

■ 专科护理

糖尿病患者突然昏迷怎么办

□ 苗苗

糖尿病患者如果平时不注意生活护理和用药规律等,病情可能会突然恶化,甚至昏迷。当患者出现这种情况时,必须紧急处理,否则有生命危险。平时,患者和家人应警惕这种突发症状,及时采取正确的应对措施。下面,笔者就讲解一下糖尿病昏迷的一些护理常识。

糖尿病昏迷 糖尿病昏迷症状时,可能分为两种情况。

高血糖性昏迷 糖尿病症状发展到一定程度时,患者必须口服降糖药或注射胰岛素,如果随便中断治疗,患者体内的胰岛素就会严重不足,导致陷入昏迷状态。胰岛素不足,人体所吸收的葡萄糖不能转换成热量,所以不得不分解体内储存的脂肪或蛋

白质,导致血液中生成较多的酮体。酮体堆积造成代谢性酸中毒,致使大脑缺乏能量,患者会出现昏迷现象。

低血糖性昏迷 低血糖性昏迷比糖尿病性昏迷还严重,时常因胰岛素或口服降糖药的用量过大所致,有时也因肝脏疾病或药物中毒等所致。脑部的能量大多来自血糖,若因药物抑制而导致血糖值过低,脑部会受到伤害,出现意识障碍。

急救措施 糖尿病患者昏迷时的紧急处理措施:确定是否有意识、有没有呼吸、有没有脉搏。如果患者的脸色通红,施救者就要立即拨打120。脸色铁青是低血糖性昏迷,应采取以下紧急处理措施。

1.若有意识,可让患者吃糖果或者喝甜饮料,等待脸色或状态恢复正常。这时,不可移动患者。
2.当患者不再出汗或悸动稍微安定下来时,应观察病情,让患者吃甜的食物;然后,必须送患者到医院进行诊治。

区别症状
高血糖性昏迷 患者的脸色通红,呼吸时间延长;若靠近患者的脸部,可以闻到类似于腐烂果实的的气味,必须为其尽快注射大量胰岛素与补充水分。
低血糖性昏迷 患者的脸色苍白,出汗、悸动,应立即让患者吃糖果等,并尽快送患者到医院进行诊治。

护理措施
1.糖尿病患者发生昏迷时,

若不及时抢救,会有生命危险。因此,护理人员及患者家属必须随时观察患者的病情变化。

2.记住患者的液体出入量,比如饮水量或输液量、尿量等。
3.当患者脱离危险,恢复意识后,应积极治疗糖尿病,调节饮食,合理使用胰岛素,使其体内代谢恢复正常,避免糖尿病性昏迷复发。

4.糖尿病是一种慢性病,需要长期治疗。患者及家属都要消除顾虑,树立信心,学习有关糖尿病的知识,有利于控制病情。

5.糖尿病患者应经常随身携带标有“患有糖尿病”等字样的卡片,且在卡片上写一些治疗方法,以及患者的姓名、住址等,以便突然意识丧失时,供旁人及医生参考。

注意事项

1.糖尿病患者不可随意更改药量或中断药物的服用或注射。

2.过度疲劳或精神压力大,会使血糖值突然升高。因此,糖尿病患者平时应心态平和。

3.当患者的免疫力下降时,容易患感染性疾病。如果患者因感染等导致身体状况不好时,应充分休养。

4.不论血糖值过高还是过低,均易发生昏迷现象。此时,患者应立即与医生联系。

总之,为了预防糖尿病昏迷,患者和家人应及时采取正确的应对措施,有利于控制病情,提高生活质量。

(作者供职于陆军第八十三集团军医院急诊科)

■ 护理体会

如何提高护理质量

□ 曹辉

护理质量是医疗服务的核心,直接关系到患者的安全、康复和满意度。作为一名护理管理者,承担着评估和改进护理质量的重要责任。通过建立全面的评估体系,收集和分析相关数据,制订有效的改进计划,并逐一实施,可以提高护理团队的绩效,为患者提供优质的护理服务。下面,本文将主要探讨如何进行护理质量评估和改进,以提高护理质量,建立高效的护理管理体系,从而为患者提供优质的护理服务,改善患者的就医体验。

建立评估体系

明确评估目标 制定明确的评估目标,包括护理质量的核心要素,例如患者安全、护理流程、医疗记录等。

选择评估工具 根据评估目标选择适合的评估工具,比如护理质量评估表、护理记录审核表等。

确定评估频率 制定评估的时间框架,可以是定期的、事件驱动的及定向的评估,以确保全面了解护理质量情况。

评估方法
收集数据 使用选定的评估工具,收集与评估目标相关的数据。其中包括护理操作的实施情况、患者满意度调查、护理记录审核等。

分析数据 对收集到的数据进行统计和分析,识别出护理质量存在的问题和优点。可以使用图表、统计方法等工具来获得可视化数据,以充分解读结果。

确定改进领域 根据数据分析结果,确定需要改进的护理领域。其可能涉及护理流程的完善、培训需求的识别及护理措施的改进等。

提高护理质量
制订改进计划 基于评估结果和确定的改进领域,制订具体的改进计划。确保计划具有明确的目标、步骤和责任分工。

培训和教育 采取必要的培训和教育措施,使护理团队掌握改进所需的知识和技能。其内容主要包括培训、外部研讨会和跨学科合作等。

实施改进计划 将改进计划付诸实施,并监督执行情况。确保改进措施得到适当执行,通过持续监测和反馈机制来跟踪改进的效果。

持续评估和调整 定期评估改进措施的效果,并根据评估结果进行必要的调整和优化。持续评估和调整是改进护理质量的关键步骤,以确保护理质量得到持续改进。

建立反馈机制和分享经验
建立反馈机制 护理团队和患者之间建立反馈机制,以便及时了解患者的建议;可以使用定期会议、匿名调查、意见箱等方式收集反馈信息。

分享经验 鼓励护理团队成员分享实践经验,以促进相互学习和提高;可以通过内部培训、学术会议、学术论文等方式分享成功的经验和改进措施。

总之,作为一名护理管理者,评估和改进护理质量是一项重要的任务。建立质量评估体系、进行护理质量评估、制订改进计划并持续优化,可以提高护理团队的工作效率和护理质量。同时,建立反馈机制和分享经验,可以促进护理团队持续发展,为患者提供更好的护理服务。护理质量的持续改进,需要护理管理者的领导力和全体护士的积极参与,共同努力为患者提供安全、高质量的护理服务。

(作者供职于玲珑英诚医院)

肿瘤的治疗方式与护理措施

□ 蔡明云

肿瘤是指原发于身体脏器或组织的正常细胞,由于各种内外因素的作用,使其基因突变或细胞增殖失控而形成的新生物。肿瘤主要分为良性肿瘤和恶性肿瘤两大类。

良性肿瘤 一般是由内分泌系统引起的,比如乳腺增生、子宫肌瘤等。此类肿瘤不会对身体造成伤害,患者可以正常生活。恶性肿瘤是由人体细胞异常增殖而形成的疾病,比如淋巴瘤、乳腺癌、白血病等。

恶性肿瘤 又分为早期、中期、晚期。早期肿瘤可以通过手术治疗,术后配合化疗等药物治疗,可以有效控制病情发展。晚期肿瘤患者经过手术和化疗后,病情往往较重,患者的生活质量

较低。

患了肿瘤后,患者容易出现不良情绪,比如焦虑、恐惧等症状。如果及时消除这些不良情绪,会加重患者的病情,导致诸多痛苦。

治疗方法

手术治疗 其包括根治性手术和姑息性手术。前者是指在肿瘤未侵犯周围组织、脏器的情况下,通过手术切除肿瘤;后者是已经失去手术治疗的时机,只能进行姑息性治疗,减轻患者的痛苦程度。

放疗 利用高能射线照射肿瘤,杀死肿瘤细胞,可以达到治疗目的。

化疗 利用化学药物杀死肿瘤细胞的一种治疗方法,比如阿

霉素、环磷酰胺、顺铂等。

激素治疗 利用外源性激素药物抑制体内肿瘤细胞生长,常用的激素有雌二醇、己烯雌酚和醋酸甲地孕酮等。

免疫疗法 又称生物疗法,是通过人体自身的免疫系统来达到治疗目的。

中医药治疗 将中药制剂运用于肿瘤治疗中,通过中医药综合治疗以达到减轻癌症症状、改善生活质量、延长生存期等目的。中医药在肿瘤综合治疗中具有重要作用。

护理措施

饮食护理 由于肿瘤细胞的破坏,使人体吸收营养减少,导致患者身体消瘦,食欲减退。因此,要给患者提供营养丰富、清

易消化的食物,以提高免疫力。

保持乐观心态 肿瘤患者在治疗期间要保持良好的心态,避免情绪波动过大。患者可以通过听音乐、看电影等方式来分散注意力,从而缓解不良情绪;应及时与家人或者朋友沟通,以减轻心理压力。

注意卫生 患者应注意个人卫生,比如勤洗手,定期更换床单、被褥、衣物等。保持室内清洁卫生,空气清新,定期开窗通风换气。

功能锻炼 肿瘤患者由于免疫功能低,会出现各种症状,所以应加强功能锻炼,以提高免疫力,比如散步、打太极拳等。

戒烟戒酒 长期吸烟、饮酒

会增加患癌的风险。因此,患者一定要戒烟戒酒。

养成健康的生活方式 患者在治疗期间要合理安排自己的生活,避免熬夜、劳累等,以增强身体抵抗力。

不接触致癌物质 患者要避免接触致癌物质,比如放射线、农药、化肥等。

定期体检 患者要定期到医院进行体检,比如血常规、尿常规、肝肾功能等,以及及时了解身体状况,避免发生并发症。

中医护理 肿瘤患者在手术后会出现气虚、脾胃虚弱等症,应根据病情给予中药调理,以提高患者的免疫功能。

(作者供职于山东省烟台市烟台山医院)

血液透析并发症如何处理

□ 黄玫

血液透析是终末期肾脏疾病的一种治疗手段。血液透析就像吃药一样,会产生副作用,会诱发并发症。那么,如果诱发了并发症,该如何护理呢?

什么是血液透析

血液透析是目前临床上一种非常安全、简便的血液净化方式。其是通过血液透析机将血液中浓度较高的代谢废物及电解质向浓度低的透析液移动,从而达到血液净化的目的;透析液中浓度较高的钙离子、碱基向浓度低的血液中移动,从而起到调节电解质及酸碱平衡的作用。

血液透析并发症

一般情况下,血液透析的并发症包括两种:一种是急性并发症,需要在透析时及时处理;另一种是慢性并发症,需要长期管理。以下是血液透析的并发症。

急性并发症 急性并发症包括失衡综合征、过敏及高血压等。第一次做透析的患者,在透

析时,体内的毒素浓度往往相对较高,将身体内的毒素排出后,往往会因为血脑屏障,导致脑内的浓度很高,进而引起水肿,导致头痛、头晕、恶心、呕吐等症状。同时,在透析过程中,患者也会出现低血压,甚至休克现象。

慢性并发症 慢性并发症是由于血液透析时毒素清除不完全造成的,会诱发患者产生贫血、酸中毒、继发性甲状腺功能亢进症及电解质紊乱等症状。

如何护理血液透析患者

在进行血液透析时,由于患者体内的液体代谢会发生紊乱,容易诱发上述并发症。因此,在血液透析的各个阶段均需要做好相应的护理工作,可降低并发症发生的概率。

做好准备 血液透析是一个非常谨慎的过程,如果护理不到位,会给患者留下很多隐患。因此,提前做好血液透析准备是非常有必要的。

患者在进行血液透析前,一定要做好全面的准备工作,例如患者要严格按照医生的叮嘱,做一系列检查;提前做好体重、血压及心率的测量,使医生充分了解患者在透析期间体征的变化情况,比如血压是否稳定?是否存在心率异常情况?充分了解这些情况,有助于透析方案的制定。

遵照医嘱 血液透析不是一次两次就能完成的,对于严重的肾脏疾病患者来说,往往需要长期透析。因此,患者在血液透析过程中,一定要严格遵照医嘱,按时进行血液透析。

一般情况下,对于慢性肾衰竭患者来说,透析的频率应保持每周3次,每次4小时,才能取得治疗效果。患者如果随意减少透析次数,会导致血液透析不充分,比如代谢产物及毒素会在患者体内堆积,达不到预期效果,还会诱发并发症。

透析过程中应保护血管通路 血管通路的通畅,对于血液透析来说是非常重要的。在血液透析中,如果患者的血管通路不通畅,血液透析就很难顺利进行。因此,在血液透析过程中,要确保患者的血管通路通畅。

在血液透析的过程中,患者身边一定要有专人陪护,预防出现穿刺针脱落或者移位现象。其间,护士可每隔半小时观察一次穿刺针和导管的插入部位,看是否出现肿胀、出血等问题;注意观察血管通路震颤情况,如果震颤效果比较差,需要及时向医生反馈。

血液透析后观察体重 患者在开始进行血液透析前和血液透析后都要测量体重,每次脱水的量都不能超过自身体重的5%。比如体重60公斤的患者,如果其脱水重量超过3公斤,体重就不达标,会产生诸多潜在的危险。因此,护士一定要密切关注血液透析前后患者的体重变化

情况,并做好详细记录。

如果患者的体重增长幅度控制在每天小于1公斤,就属于正常情况。如果患者的体重出现明显变化,护士一定要及时向医生报告。

透析后注意饮食调整 血液透析后,患者应注意饮食调整,由于大部分患者在非血液透析时排尿量较少,导致体内很多微量元素、矿物质无法顺利排出体外,会诱发并发症。其中,患者体内的钾和磷浓度会出现超标情况。因此,患者应合理饮食。

在饮食方面,患者应限制含磷及含钾食物的摄入量,例如香蕉、西瓜、罐头、方便面以及葡萄等。同时,可以减少脂肪物质、蛋白质以及水的摄入量,严格控制患者的饮食。

以上是关于血液透析的护理知识和技巧,患者应观察自己身体的变化情况,如果在血液透析过程中,出现不适症状,一定要及时与医生进行沟通。这样,可有效降低并发症的发生率,有利于提高治疗效果。

(作者供职于广西柳钢医疗有限公司医院)

手术室护士的常见职业病

□ 李爱勤

手术室的医务人员精神高度集中、工作强度大,有时为了抢救患者,手术室需要24小时持续作业。同时,手术室护理工作具有节奏快、无规律、连续工作时间长、繁忙等特点,又有生理、物理、化学及病毒感染等多种因素的影响。下面,本文将主要讲解手术室护士的常见职业病。

胃病 在工作期间,手术室护士吃饭就像打仗一样,一般情况下会在5分钟左右解决吃饭问题。而且,由于手术时间的不确定性,手术台的医生、护士常常会错过正常吃饭时间,导致吃饭无规律,吃饭速度快,加上精神高度紧张,久而久之,会导致胃病。

静脉曲张 因为受到做手术条件的限制,手术室的护士需要长时间持续站立,甚至一站就是十几个小时;巡回护士一天走的步数平均在2万步以上,每天双脚肿痛是常有的事情。因此,当你看到手术室护士常年穿着弹力袜的时候,请不要太惊讶。

泌尿系统结石 只要一上台做手术,不是想下来就能下来的,口渴了只能忍着,想上厕所了也只能憋着。因此,为了手术安全、顺利完成,医生、护士只能选择不喝水、少喝水。长期如此,会导致肾结石、输尿管结石等疾病。

腰肌劳损、腰椎间盘突出 手术室内时常有很多体力活,比如手术室的护士为体重100多公斤的患者摆体位、过床、消毒、抬腿等,以及运送患者、长时间站立、拿取各种器械包等,日积月累,护士的腰肌劳损、腰椎间盘突出等是在所难免的。

颈椎疾病 由于配合医生做手术,手术室护士有时需要持续几个小时保持低头、弯腰

等姿势。这样,会导致护士的颈部、腰部肌肉劳损,继而加重为颈椎疾病、腰椎疾病。

职业暴露风险 手术室护士需要常年应对绿色通道的患者。这些患者往往在术前没有检测出感染结果,特别是一些创伤患者更是如此。这样,护士容易感染病毒,比如梅毒、艾滋病病毒等。

内分泌失调 手术室护士常年倒夜班,生物钟倒置,晚上常常失眠,有时候想睡觉,醒得却比上班还早;上一个通宵夜班,只有连续睡两天觉,才能缓过来劲儿。这样,会导致护士的内分泌失调。

精神压力大 手术室护士长期处于紧张而密闭的工作环境中,精神高度紧张,白天已经很疲惫,还要利用休息时间学习护理规范、质控检查内容等,时间长了,会导致身体长期处于亚健康状态。

速度快 被误解 说话快、走路快、嗓门大、心直口快一直是手术室护士特有的表现。不论何时,手术室护士为了抢救患者,不要把想到的、看到的快速说出来,让大家提高警惕。在临床上,由于不了解手术室的工作情况,一些人错误认为手术室护士的服务态度恶劣,也是常有的事情。

洁癖 手术室护士由于工作期间养成的洗手习惯,在日常生活中,时常勤洗手,认为到处都有病菌。比如在吃饭的时候,担心碗筷不干净,总要用热水冲洗一下,才能放心吃饭;喝水时,要用热水冲洗瓶口,才能安心喝水;有的护士在家里居然按照区域划分了无菌区、清洁区、污染区等,甚至出门自带浴巾、床单;下班后,总想洗手,并且每次必须按照“7步洗手法”洗手。

(作者供职于商丘市中医学院手术室)

胃病患者的护理方法

□ 阮良

在日常生活中,胃被人们称为“人体加油站”。胃具有储存、消化食物,以及为全身脏器提供营养的作用。从生理学角度来分析,胃从里到外有4层防护,分别为黏膜层、黏膜下层、肌肉层、浆膜层。胃功能的好坏,会直接影响身体的健康、寿命的长短。可是,“十胃九病”,一些患者的胃炎、胃溃疡反复发作,如果任其发展,后果会非常严重。

平时,一些患者说:“多年前,我曾经患过胃病,经过治疗已经康复,怎么过一段时间又复发了呢?胃病不能根治吗?”这时,医生会问:“治好胃病后,在日常生活中,你注意饮食与胃部保养了吗?”这时,大多数患者会说:“我没有。”

其实,不少患者对胃病相关知识不太了解,虽然疾病症状得到缓解,但是并不意味着可以暴饮暴食,随意吃辛辣、刺激性食物。同时,也有一些患者在日常生活中,注意保护胃功能,但是用错了方法。因此,胃病患者的生活护理不到位,治疗效果也就不明显。

人们常说“病从口入”“三

分治疗、七分护理”。这说明胃炎、胃溃疡属于慢性疾病,需要慢慢调理和饮食保养。学习保护胃的方法,养成良好的生活和饮食习惯,就显得非常重要。

饱——胃功能减弱

胃是消化食物的核心器官之一,只要食物进入胃部,就会刺激胃分泌胃酸,促进消化,最后排出。但是,人们吃得越多、越杂,消化就越困难,胃的工作强度就越大。胃一直处于饱胀状态,时间长了,胃功能就会下降,胃蠕动能力变弱,胃黏膜受到损伤,导致胃炎、胃溃疡。

快——加重胃肠道负担

随着生活节奏的加快,为了节约时间,许多人吃饭都是狼吞虎咽,没嚼几下就咽了。其实,吃得太多、吞咽太快,大脑不能够及时发出“饱”的信号,致使胃黏膜很脆弱,只能承受40摄氏

度,就会损伤胃黏膜,久而久之会诱发癌变。因此,人们在吃东西时,应将过烫的食物放凉了再吃。

重——提高胃病概率

这里所说的重,是指口味重,比如喜欢吃辛辣、腌制类食品。辣椒可以吃,但是重辣就会对胃肠道产生灼烧感,容易发便秘。如果吃油腻的食物多,会使胃部消化变得困难,导致胃酸分泌量过多,增加胃炎发病率。腌制食品的盐分过多,如果大量食用腌制食品,会损伤胃黏膜。此时,可以喝点果蔬汁,能起到缓解作用。

烟酒——慢性胃炎

在酒精中,乙醇会滞留在胃中,使胃黏膜变薄、坏死、脱落,引发胃病、慢性胃炎等。烟也会损伤胃部功能,应戒烟戒酒。

保护胃,预防胃炎、胃溃疡 的办法,除了远离以上危险因素外,还要保持规律的生活,养成良好的饮食习惯。

护理方法

作息规律 早睡早起,生活起居要有规律,适量运动;避免受凉,注意天气变化,根据天气冷暖,及时增添衣物。

饮食宜清淡 在饮食上,应食用易消化、清淡、少油的食物,少吃粗糙、粗纤维多的食物,多吃新鲜的水果、蔬菜;按时吃饭,早餐保证营养充足;进餐时要细嚼慢咽,保持心情舒畅;戒除烟酒,不宜喝浓茶、咖啡等饮品,不宜吃辣椒、芥末等刺激性强的调味品,不宜吃过甜、过咸、过浓、过热、过冷、过酸等食物,不喝碳酸饮料;不要暴饮暴食;烹饪食物的方法以蒸、烧、炒、炖为主,煎、炸、烟熏菜不要多吃;应多吃一些香蕉、蜂蜜等食物,有助于保护胃肠道功能。

(作者供职于南宁市武鸣区城厢镇东鸣路社区卫生服务中心)