的前/后挡片固定引流管,防止滑动。

**医用胶带:**限位槽下方配置胶带,二次固定引流管,增强稳定性。

**弧形槽与透气孔:**后弹性带腋下部分,设有弧形槽提升贴合度,背部透气孔减少汗液积聚。

**可调节固定钩:**扁平球形固定钩插入前带通孔,患者可自行调节松紧度,避免皮肤划伤。

特色优势

**双重固定机制:**魔术贴+医用胶带,确保引流管位置稳定,减少因移动导致的偏移。

**快速检查:**分离魔术贴即可暴露引流口,缩短医护检查时间。

**弹性材质与透气孔:**后弹性带材质及透气孔设计,可以减轻长时间佩戴引起的不适感。

**自主调节:**固定钩与多档通孔设计,允许患者按需调整松紧度,避免过紧或过松。

**限位槽半圆形底面:**贴合胸骨轮廓,提升固定效果,减少术后移位风险。

优化方向

**前带材质:**可考虑采用透气弹性材料,提升稳固性与舒适性。

**魔术贴耐久性:**增加子母贴面积或采用更耐磨的材质,延长使用寿命。

**固定钩设计:**优化固定钩形状(如增加防滑纹)或增加锁扣装置,防止意外脱落。

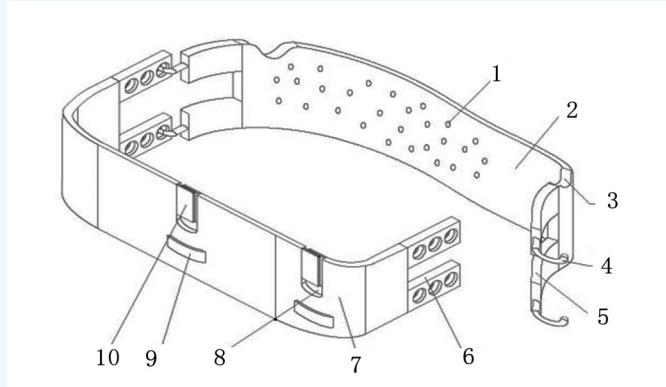
**限位槽开口方向:**可考虑侧方开口设计,便于从不同角度放置引流管。

**集成监测装置:**在限位槽内嵌入传感器,实时监测引流量或异常移动。

**多尺寸适配:**提供不同规格的前带与弹性带,适合不同体型的患者。

该实用新型装置显著改善了传统胸带的固定效果与引流管管理,提升了功能性与舒适性。其模块化设计(如可调节固定带、魔术贴挡片)为临床使用提供了灵活性,符合术后护理的多样化需求。未来,可结合临床反馈情况,进一步优化材质与操作细节,提升整体实用性。

(作者供职于河南省阜外华中心血管病医院)



产品示意图

- |         |         |         |
|---------|---------|---------|
| 1. 透气孔  | 5. 后固定带 | 9. 医用胶带 |
| 2. 后弹性带 | 6. 前固定带 | 10. 前挡片 |
| 3. 弧形槽  |         |         |
| 4. 固定钩  |         |         |

为生命终章注入温度

□任 菁

葛文德在《最好的告别》中曾说:“当医学无法治愈时,帮助患者实现‘微小而重要的人生愿望’才是真正的关怀。”当叙事护理遇上安宁疗护,以故事疗愈生命的终点,用倾听与共情,为临终旅程赋予尊严与温度。

初见贾女士,我便被她那优雅大方的谈吐所吸引,其举手投足间尽显知识分子的风婉气质。然而,这位温柔的女士,却遭受着癌症的无情折磨。她的内心,时常被疾病的阴霾所笼罩,即便花费数万元购置药物,仍然难以抵挡病魔的侵袭。

面对命运的捉弄,贾女士并未轻言放弃,而是决定再次与癌症抗争。这次她选择了新的化疗方案。然而,化疗对她而言,堪称“最不愿意面对的噩梦”。那些药物引发的不良反应,令她痛苦至极,感觉生命的质量在逐渐降低。但是,为了延长生命,给家人带来一丝宽慰,她不得不妥协,踏上这条艰难的路。

化疗那日,我目睹了贾女士的痛苦。随着药物的输注,不良

反应迅速显现,她全身不适,泪水在眼眶中打转。我为她更换液体时,看到她难过的模样,心中五味杂陈。我深知她的痛楚,也明白这种无奈的选择对她意味着什么。

我轻轻坐下,温柔地问:“贾女士,请用一個词语来形容你此刻的心情。”

她沉思片刻,缓缓吐出两个字:“黑色。”

我继续追问:“那么,它给你带来了哪些影响呢?”

她低声说:“它带给我绝望,让我痛苦得看不到活着的希望,对生活失去了兴趣。这与我期望的多姿多彩的生活,有天壤之别。”

我再次问:“那么你觉得这些影响是好还是不好呢?为什么?”

贾女士斩钉截铁地回答:“不好,这绝不是我想要的结果。我注重生命的质量,如果为了苟延残喘而遭受这样的折磨,我宁愿有尊严地活着,哪怕时间不长。这次化疗,是因为爱人和女儿希望我能够多陪伴他们,我才决定努力治疗。但是你也看到了,我真的很难受,很沮丧。”

我紧紧握住她的手,安慰道:“每个人都期望生活充满希望、色彩斑斓,但是人生无常,活着本就不易。我们都在努力活着,面对委屈、艰难,甚至绝望。余华老师曾经说过,‘夜深人静时,人们总把心掏出来缝缝补补,一觉醒来,又是信心百倍。活着,就是要勇往直前,逢山开路,遇水架桥’。再艰难的岁月,也总会熬过去的。”我鼓励她:“黑色总会从你身边褪去,因为它不是人生的主色调。你的人生,由你自己做主。”

贾女士被我的话触动,深有感触地说:“活着很难,但是我们要努力活着,不辜负每一个时刻。缝一缝,还是有希望的。我是自己生命的主宰者,我允许黑色存在,但是我的人生还要有其他颜色。这次化疗结束后,我要好好吃饭,好好休息,享受生活的多姿多彩。”

看到她逐渐释然,我问:“你现在感觉好些了吗?黑色还在

吗?”

她感动地回答:“谢谢你陪我聊了这么多,我好多了,没那么难受了。心里的黑色褪去了,敞亮多了。”

贾女士再次住院治疗时,我见到了憔悴不堪的她脸色蜡黄,身体消瘦。她很虚弱,但是见到我时仍露出了微笑。她说:“住院几天没见到,我还跟我爱人提到你了。上次和你聊过后,我心里很释然。”

我坐下来陪她聊天,问:“如果用一個词来形容你现在的状态,你会用哪个词?”

她平静地回答:“释然吧。”

过了一会儿,她接着说:“这次我知道自己的时日不多了,家人已经尽力了。我心里也明白是这个结果,因此不再纠结了。我只希望能安静地睡去,我已经写了遗嘱,不抢救、不治疗。”

我感慨道:“贾女士,你用实际行动给出了答案——生命的意义在于活出自己的精彩。无论生命长短,都要珍惜当下、享受生活。安静、舒适、有尊严地

谢幕,没有遗憾。”

我又好奇地问:“贾女士,你还有遗憾或者未了的心愿吗?”

她遗憾地说:“我想去云南和布达拉宫旅行,但是现在身体太虚弱了,去不了。”

听到她的心愿,我决心要帮她达成。我制作了视频,将云南和布达拉宫的美景融入其中,配上温暖的解说词。当她出院回家时,我把视频发给她,并在微信里告诉她:“亲爱的贾女士,知道你心中的遗憾后,我想尽自己所能帮你填补。这是我特别为你制作的礼物,希望你能喜欢。愿你被这个世界温柔以待,享受生命中的每一份馈赠和爱。”

她看到视频后非常感动,回复我说:“任菁,你在百忙之中为我精心制作这个视频,我是流着眼泪看完的。我是一个普通的患者,你竟然如此重视我的心愿。我找不出任何语言来表达我此时此刻的心情。我给你深深鞠躬表示感谢,你温暖的语言让我感到了无比的温暖!谢谢你!”

当生命进入倒计时,科室医务人员为贾女士做好躯体关怀(多模式镇痛、症状管理、舒适护理)、心灵呵护(完成心愿),以及家庭疗愈(对家属进行心理疏导和哀伤辅导)。贾女士表示想在家里度过最后的时光,我们同时做了居家关怀的相关指导,让告别成为生命一个温暖的句点。

“你是重要的,即使活到最后一刻,你仍然那么重要,我们会尽一切努力帮助你安然逝去,但是也会尽一切努力让你好好活到最后一刻!亲爱的贾女士,你已经如此坚强地走过了这么长的路。无论接下来的路如何坎坷,你都不会孤单。你的笑容、故事和存在本身,都是值得珍藏的光。请允许我们陪着你,在温柔的时光里看一朵花开、听一阵风吟。生命或许短暂,但与记忆永远会在我们心中生根。好好休息吧,你值得所有的安宁与拥抱。”

“亲爱的贾女士,借此文字来纪念我们相处彼此间激励温暖的光阴,和你做最后的告别,

你选择了安静的、有尊严、优雅

的离开,你的一生就像那句‘生如夏花之绚烂,死如秋叶之静美’的诗词。虽然今天必须和你说再见,但你会一直活在我们心里。以后的日子里,我们会常常想起你,就像你还在身边一样。如果思念有声音,那一定是你轻轻笑着的声音。我们会带着你的爱继续前行,你放心吧!”

在贾女士病逝的一星期后,受贾女士的临终嘱托,贾女士的女儿送给我一个小礼物。贾女士走得无憾,一切都按照她的想法有尊严地谢幕;家人看到她无憾地离开,心里面也很受安慰,没有过度的悲伤。生者带着她的爱,积极面对以后的人生!

(作者供职于河南省黄河三门峡医院肿瘤科)