



胸痛是一种常见的临床症状,可能涉及到多种原因,包括心脏疾病、肺部疾病、胃肠问题等。在急救过程中,护理人员对胸痛患者的评估和管理至关重要,能够及时发现潜在的严重疾病,减少患者的痛苦,甚至挽救生命。本文旨在向大众普及护理人员如何评估和管理胸痛患者的疼痛。

护理人员在急救过程中如何评估和管理胸痛患者的疼痛?

1. 初步评估 当患者出现胸痛时,护理人员首先需要进行初步评估,这包括询问疼痛的性质(如刺痛、压迫感)、位置、持续时间,是否有放射痛(疼痛是否扩散到其他部位)以及是否有伴随症状(如呼吸困难、出汗、恶心)。此外,了解患者的既往病史、药物使用史也非常重要。

2. 物理检查 初步评估后,护理人员应进行物理检查,包括测量血压、心率、呼吸频率和体温,观察患者的皮肤颜色和湿度。通过物理检查,可以帮助护理人员进一步了解患者的状况。

3. 疼痛评分 为了更客观地评估患者的疼痛程度,护理人员通常会使用疼痛评分工具,如0-10的数字评分法,其中0表

示无痛,10表示最严重的痛。通过疼痛评分,护理人员可以更准确地了解疼痛的程度,并据此调整疼痛管理方案。

4. 心电图检查 对于胸痛患者,心电图(ECG)是一项重要的检查,可以及时发现心脏问题,如心肌梗死。护理人员应在初步评估和物理检查后尽快安排心电图检查。

5. 疼痛管理 根据评估结果,护理人员会采取相应的疼痛管理措施。如果疑似心脏问题导致的胸痛,可能会给予硝酸甘油等药物缓解心绞痛。同时,必要时还会给予氧气治疗,以减少心脏的耗氧量。

对于非心脏问题引起的胸痛,疼痛管理将根据具体原因而定。例如,肌肉骨骼

疼痛可能通过物理疗法或口服非甾体抗炎药(NSAIDs)来缓解疼痛。

6. 跟踪和监测 疼痛管理后,护理人员需要继续跟踪和监测患者的疼痛状况,调整治疗方案以确保疼痛得到有效控制。同时,注意观察患者是否有新的症状出现,及时进行必要的检查和处理。

总之,胸痛是一个复杂的临床症状,需要护理人员快速准确地评估和管理。通过上述步骤,可以有效地帮助患者缓解疼痛,避免潜在的严重后果。作为大众,了解这些基本的急救知识,对于发生紧急情况时的自我保护和互助也具有重要意义。

(儋州市人民医院 陈壮妃)

常见细菌感染病例有哪些? 如何通过临床检验鉴定病原体?

细菌感染是指人体被细菌侵入并引起疾病的一种情况。它可以发生在身体的任何部位,包括皮肤、口腔、耳鼻喉、消化道、泌尿生殖系统等。

一、常见的细菌感染病例有很多种,以下是其中一些常见的细菌感染病例:

1. 肺炎是由细菌引起的呼吸道感染疾病。常见的症状包括咳嗽、胸痛、呼吸急促等。严重的肺炎可以导致呼吸衰竭和死亡。最常见的细菌性肺炎病原体是肺炎链球菌。

2. 尿路感染是由细菌引起的泌尿系统感染疾病。常见的症状包括尿频、尿急、尿痛等。如果不及时治疗,尿路感染可能会导致肾脏感染等严重后果。常见的致病菌有大肠杆菌、金黄色葡萄球菌等。

3. 皮肤感染是由细菌引起的皮肤疾病。常见的症状包括疼痛、肿胀、红斑等。严重的皮肤感染可能会导致败血症和其他并发症。最常见的致病菌有金黄色葡萄球菌、链球菌等。

4. 食物中毒是食入由细菌污染的食物引起的消化系统疾病。常见的症状包括腹泻、呕吐、腹痛等。某些类型的食物中毒可以导致严重的健康问题,如中毒性休克和死亡。常见的致病菌有沙门氏菌、大肠杆菌等。

二、如何通过临床检验鉴定病原体,下面是一般步骤:

1. 样本采集:医生会从患者身上采集样本,如尿液、血液、唾液或皮肤组织等。不同类型的感染需要不同类型的样本。

2. 分离培养:采集样本会被接种到培养基上,使细菌得以生长。这个过程可能需要几天或几周的时间,因为细菌需要时间才能形成足够多的菌落以供检测。

3. 鉴定病原体:医生会观察实验室中培养的细菌,分析其形状、颜色和其他特征,从而确定病原体类型。这个步骤通常需要对细菌进行进一步的化学和生物学测试。

4. 抗生素敏感性测试:一旦病原体被鉴定出来,医生会进行抗生素敏感性测试,以确定可以用来治疗感染的最佳抗生素类型和剂量。这个过程通常需要几天的时间。

总之,细菌感染疾病给人们的健康和生活带来了很大的威胁,了解常见的细菌感染病例以及通过临床检验鉴定病原体的方法是非常重要的。保持良好的个人卫生,预防细菌感染,也是对个人健康负责。

(海口市人民医院 韩小胜)

水中有氧运动对老年糖尿病患者的益处

随着人口老龄化的加速,老年糖尿病患者的数量日益增多。糖尿病不仅影响患者的生活质量,还会带来一系列并发症的风险。因此,寻找适合老年糖尿病患者的健康管理方式显得尤为重要。在众多运动方式中,水中有氧运动以其独特的优势,成为了老年糖尿病患者理想的选择。

1. 什么是水中有氧运动?

水中有氧运动,也称为水上健身或水中操,是在水中进行的有氧运动形式。这种运动充分利用了水的浮力、阻力和冷却效应,既能有效提高心肺功能,又能减少运动中可能产生的伤害。

2. 水中有氧运动的益处

①降低血糖:水中有氧运动可以增加肌肉对糖分的吸收利用,从而帮助降低血糖水平。对于糖尿病患者来说,定期参与水中有氧运动有助于控制血糖,减少对药物的依赖。

②提高心肺功能:水中运动能有效提升心肺耐力,增强心脏和肺部功能。对老年糖尿病患者而言,改善心肺功能对预防心血管疾病具有重要意义。

③减轻关节负担:水的浮力可以承受身体重量,减少地面运动对关节和骨骼的冲击,特别适合有关节疼痛或运动能力受限的老年人。

④促进体重管理:通过水中有氧运动燃烧卡路里,有助于体重控制。对于糖尿病患者来说,维持健康的体重是控制血糖的重要因素之一。

⑤增强心理健康:水中运动不仅能够提高身体健康,还能缓解压力、改善情绪,对提高老年糖尿病患者的生活质量有积极作用。

3. 如何安全进行水中有氧运动

①健康评估:在开始水中有氧运动前,老年糖尿病患者应进行全面的健康评估,确保运动方案的安全性和有效性。

②适度原则:运动强度和时间应适合个人的身体状况,避免过度运动导致身体不适。

③监测血糖:运动前后注意监测血糖变化,根据血糖水平调整运动强度和饮食。

④保持水分:虽然在水中运动,但仍需注意补充水分,避免脱水。

总之,水中有氧运动以其独特的益处,为老年糖尿病患者提供了一种安全、有效的健康管理方式。通过定期参与水中有氧运动,不仅可以帮助控制血糖,还能改善心肺功能、减轻关节负担,提高生活质量。因此,水中有氧运动是老年糖尿病患者值得尝试的理想运动方式。

(海南省老年病医院 陈晓庆)

什么是支气管肺发育不良? 家长需注意哪些方面?

支气管肺发育不良(bronchopulmonary dysplasia, BPD)是一种由于早产儿肺发育受损和损伤而导致的慢性肺疾病。出生不久有机机械通气和高浓度吸氧史,患儿呈慢性、持续或进行性呼吸功能不全等一系列问题。了解新生儿支气管肺发育不良及相关注意事项对于家长来说至关重要。本文将介绍新生儿支气管肺发育不良的基本情况,并就家长需要注意的方面进行详细阐述。

一、新生儿支气管肺发育不良的基本情况:

1. 引发原因:支气管肺发育不良的病因复杂,其主要病因及危险因素包括早产、低出生体重、易感性及遗传倾向、吸氧、机械通气、感染等。目前认为BPD的发生是在早产儿肺未发育成熟的基础上,发生高氧损伤、容量损伤、气压伤、感染等,导致瀑布式的继发性炎症反应,大量炎性细胞浸润,导致肺泡与肺血管发育阻滞及损伤后肺组织的修复障碍。

2. 症状表现:最常见的慢性呼吸系统疾病,严重者可并发肺动脉高压,严重影响患儿的呼吸系统、心血管系统,甚至生长发育等。呼吸系统最常见的表现有喘息、气道高反应性、感染、运动耐量下降等症状。

3. 诊断方法:通常通过临床症状、X线检查、呼吸功能检测、超声心动图等多种方法来诊断新生儿支气管肺发育不良。

二、家长需要注意的方面:

1. 保暖:保持室内温度适中,避免过热或过冷,以免影响孩子的肺部健康。

2. 喂养:支气管肺发育不良的新生儿可能需要特殊的饮食。建议咨询医生或营养师,以确保孩子获得足够的营养。母乳喂养可能对孩子的健康有益,但需要确保母亲饮食健康,并避免过敏食物。

3. 保持呼吸道通畅:定期给孩子翻身、拍背,有助于排出呼吸道分泌物,保持呼吸道通畅。

4. 室内空气质量:保持室内空气清新,避免潮湿、烟雾等对婴儿呼吸系统的不良影响。

5. 避免感染:新生儿的免疫系统较为脆弱,因此家长需要加强家居卫生,避免让宝宝接触病毒和细菌,减少呼吸道感染的机会。

总结:新生儿支气管肺发育不良是一种较为严重的呼吸系统疾病,对患儿的健康产生一定影响。家长在日常中需特别注意保暖、喂养、室内空气质量、保持呼吸道通畅、避免感染等方面,以确保患儿得到全面的照顾和治疗。同时,家长也应该积极寻求医生的指导和支持,与医护人员共同合作,为孩子创造一个良好的生长环境,帮助他们尽快恢复健康。

(琼海市人民医院 戚昌丽)

慢性心力衰竭患者如何进行中西医结合治疗以改善心功能?

慢性心力衰竭(CHF)是一种复杂的临床状态,当心脏无法泵出足够的血液以满足身体需要时,就会发生这种情况。中西医结合治疗为患者提供了一种新的治疗途径。

一、中医对慢性心力衰竭的认识

在中医理论中,心力衰竭可归因于“心悸”、“水肿”和“喘证”等范畴。中医强调的是整体观念和辨证论治,针对心衰的治疗,往往从心肾阳虚、气阴两虚、心血瘀阻等多方面进行调理。中药如人参、黄芪、附子等被用于温阳益气,丹参、红花等用于活血化痰。

二、西医对慢性心力衰竭的治疗

西医治疗慢性心力衰竭主要依赖于利尿剂、ACE抑制剂、ARBs、β受体拮抗剂和MRA等药物治疗,以及心脏再同步治疗、心脏移植等手术方法。这些方法主要目的是改善心肌重构、减轻心脏负担、提高心输出量。

三、中西医结合治疗的优势

中西医结合治疗能够取长补短,发挥中医整体调理和西医精确治疗的双重优势。例如,西医的利尿剂能够迅速消除水肿,但长期使用可能会导致电解质紊乱;而中医的温阳利水法能够改善患者全身状况,提高生活质量。

四、如何结合中西医结合进行治疗

1. 药物联合应用:在西医治疗的基础上,结合中医的辨证论治,选择合适的中药方剂进行治疗。例如,对于气阴两虚型心衰,可以使用生脉饮加减;对于阳虚型心衰,可以使用真武汤加减。

2. 非药物治疗:除了药物治疗外,针灸、推拿等非药物治疗方式也可以在心衰治疗中发挥重要作用。例如,针灸可以调整患者的心脏功能,推拿可以帮助患者缓解症状。

3. 生活调理:患者应保持良好的生活习惯,如合理饮食、适当运动、避免情绪波动等。中医强调“治未病”,通过生活调理,可以提高患者的心脏功能。

4. 监测与评估:在治疗过程中,应定期监测患者的心功能指标,如心脏彩超、心衰标志物等,以便及时调整治疗方案。

总之,中西医结合治疗慢性心力衰竭是一种有前景的方法,有助于更全面地改善患者的心功能和生活质量。但需要注意的是,这种治疗方法需要医生的专业指导和患者的密切配合,以确保安全有效。

(文昌市人民医院 王建平)