

血透患者的“生命线”

——内瘘的自我检查和护理

□安晓菊 淮北市人民医院血液透析室

动静脉内瘘是透析患者的重要血管通路,护理质量直接影响到透析品质和患者的生活水平。为预防动静脉内瘘并发症的发生,不仅医护人员,透析患者及其家属也需要掌握正确的护理方法和注意事项,以下是一份详细的科普指南。

一、动静脉内瘘的基本知识

动静脉内瘘是由外科手术精心构建的血管桥梁,将外周动脉直接与浅表静脉连接,使动脉血顺畅流入静脉,增加静脉血流速,为血液透析提供充足而稳定的血流量。这一重要的血管通路,成为透析患者的“生命线”,因此,需要患者和医护人员的共同精心护理,以确保其长期、有效地使用。

二、动静脉内瘘的物理检查和日常护理

内瘘的日常物理检查通常是视、触、听:

- 视诊:**看血管皮肤有无红肿、破溃、硬结等感染征象,胸壁、乳房、肩颈部、颜面部有无肿胀和静脉曲张等中心静脉狭窄或同侧上臂内瘘分流过大的表现。
- 触诊:**将2个-3个手指放在内瘘血管上方,触摸震颤音强弱,从吻合口一直到胸壁。检查内瘘是否通畅,每日2次-3次。
- 听诊:**将内瘘手臂放到对侧耳朵,或用听诊器从吻合口沿血管上移,听血管杂音大小和频率有无变化。

探索支气管哮喘:从症状到治疗的全面科普

□杨娟 德驭医疗马鞍山总医院呼吸与危重症医学科

支气管哮喘(简称哮喘)是一种慢性呼吸系统疾病,以反复发作的喘息、气促、胸闷和咳嗽为主要症状。哮喘不仅影响患者的生活质量,严重时甚至可能危及生命。本文将从哮喘的症状、诊断、治疗及预防等方面进行全面科普,帮助读者更好地了解这一疾病。

一、哮喘的症状

哮喘的症状多样且可能随着病情的进展而变化,主要包括以下几个方面:

- 喘息:**喘息是哮喘最典型的症状,表现为呼吸时发出响亮的哨音。这是由于气道痉挛导致气道狭窄,气流通过时发出的一种特殊声音。
 - 气促:**气促是指呼吸急促,感觉无法充分吸入氧气。哮喘发作时,患者常感到胸闷、气急,以呼气期最为明显。
 - 胸闷:**胸部感到压迫、紧缩或疼痛,可能与呼吸肌过度疲劳和牵拉有关。
 - 咳嗽:**哮喘患者常常伴有咳嗽,尤其是在夜间或清晨发作时更为明显。这种咳嗽可能是干咳,也可能是带有痰液的咳嗽。
 - 其他症状:**如喉咙肿胀、鼻塞、流鼻涕、眼痒、流泪等,这些症状可能在哮喘发作前或发作时出现,提示机体对哮喘刺激的敏感性增加。
- 二、哮喘的诊断**
- 哮喘的诊断通常基于患者的症状、体格检查和相关检查结果,常见

的检查包括:

- 肺功能检查:**通过测量肺活量、气道阻力等指标,评估患者的肺功能状况,哮喘患者常在肺功能检查中表现出气道高反应性。
- 胸部X线检查:**用于排除其他肺部疾病的可能性,哮喘患者的胸部X线检查通常无明显异常,但在哮喘急性发作时,可能观察到肺过度充气、肺气肿等表现。
- 过敏原检测:**通过皮肤点刺试验或血清特异性IgE检测,确定患者是否对特定物质过敏,有助于明确哮喘的诱因。
- 其他检查:**如血气分析、痰细胞学检查等,有助于评估患者的病情严重程度和治疗效果。

三、哮喘的治疗

哮喘的治疗目标在于达到哮喘症状的良好控制,维持正常的活动水平,尽可能减少急性发作。治疗方法主要包括药物治疗和非药物治疗两个方面。

药物治疗

控制药物:主要用于减轻炎症,降低哮喘发作的频率和严重程度。常用的控制药物有吸入性皮质类固醇、长效 β_2 受体激动剂、白三烯受体拮抗剂等。

缓解药物:主要用于迅速缓解哮喘发作时的症状,常用的缓解药物有短效 β_2 受体激动剂、抗胆碱药等。

成和血管狭窄。但锻炼时应避免剧烈运动和过度用力,以免损伤内瘘。

三、动静脉内瘘的并发症及处理

出血:立即按住针眼及上方约1厘米-2厘米处10分钟-15分钟,在24小时内用冰袋冷敷,注意冰袋一定不要放在袋口处。

血肿:推荐采用指压法止血,尤其新建内瘘避免使用止血带,压迫力度要适中,既要达到止血效果,又要避免过度压迫造成血管损伤,又在肿部位放置冰袋或冰块进行冰敷,有助于收缩血管、减少渗血和炎症扩散。但冰敷时间不宜过长,以免冻伤皮肤。

瘀青肿胀:止血24小时后,可以使用热敷理疗的方式,促进瘀青肿胀扩散,72小时后可进行内瘘握球锻炼,促进血肿消散瘀青恢复。外涂“喜辽妥”软膏,并配合热敷或按摩。按摩力度不宜过大,以手背皮肤微微发红发热为宜,也可以进行非热康普或远红外线热疗,亦可联合使用一些中医药,有较好的效果;另外,使用土豆片外敷也可促进瘀青的消散。

感染:避免内瘘感染最主要措施是护士的严格消毒,认真执行无菌技术规范;患者透析结束时压迫止血也要注意无菌操作,用无菌敷料覆盖。患者日常生活中应注意以下事项:建议患者在每次血液透析前,用清水清洗内瘘侧手臂。保持皮

其他药物:如茶碱类药物、抗组胺类药物等,也可用于哮喘的治疗。

非药物治疗

规律生活:保持良好的作息习惯,避免过度劳累,保证充足的睡眠。

合理饮食:保持均衡的饮食,多吃蔬菜水果,少吃油腻、辛辣、容易引起过敏的食物。适量摄入富含蛋白质的食物,如瘦肉、鱼类等。

戒烟限酒:吸烟和饮酒会刺激呼吸道,加重哮喘症状,患者应戒烟限酒。

加强锻炼:适当的锻炼可以增强肺功能,提高身体免疫力,患者可以选择适合自己的运动方式,如慢跑、游泳、瑜伽等。

学会放松和应对压力:压力可能诱发哮喘发作,学会放松和应对压力的方法,如深呼吸、冥想、瑜伽等,有助于减轻压力和焦虑。

自我监测和管理:患者应学会自我监测哮喘症状,如使用峰流速仪监测肺功能,记录哮喘日记等。

四、哮喘的预防

哮喘的预防对于减少哮喘发作、提高患者生活质量具有重要意义,以下是一些常见的预防措施:

避免接触过敏原:如花粉、尘螨、动物皮毛等,是预防哮喘发作的关键。患者可以通过保持室内清洁、定期通风、使用空气净化器等方法减少过敏原的暴露。

肤清洁,干净,透析后穿刺处勿沾湿,浸液,游泳或沐浴最好在下次透析前一日进行,并在穿刺部位贴防水胶布。

内瘘血栓:两次透析之间的体重增加不要超过干体重的3%-5%,如体重增长过多,由于过度超滤,易出现低血压。低血压的出现,会造成内瘘的闭塞,所以应该控制透析期间的体重增长。内瘘血栓形成后,及时使用尿激酶等溶栓药物进行溶栓处理的话,也许可以用药物把血栓“溶化”掉,内瘘血流恢复,继续使用。但是如果耽搁时间过长,药物溶栓没有效果那就只能手术治疗了。所以患者居家请格外关注内瘘的通畅情况,多摸和听震颤情况,一旦出现异常应立即联系医护人员,争取第一时间得到救治。

总之,动静脉内瘘是透析患者的生命线,日常护理和并发症的及时专业的处理,对于透析患者来说至关重要。透析患者应保持内瘘部位的清洁干燥、避免压迫和损伤、正确使用内瘘、适当锻炼,并定期进行自我监测和相关的超声检查。虽然医务人员专业的治疗和护理非常重要,但患者居家安全合理的护理对防治内瘘出血、血肿、感染等并发症的发生,也是至关重要的。通过科学的护理方法和及时的医疗干预,可以有效延长内瘘的使用寿命、提高生活质量。

避免呼吸道感染:呼吸道感染是哮喘发作的常见诱因,患者应注意保暖、增强体质、避免到人群密集的场所等,以减少呼吸道感染的发生。

规律用药:患者应按照医生的指导规律用药,特别是控制药物,以维持病情的稳定。

定期随访:患者应定期到医院随访,评估病情控制情况,及时调整治疗方案。

健康生活方式:保持健康的生活方式,如合理饮食、适量运动、充足睡眠等,有助于减少哮喘急性发作的风险。

五、哮喘的预后

哮喘是一种慢性疾病,目前尚无根治方法,但通过长期规范的治疗和管理,大多数患者的症状可以得到有效控制,肺功能得以维持或改善,预后通常较好,尤其是病程较短、诊断及治疗得当的患者。然而,对于病情较重的患者,可能需要长期治疗和管理,预后相对较差。

总之,支气管哮喘是一种常见的慢性呼吸系统疾病,对患者的生活质量和健康构成严重威胁。通过了解哮喘的症状、诊断、治疗及预防等方面的知识,我们可以更好地认识这一疾病,并采取有效的措施进行防治。同时,患者也应积极配合医生的治疗方式,保持健康的生活方式,以提高治疗效果和生活质量。

中医治疗肿瘤

可以减轻哪些不良反应?

□李仲然 芜湖市中医医院肿瘤科

肿瘤治疗是一个复杂且漫长的过程,患者在接受放疗、化疗、免疫、靶向等现代治疗方法时,常伴随发生诸如恶心、呕吐、疲劳、免疫力下降等不良反应。这些不良反应不仅影响患者的身心健康,还可能影响治疗的持续和效果。中医治疗肿瘤在减轻这些不良反应方面展现出了独特的优势,本文将详细介绍中医治疗肿瘤可以减轻的不良反应及其具体方法。

一、减轻放疗副作用

放疗是肿瘤治疗的重要手段,但常伴有恶心、呕吐、白细胞减少等副作用。中医治疗可通过养血补肾、健脾养胃等方法,有效减轻这些不良反应。

恶心、呕吐:放疗引起的恶心、呕吐症状,严重影响患者的生活质量。中医治疗可使用党参、白术、茯苓等健脾养胃的中药,改善胃肠道功能,缓解恶心症状,同时增强食欲。且针刺、艾灸、拔罐等中医外治法也能通过调节人体的气血运行,减轻恶心呕吐。

白细胞减少:放疗化疗药物可抑制骨髓正常代谢,导致白细胞减少,患者常伴乏力、头晕等症状。中医治疗可采取益气、养血、健脾、补肾、填精等方法,选用八珍汤类方、大补元煎类方等,提高患者的免疫力,促进骨髓造血功能恢复。

手足麻木:某些化疗药物可导致手足麻木等神经毒性反应,中医可通过活血通脉的方法,如针灸、推拿等,改善局部血液循环,减轻患者手足麻木症状。

二、增强免疫力

中医认为,“正气存内,邪不可干”,即人体免疫力强,则不易患病。中药中有大量补益药,如人参、枸杞、黄芪等,能够提高人体正气,即增强免疫力,从而提高机体的抗肿瘤能力。

补益药的应用:人参、枸杞、黄芪等补益药具有补气养血、滋阴生津的功效,能够改善患者的体质,增强机体对肿瘤的抵抗力。

整体调节:中医治疗肿瘤不仅关注肿瘤本身,更注重整体调节。通过调和人体的阴阳平衡,扶正祛邪,提高患者的整体健康水平。

三、促进术后康复

肿瘤患者手术后,往往身体虚弱,伤口愈合慢。中医治疗可以通过健脾益气、补血活血等方法,促进术后伤口愈合,加速身体康复。

中药汤剂:具有健脾益气、补血活血功效的药物能够改善患者的术后营养状况,促进伤口愈合。

中医外治法:针灸、推拿、拔罐等中医外治法也能通过调节人体的气血运行,促进术后康复。

如何选择适合糖尿病患者的麻醉药物?

□杨玉祥 六安市第四人民医院麻醉科

糖尿病是一种常见的慢性疾病,其影响不仅局限于血糖水平的调控,还可能对整个身体的各个系统产生深远的影响。在进行手术或其他医学干预时,麻醉药物和方法的选择变得尤为重要,因为糖尿病患者通常存在多种并发症,例如心血管疾病、肾功能障碍和神经病变等。这些并发症可能会影响麻醉药物的代谢、排泄和效果。因此,在为糖尿病患者选择麻醉药物时,医生需要充分考虑患者的整体健康状况、血糖管理情况及潜在的药物相互作用。

一、麻醉在手术中的重要性

在手术过程中,麻醉剂能够有效地阻断患者的痛觉神经传导,使患者在无痛的状态下接受手术治疗。其不仅可以减轻患者的身心痛苦,且可避免因疼痛引发的应激反应,如血压升高、心率加快等,从而有助于手术的平稳进行。

此外,麻醉还能在一定程度上保护患者的生命安全。在手术过程中,患者可能因各种原因出现生命体征的不稳定,此时,麻醉医生可通过调整麻醉药物的剂量和种类,及时稳定患者的生命体征,确保手术的顺利进行。

二、糖尿病对麻醉的影响

1.生理变化

在高血糖的状况下,糖尿病患者的药物代谢速率可能发生改变。特定麻醉药物的代谢速度可能加快,导致药物在体内存留的时间减少,作用持续时间亦可能相应缩短,其可能对麻醉的深度、持续性产生影响。此外,高血糖亦可能对药物的分布和排泄产生影响,造成药物在体内浓度分布得不均衡,进而可能导致麻醉效果的波动。因此,在进行麻醉操作时,医务人员需密切监测患者的血糖水平,并根据具体情况调整麻醉药物的剂量与种类,以确保麻醉过程的平稳及患者的安全。

2.并发症风险

糖尿病患者在进行麻醉过程中可能遭遇过敏反应、感染等并发症。过敏反应可能由麻醉药物或其附加成分触发,致使患者在麻醉期间出现皮疹、呼吸急促、喉头水肿乃至休克等严重症状。此外,糖尿病患者由于免疫系统功能受损,其抗感染能力相对较弱,使得在麻醉和手术过程中感染的风险增加。感染可能发生在手术切口、呼吸道、泌尿道等多个部位,不仅会影响手术效果和术后恢复,严重时甚至可能危及患者的生命。

三、适合的麻醉药物

1.避免升高血糖的麻醉药物

糖尿病患者血糖水平较高,因此应避免

四、改善生活质量

中医治疗肿瘤不仅关注肿瘤本身,更会注意提高患者的生活质量。通过辨证施治,中医可以改善患者的临床症状,如疼痛、乏力、失眠等,减轻患者的痛苦和心理压力。

辨证施治:中医通过四诊合参,辨证施治,针对患者的具体症状制订个性化的治疗方案。如使用温胆汤类方、泻心汤类方等中药汤剂,缓解患者的消化道症状;使用安神定志丸等中药汤剂,改善患者的失眠症状。

情志调节:中医治疗还强调情志调节,通过中医情志疗法、五行音乐干预、太极拳、八段锦、气功等传统健身术,帮助患者调节心理及情志,进而预防和减轻肿瘤相关不良情绪。

五、预防复发转移

肿瘤患者在手术、放疗后,虽然实瘤已去,但邪气未尽,正气未复,仍存在复发转移的风险。中医可以通过整体调节,扶正祛邪,减少肿瘤的复发和转移。

扶正祛邪:中医治疗肿瘤注重扶正祛邪,通过补益药的使用,提高患者的正气;通过清热解毒、活血化瘀等中药的使用,祛除体内的邪气。

长期调理:中医治疗肿瘤不仅关注短期疗效,更注重长期调理。通过定期服用中药汤剂、中成药等,维持患者的机体平衡,预防肿瘤的复发和转移。

六、注意事项

虽然中医治疗肿瘤在减轻不良反应方面发挥着独特的优势,但患者在使用中医治疗时仍需注意以下几点:

专业指导:中医治疗肿瘤应在专业医生的指导下进行,患者不可自行盲目用药,以免影响治疗效果。

密切监测:在接受中医治疗期间,患者应密切监测身体变化,如出现任何不适症状,应及时告知医生并调整治疗方案。

综合治疗:中医治疗肿瘤应与其他治疗手段相结合,形成综合治疗方案。例如,通过手术、放疗等现代治疗手段杀灭肿瘤细胞,中医辅助治疗减轻不良反应、提高生活质量。

总之,中医治疗肿瘤在减轻放疗副作用、增强免疫力、促进术后康复、预防复发转移、改善生活质量等方面具有独特的优势。然而,中医治疗肿瘤也需要在专业医师的指导下进行,以确保安全有效。同时,患者在使用抗肿瘤中药期间应密切监测身体变化,如出现任何不适及时告知医生并调整治疗方案。通过科学合理的中医治疗,可以帮助肿瘤患者减轻不良反应,提高生活质量,延长生存时间。

针灸能否有效缓解焦虑症状?

□李红 庐江县中医院针灸科

应用,其在国际上的认可度和接受度亦逐渐提升。通过激发机体的自然愈合机制,针灸有助于缓解多种身心疾病,尤其是在焦虑症的治疗领域,其独特的优势和潜力得到显著体现。

三、针灸治疗焦虑症的起源与作用机制

针灸疗法在治疗焦虑症方面的应用,其历史可追溯至古代。彼时,人们通过观察与实践,逐步揭示了针灸在调节人体生理及心理状态方面的独特效能。随着时间的推移,针灸疗法经历了不断完善与发展,其在焦虑症治疗领域的应用亦愈发普及。

针灸的作用原理主要在于通过刺激特定的穴位,调节神经系统、内分泌系统及免疫系统等多方面的功能,以实现缓解焦虑症状的效果。具体而言,针灸能够影响大脑神经递质的释放与平衡,例如血清素、多巴胺等,这些神经递质在情绪调节及行为控制方面扮演着至关重要的角色。此外,针灸亦有助于促进身体放松,缓解紧张情绪,进而帮助患者恢复内心的平和与稳定。

四、经络与腧穴的基础知识

经络与腧穴构成中医理论的核心要素,同时也是针灸疗法治疗焦虑症的根基所在。经络作为人体内气血运行的通道,连接着脏腑,实现内外的沟通以及上下贯穿,是针灸疗法中主要的刺激路径。腧穴则是

经络系统中具有特定位置的点,其分布于人体表面,是针灸疗法中具体施针的精确位置。

经络系统结构复杂且井然有序,主要涵盖十二正经、奇经八脉以及十五络脉等组成部分,它们相互交织,遍布于人体各处,形成一个完整的气血循环网络。每条经络都有其特定的运行路径,并与相应的内脏器官相关联。通过刺激经络上特定的穴位,能够调整相关内脏器官功能。

穴位可细分为经穴、奇穴以及阿是穴等类别,每一类别均具有其独特的特点和功能。经穴,作为经络系统中固定位置的穴位,其位置相对稳定,并且具有特定的治疗效果和适应证;奇穴则指未被纳入十二正经和奇经八脉体系的穴位,这些穴位通常具有独特的治疗功效;而阿是穴则是指在按压时能够引起患者疼痛或舒适感的特定部位,这些部位通常与病变部位存在关联,通过刺激这些穴位,有助于缓解相关病症。

在进行针灸治疗焦虑症的过程中,医师将依据患者的具体症状、体质以及经络腧穴的循行规律,精心挑选适宜的穴位进行刺激。通过调节神经系统、内分泌系统及免疫系统等多方面的功能,旨在缓解焦虑症状、促进身心健康。因此,掌握经络与腧穴的基础知识,对于针灸治

