

不明原因阴道出血如何治疗

□彭 华

不明原因阴道出血可能是排卵期出血、怀孕着床、内分泌失调、创伤、流产、妇科炎症、妇科肿瘤等情况。一般情况下,需及时明确病因,根据疾病的严重程度判断是否需要住院治疗,不能够一概而论。

排卵期出血 在卵泡成熟排卵后,女性体内的雌激素水平通常比较低,若不能维持子宫内膜生长,会出现子宫内膜异常脱落的现象,并阴道少量出血的症状。此时通常出血量较少,会在较短的时间内停止,属于正常生理现象,不需要住院治疗,保持会阴部清洁干燥即可。

胚胎着床 女性受孕7天~10

天时,受精卵在子宫内膜中着床时,会因子宫内膜毛细血管破裂,导致轻微出血的症状。此时通常出血量较少,无其他特殊不适,属于正常生理情况,也不需要住院治疗,观察自身是否出现腹痛、大量阴道出血症状即可。

内分泌失调 若存在内分泌失调的情况,会导致卵巢分泌的雌激素减少,不能维持子宫内膜生长。对于此类患者,若阴道出血的量比较大,可能需要住院治疗,及时止血,如对症口服止血灵胶囊和云南白药胶囊等止血药物,同时在日常生活中应该避免熬夜、坚持锻炼身体、劳逸结合、合理膳食、避免肥胖。

创伤 若女性的外阴部位存在损伤或者有异物存在,有可能导致出血,此时通常疼痛比较明显,应该根据出血量决定是否需要住院治疗。若出血量较小,无需住院治疗,注意伤口处消毒,避免感染,必要时口服头孢菌素类药物等抗生素即可,无需住院治疗。若出血量大,可能需要在出血点上进行血管结扎治疗,以减少出血量,此时通常需要住院。

流产 对于有性生活史的女性,应该考虑是否有流产导致出血,建议进行尿妊娠试验或者进行行人绒毛膜促性腺激素检查,对于生化流产的女性,通常不需要住院治疗,若为其他流产,通常

建议住院,观察胚胎的流出情况,若有残留胚胎组织,可能需要进一步进行清宫治疗。

妇科炎症 若女性本身存在阴道炎症、宫颈炎、盆腔炎等炎症疾病,会因病原体感染,阴道内菌群失衡,导致阴道壁及宫颈部位充血、水肿,此时若受到接触性影响,会出现糜烂、出血等症状。患者一般无需住院治疗,但应该在专业医生指导下进行药物治疗,如局部使用甲硝唑栓剂、口服甲硝唑片等,同时注意个人卫生,勤换内衣,保持会阴部干净、清洁。少数情况出血量大,长时间不能止血,可能需要住院进行治疗。

妇科肿瘤 若存在子宫内膜癌、宫颈癌等妇科肿瘤性疾病,会导致宫颈或子宫壁受到压迫,引起不同程度的阴道出血,还可能导致子宫内膜细胞生长异常,引发阴道出血。此时情况较为严重,建议及时住院治疗,可能需要进行手术,或者遵医嘱进行化疗、放疗等治疗。

因此,若出现不明原因阴道出血,建议及时到医院就诊,通过超声检查、白带检查等明确导致出血的原因,再根据出血的原因,选择适合的处理方法,若情况严重应该住院治疗。

(作者供职于河南省商城县妇幼保健院)

产科中常见的护理问题有哪些

□牟宗香

产科是医学领域中专注于妇产科学的分支,旨在研究和管理产妇和新生儿的健康,在母婴健康、人口增长等方面具重要意义。

产科护理是在产妇产分和产后期提供专业护理的重要领域。产科护理工作需面对各种各样的护理问题,并提供适当护理措施来确保产妇和新生儿的安全和健康。那么产科临床中常见的护理问题有哪些呢?

妊娠期间的护理问题

孕吐 妊娠早期,孕妇普遍会出现恶心和呕吐的情况,其症状可能轻微或严重,并且可能持续数周甚至数月。孕吐不仅给孕妇的身体健康带来负面影响,还会导致营养不良和脱水。因此,积极采取护理措施是至关重要的。建议孕妇少食多餐的餐食,避免

食用刺激性食物,保持摄入充足的水分,并尝试使用中草药或医生推荐的止吐药物进行缓解。

妊娠期高血压综合征 部分孕妇会出现妊娠期高血压综合征,护士需要密切监测孕妇的血压、体重和尿检结果,并及时采取措施防止并发症。

妊娠期糖尿病 对于妊娠期糖尿病患者,护士需要帮助她们管理血糖水平,提供饮食指导和监测血糖。

分娩期的护理问题。

疼痛管理 分娩过程中,产妇通常会经历剧烈的疼痛。有效管理疼痛对于提高产妇的舒适度及分娩效果至关重要。护士可以通过给予药物镇痛、按摩、热敷等手段来缓解产妇的疼痛。此外,还可以提供呼吸控制和放松技巧等

非药物方法来帮助产妇缓解疼痛。

分娩进展监测 在分娩期间,护士需要密切监测产妇的分娩进展情况。常用的监测手段包括宫颈扩张程度、宫缩强度和频率等。通过观察这些指标的变化,护士可以判断分娩进展是否正常,并及时采取相应的措施。

床位卫生 在分娩期间,保持床位的清洁和卫生是至关重要的。护士需要定期更换产妇的床单、衣物等,以防止感染。

定期消毒 定期清洗手术器械和器皿,消毒工具和设备也是必不可少的。

产后出血 产后出血是分娩过程中常见的并发症之一,严重时可能危及产妇的生命。护士需要密切监测产妇的血压和脉搏,

及时发现和处理出血情况。同时,护士还需要给予产妇输液、注射药物和进行适当按摩以促进子宫收缩,控制出血。

产后期的护理问题

外阴和会阴的伤口恢复 在分娩过程中,外阴和会阴区域会受到撕裂或剪切等伤害,需要一定时间来愈合。常见的护理问题包括恶露、疼痛、感染等。对于这些问题,妇女可以采取正确的清洁方法,使用舒适的坐垫,保持干燥和接受医生的监测。

乳房护理 乳房护理是产后期间的重要环节。产妇会面临乳房胀痛、乳头裂伤和乳腺炎等问题。为了缓解这些问题,需要掌握正确的哺乳姿势和按摩技巧,这样可以帮助减轻疼痛和促进乳汁流动。此外,适当换乳垫、使用

温热敷物和保持良好的卫生也是必要的。

恶露管理 恶露是指分娩后子宫内残留物和血液的排出物。在产后期,妇女会面临过多或过少的恶露问题。过多的恶露可能导致感染,而过少的恶露则可能意味着子宫内残留物无法正常清除。通过控制体力活动、遵循医生的建议和保持良好的卫生习惯,可以有效地管理恶露问题。

产科护理工作者在面对各种护理问题时,需要具备专业知识和技能来有效应对。通过与医生、产妇及其家属的合作,产科护理人员可以提供全面的产科护理服务,保障产妇和新生儿的安全和健康。

(作者供职于山东省日照市人民医院)

带你了解乳腺癌术后康复那些事

□张建国

乳腺癌是女性较常见的恶性肿瘤,全球每年新发病例数约为40余万,我国每年乳腺癌新发病例数约为20万。根据中国抗癌协会最新统计,乳腺癌已经成为女性恶性肿瘤中发病率最高的恶性肿瘤。我国乳腺癌的治疗方式以手术治疗为主,结合放疗、化疗、内分泌治疗和靶向治疗等综合治疗。早期乳腺癌患者术后5年生存率可达90%以上,而晚期患者的5年生存率仅为10%~15%。乳腺癌患者术后康复过程中需要注意哪些问题?如何提高术后康复质量?

注意事项

保持良好的心态 乳腺癌患者因疾病本身而产生焦虑、恐惧

等心理,影响机体免疫功能,增加手术风险,降低生活质量,影响疾病预后。家属要与患者多沟通交流,必要时可以寻求医生帮助,给予心理支持和帮助。

合理饮食 乳腺癌患者术后康复过程中,应严格控制饮食中的脂肪及胆固醇摄入量,避免高热量、高脂肪、高糖饮食。同时可以多吃新鲜蔬菜、水果、鱼类等富含维生素和矿物质的食物。

注意保暖 乳腺癌术后患者应尽量避免感冒、淋雨和处在潮湿环境,预防感染。如果出现发热等症状,应及时到医院就诊。

术后康复 手术后24小时之内,可以进行手指和手腕的运动,可以进行伸指、握拳、屈手腕的运

动;在手术后的3天内,可以使用健侧的上肢,或者由别人帮助患者的上肢做屈肘和伸臂等运动,慢慢地将运动幅度增大到肩膀的小幅度的前屈(不超过30度),但是对上臂进行固定;手术后4天~7天,患者以刷牙、洗脸等为主,并用患者的双手抚摸健侧肩和健侧耳根;手术后1周,当皮肤组织基本恢复正常时,可以进行肩膀的运动,并以肩膀为圆心,做手臂的左右摆动;大约10天后,皮瓣与胸壁的结合已经比较牢固,可以逐渐进行手臂各个关节的运动训练。如用手攀握爬墙壁,梳理头发,旋转或滑动绳索等。

如何护理

乳腺癌术后,患者往往面临身心、心理、社会3个方面的挑战,患者在这3方面的生活质量需要通过相关的治疗来提高。此外,患者还需要进行一定的康复锻炼,如康复理疗、康复运动等,这些对患者生活质量都有一定的促进作用。乳腺癌术后的康复锻炼,需要在术后早期开始,可以大大提高患者的生活质量。

心理疏导 乳腺癌是女性的常见恶性肿瘤,发病率逐年增高,对患者的身心健康影响很大。而乳腺癌本身也是一种慢性疾病,需要长期治疗。此外,乳腺癌患者术后出现的局部疼痛、活动受限、淋巴水肿、乳腺肿块等也会给患者带来严重的心理负担。医务

人员应加强患者及其家属对乳腺癌知识的宣传教育,使患者及其家属树立战胜疾病的信心;同时采取措施减轻患者的心理负担,为其创造一个良好的康复环境。

自我监测

乳腺癌患者术后需要自我监测,主要是指自我观察乳房变化情况、胸壁变化情况、乳房功能情况、腋窝淋巴结及下肢水肿情况。患者可以每日记录一次,如果发现异常,如疼痛加重、局部皮肤发红、肿胀等,应及时与主治医生联系。如有不适症状,应及时就诊。

(作者供职于东营市人民医院)

雾化吸入疗法是指用专门装置将吸入药物分散成气溶胶形式,吸气时气溶胶随气流进入呼吸系统的给药方法。常用的雾化器有3种,超声雾化器、喷射雾化器和筛网雾化器。以压缩泵或氧气驱动的喷射雾化器是目前常用的雾化吸入器具。常用的雾化吸入用药包括吸入性糖皮质激素(ICS)、雾化用β₂肾上腺素能受体激动剂、雾化用毒蕈碱型受体阻滞剂、雾化用祛痰药、高渗盐水雾化。下面笔者将介绍雾化吸入在儿童呼吸系统疾病的合理应用。

适应症

过敏性气道炎症 如咳嗽变异性哮喘、支气管哮喘急性发作期及长期控制阶段,另外,变应性咳嗽,还有嗜酸粒细胞性支气管炎等,都可以通过雾化吸入的方式进行治

婴幼儿喘息 如喘息性的支气管炎,还有毛细支气管炎等。

呼吸道感染疾病 如急性会厌炎、急性喉气管支气管炎,还有百日咳等。

呼吸道感染性疾病 如支气管肺炎发育不良。

其他 如支气管扩张症、闭塞性细支气管炎,还有呼吸道感染之后出现咳嗽症状等。

喘息雾化治疗的注意事项

要注意根据患者的实际年龄,还有喘息发作的严重程度,及具体情况,选择适合的药物。同时需要密切监测整个治疗的过程,且评估治疗效果,及时调整药物及用药量。喘息急性发作期可以吸入短效β₂受体激动剂进行治疗,但是要注意间歇性使用,且不能长期及单种药物使用。喘息急性发作期急性发作第1小时,雾化吸入短效β₂肾上腺素能受体激动剂(SABA),根据年龄或体重选择用量,每20分钟1次,连用3次,以后根据治疗反应和病情逐渐延长给药间隔。急性喘息时,在应用SABA雾化治疗同时,可联合使用高剂量ICS。

准备工作

避免过度进食 儿童在进行雾化吸入治疗之前不能吃太多的食物,避免在雾化治疗的过程中出现恶心、呕吐等症状。

清除气道分泌物 儿童气道分泌物较多的情况下,可以采用拍背或者吸痰的方式清除气道分泌物。

清洁面部 家长在给儿童进行雾化吸入治疗之前,要注意先清洁儿童的面部,且不要给儿童涂抹任何的护肤产品,这样可以减少面部药物吸附。

正确组装 儿童在进行雾化吸入治疗之前,家长需要正确给儿童组装面罩、咬嘴及管路喷雾器。

清除异味 新的雾化器会因为残留或者其他的原因产生一些异味,因此使用前可以用放置3分钟~5分钟,这样可以避免在使用中出现恶心或者呕吐等症状。

雾化吸入治疗的注意事项

因为现在有过敏性气道炎症、慢性哮喘的儿童增多。许多家庭购买了雾化机,但在使用过程中需要严格遵循医嘱,并将药物放入雾化吸入器内,同时要注意避免眼部接触药物。儿童可以采用半卧位或者座位的方式进行雾化吸入治疗。在进行雾化吸入治疗过程中,如果出现频繁咳嗽或者喘息加重、心跳加快等症状,需要马上停药,并告知医生,及时处理。

在雾化吸入治疗结束之后,家长要注意将儿童的脸部清洗干净,且让儿童漱口,减少药物在脸上、口腔及咽喉部位沉淀,避免引起细菌感染。如果儿童年龄比较小,也可以采用棉签给儿童清理口腔。喷雾器还有面罩或者咬嘴需要清理干净,且放在干燥的地方存放,方便下次使用。

(作者供职于湖北省武汉市东西湖区人民医院)

早产可能产生哪些并发症

□谭冰玲

临床上将孕期大于28周小于37周就分娩的情况称之为早产。通常情况下,从怀孕到分娩需要40周左右的时间,而早产儿在37周之前就已经分娩结束,会导致早产婴儿的器官和系统尚未充分发育,他们面临着一些潜在的并发症和健康问题。因此,早产儿需要特殊的护理和关注。

可能产生的并发症

呼吸窘迫综合征 早产儿由于肺部未充分发育,可能出现呼吸困难和氧合不良临床症状。

慢性肺部疾病 部分早产儿由于呼吸系统发育尚不完全,无法进行自主呼吸并且可能由于感染导致出现慢性肺部疾病,可能在长期内需要呼吸支持。

温控问题 早产儿的体温调节能力较弱,容易发生低体温。

营养问题 早产儿的消化系统未充分发育,可能面临营养摄取和消化吸收的挑战。

感染风险 早产儿免疫系统尚未完全成熟,对于细菌和病毒的抵抗力较差,容易受到感染,从而引发咳嗽及发热等症状。

发育延迟 早产儿因为先天因素影响,可能在某些生理方面发育较慢,如运动功能及认知发育缓慢。

注意事项

提供良好的氛围 为早产儿提供舒适、温暖、安静的环境,减少刺激和噪音。还可以提供适当保暖措施,如温度适宜的保育箱和保温毯。

对早产儿进行规律监测 密切监测早产儿的呼吸、

雾化吸入的合理应用

□关海燕

对于产妇来说,大多时候既怀揣着对新生命的期待,同时又担心分娩的疼痛,这种恐惧和期待的心情会一直伴随着产妇,这也导致了很多产妇产生产前焦虑等情况。但是随着医学技术的不断发展,如今无痛分娩已经进入大众视野,无痛分娩是一种更安全的选择,它可以减少分娩时的紧张感和不必要的用力。

什么是无痛分娩

无痛分娩是指在不影响产程进展和胎儿健康的前提下,在产妇接受麻醉后实施的分娩方式。现在临床上主要使用的是椎管内麻醉,也就是一般人所说的下半身麻醉,主要是用一根针头或者事先放置在后背脊柱之间的管子注射麻醉性止痛药,阻断该部位的神经传导,从而减轻或者消除疼痛。

无痛分娩真的无痛吗

无痛分娩是一种减轻分娩疼痛的方法,通过给予患者局部麻醉等措施,使患者在分娩过程中不再感受到强烈的疼痛刺激。但是,对于每个人的体验可能会有所不同。有些患者可能仍然能感觉到一些疼痛或不适。因此,如果考虑无痛

分娩,笔者建议产妇在医生指导下进行,以了解更多关于该方法的详细信息和可能的风险。

注意事项

产前沟通 产妇需要提前与医生进行沟通。如果是第一次尝试无痛分娩,医生会建议先去做一些检查,如常规的麻醉前检查、凝血功能检查、血常规和血型检查等,以确保没有凝血方面的问题。如果没有以上任何问题,可以提前与医生沟通,讨论无痛分娩的问题。在整个过程中,医生会给产妇一个合理的建议和指导。

如何护理

心理护理 患者在诊断出疾病后容易出现焦虑、抑郁及悲观、绝望等心理,这个时候的心理护理是很重要的。家属需要多跟患者沟通交流,多鼓励患者。患者也需要适当多放松,了解相关的病情,积极配合医生进行治疗,对自己要有

加患子宫内

信心。**用药护理** 在用药方面,需要严格遵循医嘱,规范使用药物,不能过量用药或者擅自停药,避免引起不良反应。孕激素长期服用后出现一些不良反应,如果用药后出现不适症状,需要马上就医检查处理。

术后护理 患者在手术后需要注意保持卫生,特别是保持手术部位的卫生,避免创口沾水,同时需要在医生指导下服用抗感染的药物。患者在术后如果服用止痛药物,会出现嗜睡、便秘及恶心等症状,需要注意观察,不适症状加重

药物浓度监测 无痛分娩的药物使用,药物浓度需要在麻醉医生的监控下进行,以确保药物的安全性和有效性。麻醉医生会根据孕妇的身体情况和分娩进程来调整药物的浓度和用量,以达到最佳的止痛效果和较小的不良反应。在无痛分娩过程中,产妇需要配合麻醉功能检查、血常规的监测和操作,及时反馈自己的感觉和体验,以便麻醉医生及时调整药物的剂量和浓度。

产前疾病 有产科病史和妊娠并发症的产妇不应使用。在分娩前应告知医生自己的情况,以便选

择更安全有效的麻醉方式。产妇在麻醉前必须签署知情同意书有胎儿宫内窘迫、胎盘早剥等异常情况者,以及凝血功能障碍、药物过敏等禁忌证的产妇禁止使用无痛分娩。

笔者提醒大家,无痛分娩虽好,但它也是一把“双刃剑”,因此醉医生的监测和操作,需要充分了解它的利弊得失。只有这样才能科学地使用它,避免不必要的风险。

(作者供职于胜利油田中心医院)

择更安全有效的麻醉方式。产妇在麻醉前必须签署知情同意书有胎儿宫内窘迫、胎盘早剥等异常情况者,以及凝血功能障碍、药物过敏等禁忌证的产妇禁止使用无痛分娩。

笔者提醒大家,无痛分娩虽好,但它也是一把“双刃剑”,因此醉医生的监测和操作,需要充分了解它的利弊得失。只有这样才能科学地使用它,避免不必要的风险。

(作者供职于胜利油田中心医院)

择更安全有效的麻醉方式。产妇在麻醉前必须签署知情同意书有胎儿宫内窘迫、胎盘早剥等异常情况者,以及凝血功能障碍、药物过敏等禁忌证的产妇禁止使用无痛分娩。

笔者提醒大家,无痛分娩虽好,但它也是一把“双刃剑”,因此醉医生的监测和操作,需要充分了解它的利弊得失。只有这样才能科学地使用它,避免不必要的风险。

(作者供职于菏泽市第六人民医院)

临床上将孕期大于28周小于37周就分娩的情况称之为早产。通常情况下,从怀孕到分娩需要40周左右的时间,而早产儿在37周之前就已经分娩结束,会导致早产婴儿的器官和系统尚未充分发育,他们面临着一些潜在的并发症和健康问题。因此,早产儿需要特殊的护理和关注。

可能产生的并发症

呼吸窘迫综合征 早产儿由于肺部未充分发育,可能出现呼吸困难和氧合不良临床症状。

慢性肺部疾病 部分早产儿由于呼吸系统发育尚不完全,无法进行自主呼吸并且可能由于感染导致出现慢性肺部疾病,可能在长期内需要呼吸支持。

温控问题 早产儿的体温调节能力较弱,容易发生低体温。

营养问题 早产儿的消化系统未充分发育,可能面临营养摄取和消化吸收的挑战。

感染风险 早产儿免疫系统尚未完全成熟,对于细菌和病毒的抵抗力较差,容易受到感染,从而引发咳嗽及发热等症状。

发育延迟 早产儿因为先天因素影响,可能在某些生理方面发育较慢,如运动功能及认知发育缓慢。

注意事项

提供良好的氛围 为早产儿提供舒适、温暖、安静的环境,减少刺激和噪音。还可以提供适当保暖措施,如温度适宜的保育箱和保温毯。

对早产儿进行规律监测 密切监测早产儿的呼吸、

心率、体温、血氧饱和度等生命体征,及时发现异常情况并采取必要的护理措施。

保持洁净 维持早产儿周围环境的清洁和卫生,采取无菌操作,避免感染的风险。此外,还需要控制访客数量,定期洗手,避免传染病的暴露。

母乳喂养 鼓励母乳喂养,因为母乳对早产儿的营养和免疫支持具有重要意义。提供母乳采集和储存的指导,确保早产儿获得适当营养。另外,还可以提供母乳或特殊的早产婴儿配方奶,按照医生或营养师的建议进行喂养。

提供情感支持 给予早产儿和家属情感上的支持和理解,帮助他们应对早产带来的挑战和焦虑。

康复护理 由于部分早产儿可能在发育过程中出现脑损伤,导致脑性瘫痪等神经发育障碍。因此早产儿不仅需要监测早产儿的神经状况,进行定期超声检查,而且还需要康复护理,包括物理治疗、语言治疗、职能治疗等,以促进其发育和功能的提高。

对症处理 对于早产儿出现的一系列不适症状,应该及时进行相应的对症处理。如早产儿呼吸窘迫就需要及时进行呼吸支持,维持良好的氧合状态,预防呼吸道感染,并提供适当营养支持。

早产儿的父母可能经历焦虑、抑郁和心理压力。因此,医务人员需要注意提供心理支持和教育,帮助早产儿的父母理解早产儿的特殊需求。

(作者供职于聊城市东昌府区妇幼保健院)