

医院消毒供应中心解密

□孙圣发

你是否注意到医院的各项保障措施中,消毒供应中心才是真正的守护者呢?消毒供应中心提供消毒灭菌物品,确保医疗设施的安全与卫生。

医院的消毒供应中心是保护医疗环境清洁卫生和预防医院感染的关键部门,负责全院临床科室重复使用的诊疗物品、器械、器具的消毒灭菌,确保医疗设施的每一个角落都得到有效的消毒。消毒供应中心的工作不仅仅是提供所需的物品,更是为整个医院提供必要的支持。

消毒是防止病菌传播、保护患者和医护人员免受感染的重

要环节。然而,很多人并不了解正确的消毒灭菌方式及常见的消毒灭菌问题。正确的消毒、灭菌方式可以有效杀灭病菌、病毒和其他致病微生物。以下是一些常见的正确消毒方式。

手部消毒 使用含酒精的洗手液或消毒酒精,按照正确的手部卫生步骤进行消毒。

表面消毒 使用适当的消毒剂,按照说明书上的指示进行表面消毒,特别是对常接触的物品和区域进行重点消毒。

器械消毒 根据器械的种类和要求,选择合适的消毒灭菌方法,比如高压蒸汽灭菌、化学消毒剂消毒等。

在消毒过程中,常常会遇到一些问题,比如消毒效果不达标、耗材供应不足等。下面是一些常见的消毒问题及解决方案。

消毒效果不佳 可能的原因是使用的消毒剂浓度不准确。解决办法是准确按照说明书上的比例配制消毒液浓度,并使用正确的方法进行消毒。

耗材供应不足 消毒供应中心负责管理医院的消毒灭菌物品库存,并确保供应充足。在物资紧缺的情况下,需要与供应商密切合作,及时补充物资。

医院消毒供应中心在履行其职责时,也面临一些挑战。为了更好地保障医院的卫生环

境,消毒供应中心可以进行一些优化措施。

物资供应链管理 消毒供应中心需要建立有效的物资供应链管理体系,及时获取所需的消毒产品,并避免过量或不足的情况发生。

高效的消毒灭菌程序 消毒供应中心应与医院其他部门合作,制定高效的清洗消毒流程 and 标准操作规范,确保每一个细节都得到妥善处理。

培训与指导 消毒供应中心要组织相关培训,并向医院员工提供消毒灭菌方面的指导和支持,以提高整体的消毒水平。

技术创新 消毒供应中心可

以引入先进的清洗消毒灭菌技术和设备,比如自动化消毒系统等,提高效率,提高消毒灭菌效果。

数据统计与分析 通过对清洗消毒灭菌数据的统计和分析,消毒供应中心可以了解消毒工作的情况,并及时发现和解决问题,提升整体水平。

消毒供应中心是健康的守护者,为医院提供必要的消毒灭菌产品和支持。面对挑战,消毒供应中心需要优化工作流程,以提高工作效率和消毒、灭菌质量。

(作者供职于济宁医学院附属医院)

关于肺癌,你了解多少

□林祥晓

肺癌是起源于肺组织的恶性肿瘤,发病率逐年上升。据世界卫生组织统计,每年全球有超过200万人被诊断出患有肺癌,超过150万人死于该病。

早期肺癌没有明显症状,随着病情进展,会出现咳嗽、咯痰(有时带血)、胸痛、呼吸困难、声音嘶哑、体重下降等症状。肺癌的发生与吸烟、长期暴露在二手烟环境中、空气污染、职业暴露、家族史等因素密切相关。以下是一些肺癌的诊断方法。

X射线检查 X射线是肺癌最常用的初步筛查方法之一。医生可以通过X射线观察肺部是否存在异常阴影,从而判断是否需要进一步检查。

CT扫描 CT(计算机层析成像)扫描可以提供更详细的肺部图像,帮助医生发现更小的病灶。它可以显示肿瘤的位置、大小和形态,为肺癌的诊断提供重要线索。

痰液细胞学检查 对于可疑

的肺癌病例,医生可能会建议进行痰液细胞学检查。这种检查方法通过收集痰液样本,并对其中的细胞进行检查,以确定是否存在癌细胞。

活检 活检是确诊肺癌最可靠的方法之一。常见的活检方式包括穿刺活检、纤维支气管镜活检和手术切除活检。通过活检可以获得肿瘤组织样本,进一步明确诊断。

治疗方法 主要包括手术切除、放疗、化疗和靶向治疗等。具体的治疗方案取决于肺癌的类型、分期和患者的身体条件等因素。

手术切除 早期肺癌患者可以通过手术切除彻底去除肿瘤。根据肿瘤的大小和位置决定手术切除的方式,包括楔形切除术、叶切除术和整个肺叶切除术等。

化疗 化疗是利用药物杀灭癌细胞或抑制其生长。化疗通常与手术治疗或放疗联合使用,以减少肿瘤的体积和控制其扩散。

放疗 放疗是使用高能射线照射肿瘤区域,以杀灭肿瘤细胞。放疗可以用于既往手术切除后的辅助治疗,或者用于无法进行手术的肺癌患者。

靶向治疗 靶向治疗通过抑制特定的癌细胞生长信号通路治疗肺癌,这种治疗方法对某些特定基因突变型肺癌患者有效,不良反应相对较小。

预防是远离肺癌的最有效方式之一,可通过以下措施降低患肺癌的风险。

不吸烟或戒烟 吸烟是肺癌最主要的危险因素之一,戒烟能够显著减少患肺癌的风险。

避免二手烟 尽量远离吸烟者,避免吸入二手烟。

改善室内空气质量 保持室内空气清新,避免长期暴露在污染严重的环境中。

注意职业健康 尽量减少接触致癌物质的职业活动,注意个人防护。

(作者供职于济宁医学院附属医院)

一分钟了解颈内动脉狭窄

□黄健辉

本文要给大家介绍的颈内动脉狭窄。颈内动脉是连接心脏和大脑的重要血管之一,承担着将氧气和营养物质输送到大脑的重要任务,当颈内动脉出现狭窄时,血液流动受到阻碍,威胁着我们的健康。颈内动脉狭窄常见的筛查方法为超声多普勒检查和CT(计算机层析成像)血管造影等筛查方法。

症状和影响

健忘和注意力不集中 由于大脑供血不足,患者会出现记忆力下降、健忘和注意力不集中等问题。

头痛和眩晕 血液供应不足会导致头痛、眩晕和视觉问题,甚至引发晕厥症状。

言语困难 如果颈内动脉狭窄得不到及时治疗,会导致语言能力减退,甚至失语。

运动功能下降 由于大脑供血不足,会导致肢体无力、行走困难和平衡问题。

病因

血管内皮损伤 血管内皮损伤

是导致颈内动脉狭窄的常见病因之一。长期高血压、高血脂、吸烟等生活方式和代谢疾病都会对血管内皮造成损伤,导致血管壁增厚、管腔变窄。

动脉粥样硬化 动脉粥样硬化也是导致颈内动脉狭窄的重要原因。不良的饮食习惯、缺乏运动、高血压等因素会导致血液中的胆固醇和脂肪堆积在血管壁上,形成动脉硬化斑块,最终导致狭窄。在早期没有明显症状,长期存在时会对我们的健康产生严重威胁。当颈内动脉狭窄超过70%时,就容易发生血栓,阻塞血液通路,导致脑梗死、脑供血不足等严重后果。

手术是治疗颈内动脉狭窄的一种有效方式,可通过扩张或修复颈内动脉,恢复正常血流。手术治疗常用的方法有两种,颈动脉内膜剥离术和颈动脉支架植入术。

当颈动脉狭窄程度未达到需

要行支架治疗或颈内动脉内膜剥

脱术时,药物治疗就成了第一选择。常用的药物包括以下几种:

抗血小板药物 比如阿司匹林、氯吡格雷等,可以减少血小板聚集,防止血栓形成,保护血管壁,预防脑卒中等并发症的发生。

降脂药物 比如他汀类药物,可以降低血液中的胆固醇水平,减少动脉内脂质沉积,有助于预防动脉硬化和进一步的动脉狭窄。

抗高血压药物 对于高血压病患者,控制血压是非常重要的,常用的抗高血压药物包括钙通道阻滞剂、 β 受体阻滞剂、ACE抑制剂等。

颈内动脉狭窄是一种常见的脑血管疾病,可引起多种严重的健康问题。预防颈内动脉狭窄的关键在于控制风险因素和保持健康的生活方式。戒烟、健康饮食、适度运动及定期体检是预防该病的有效方法。

(作者供职于佛山市第一人民医院)

突发疾病的黄金抢救时间

□刘静

急性心肌梗死

这是一种发病率很高的疾病,特别是现在整个社会的压力都很大,一些年轻人也可能出现这种情况。

黄金抢救时间 该病的黄金抢救时间是2个小时内。急性心肌梗死是血栓把心脏的冠状动脉堵死了,一般来说,需要通过植入支架疏通。如果超过两个小时没有得到治疗,患者的心肌会因为缺血出现大面积坏死。

症状 胸部疼痛或出现胸部紧缩及压榨感,持续时间可能超过15分钟。还有一些患者会有恶心、呕吐及出汗等症状,且牙齿、上腹部、咽喉部位会有放射性的疼痛感。

应对方法 马上拨打120急救电话,等待救护车到来之前,要让患者静卧,不能过多活动。要谨慎用药,不能盲目服用药物。

自动体外除颤仪 如果附近配备有自动体外除颤仪,出现危急情况后,一定要让人尽快取来。

脑卒中

黄金抢救时间 脑卒中也是很常见的突发性疾病,且很危险。该病的黄金抢救时间是3小时~4.5小时。如果在这个时间段没有及时进行溶栓治疗,脑组织容易因为缺血出现坏死。如果超过了6个小时再进行溶栓治疗,患者很有可能会出现半身不遂。

症状识别 一只眼睛突然间看不见,一侧的嘴角出现歪斜的情况,半侧肢体无力、发麻,说话时口齿不清晰,听不懂别人说话等,出现上述情况后,都需要注意,有可能是脑卒中。

应对的方法 马上拨打120急救电话。让患者保持平躺,将患者的头部偏向一侧,避免因为呕吐出现窒息。如果患者戴有假牙,需要将假牙取出。如果患者出现呕吐症状,要用手将呼吸道及口腔内的异物掏出。

气道异物

黄金抢救时间是4分钟~10分钟。异物卡住喉咙时,容易阻塞气道,如果气道被完全阻塞,没有办法获得氧气,几分钟内得不到抢救,就会有生命危险。

在确认患者无法出声及呼吸困难时,要及时采用海姆立克急救法。站在患者身后,将患者的腰部搂住,然后找到肚脐上方的两指部位,右手握拳,虎口对准该处,左手抓住右手,从下往斜向上连续快速用力冲击腹部,直到阻塞物排出为止。

另外,外伤的急救黄金时间是6小时~8小时,根据外伤的情况,进行相应的消肿等治疗。建议大家平时多学习一些抢救知识,以备不时之需。

(作者供职于梁山县人民医院)

重症血液净化的临床应用

□岳 凤

血液净化已成为一种重要的治疗手段。本文将向大家介绍重症血液净化的基本概念、治疗作用及在临床上的应用价值。

什么是重症血液净化

血液净化是指采用血液净化设备将血液引出体外,通过弥散、对流、吸附等原理,清除体内过多的水分、毒素、代谢废物等,恢复机体内环境稳定的治疗方法。此种治疗手段常用于各种类型的危重症患者,比如急性肾功能衰竭、重症肝炎、脓毒症血症等。

重症血液净化的治疗作用

清除有害物质 重症血液净化可以有效清除患者体内的有害物质,比如过多的水分、毒

素、代谢废物等,减轻患者病情,缓解症状。

维持内环境稳定 通过清除多余的水分、电解质和代谢废物,补充需要的成分,重症血液净化可以维持患者内环境的稳定,防止出现水、电解质紊乱和酸碱平衡失调。

改善器官功能 重症血液净化可以清除体内过多的炎症因子和细胞因子,减轻器官炎症反应,保护器官功能。

重症血液净化的临床应用

急性肾功能衰竭 急性肾功能衰竭是重症血液净化的常见适应证之一。通过血液净化技术,可以清除患者体内过多的水分和毒素,维持内环境稳定,暂时替代肾脏功能。

重症肝炎 重症肝炎患者常常伴有严重的肝性脑病和肝衰竭,通过血液净化可以清除

体内过度的胆红素、氨等有害物质,减轻肝性脑病症状,为肝移植等进一步治疗创造条件。

脓毒症血症 脓毒症血症会导致全身炎症介质和细胞因子大量释放,从而引发全身炎症反应综合征和重要脏器损害。血液净化可以清除体内过度激活的炎症介质和细胞因子,缓解脓毒症血症的症状,恢复内环境平衡,稳定患者生命体征,为抗感染治疗赢得时间。

自身免疫性疾病 重症血液净化可以用于治疗自身免疫性疾病,比如类风湿性关节炎、红斑狼疮等。清除免疫复合物和

调节免疫细胞活性,可以减轻自身免疫性疾病的症状。

重症血液净化的优势与局限

优势 重症血液净化可以快速清除体内过多的水分、毒素和代谢废物,维持内环境稳定,缓解病情;可以保护器官功能,改善预后;还可以调节免疫反应,减轻自身免疫性疾病的症状。

局限 重症血液净化也存在一定的局限性。首先,治疗费用较高,增加患者的经济负担。其次,治疗过程中可能发生出血、血栓形成等并发症。最后,对于一些特殊情况,比如严重心功能不全、严重出血倾向等患者,重症血液净化的应用会受到一定的局限。

如何正确看待重症血液净化

重症血液净化是一种有效的治疗手段,但它并不是万能的。在临床应用中,需要根据患者的具体情况选择合适的治疗方案。同时,患者及家属也需要正确看待重症血液净化治疗的作用与风险,积极配合医生进行治疗。

总之,重症血液净化通过清除体内的有害物质,调节内环境和免疫反应等作用机制为危重病患带来更多恢复健康的希望。虽然此种治疗手段仍存在一定的局限性和风险,但只要合适的情况下正确应用,就会成为我们战胜疾病的有力武器。

(作者供职于曲靖市第一人民医院)

头痛是生活中常见的问题之一,给患者带来了许多不便和痛苦,尤其是神经性头痛,更是让人苦不堪言。

神经性头痛是一种常见的头痛类型,其特点是头痛发作时常伴有一系列症状,严重影响患者的生活质量,给他们带来痛苦。下面将介绍神经性头痛的表现、诊断、治疗和预防方法。

神经性头痛的症状因人而异,最常见的症状包括以下几个方面。

剧烈头痛 神经性头痛的痛感通常非常剧烈,患者常形容为一种刺痛、撕裂或压迫感。

伴随症状 神经性头痛发作时常伴有其他症状,比如恶心、呕吐、视力模糊等。

持续时间 与其他类型的头痛相比,神经性头痛的发作时间较长,可以持续数小时甚至数天。

诱因 一些特定的诱因会触发神经性头痛的发作,比如压力、焦虑、情绪波动、荷尔蒙变化等。

神经性头痛的症状多种多样,因个体差异而略有不同。出现上述症状后,建议及时就医,以获取准确的诊断和治疗方案。

同样是神经性头痛患者,但治疗方法并不同,具体取决于病情的严重程度和患者的个体情况。以下是一些常见的治疗方案。

药物治疗 医生通常会根据患者的具体病情,开具一些特定的药物缓解头痛发作。常见的药物包括止痛药、三类抗抑郁药及钙离子通道阻滞剂等。

物理疗法 物理疗法包括按摩、温热敷、冷敷等手段,可以帮助缓解神经性头痛的疼痛感觉。

心理治疗 由于神经性头痛与精神因素密切相关,心理治疗在治疗中起到了重要的作用,比如认知行为疗法、放松训练等,有助于减轻压力和焦虑,从而缓解头痛。

生活方式调整 改变不健康的生活方式是预防神经性头痛的重要方法之一。定期休息、规律作息、适度运动、避免过度劳累等都能够减少头痛的发作次数和强度。

除了治疗,预防也是管理神经性头痛的重要环节。以下是一些常见的预防方法。

诱因管理 了解并避免可能引发头痛的诱因,比如压力、饮食、环境等,有助于减少头痛的发作。

定期锻炼 适度运动可以帮助缓解神经性头痛,增强身体的抵抗力和免疫力。

规律作息 保持规律的作息时间,有助于稳定神经系统的功能,减少头痛的发生。

调整饮食 避免摄入过多的刺激性食物和饮料,比如咖啡因、巧克力等,可降低头痛的风险。

虽然神经性头痛令人痛苦,但是通过一些简单的方法,我们可以有效缓解和治疗它。注意饮食、适度运动、缓解压力及规律生活,都是帮助患者摆脱头痛之苦的重要方法。

(作者供职于河北省第八人民医院)

什么是高血压性脑出血

□华 军

高血压性脑出血是指由长期高血压引起的脑内小动脉血管破裂出血。血压是血液在血管内流动时对血管壁产生的侧压力,如果这种压力增高,就会导致动脉破裂,引起脑出血。脑出血可以发生在任何年龄段,中老年人多见。

高血压性脑出血的主要病因是长期的高血压不受控制或者控制不佳。高血压通常与不健康的生活方式相关,比如不合理的饮食习惯、长期熬夜缺乏锻炼、过大的工作压力等。症状包括剧烈头痛、呕吐、语言障碍、偏瘫或肢体无力、昏迷等。预防高血压性脑出血的方法包括以下几点。

合理饮食 饮食习惯对于预防高血压性脑出血非常重要。建议减少油、盐的摄入量,多食用新鲜的蔬菜、水果和全谷物,适量摄取富含健康脂肪的食物,比如鱼类和坚果。此外,戒烟限酒,限制咖啡因摄入,也有助于保持血压稳定。

积极锻炼 适度而规律的体育锻炼可以有效降低血压。选择喜欢的运动方式,比如散步、慢跑、游泳等,每周坚持3次~5次,每次30分钟左右。在开始锻炼前,最好咨询医生的建议。

控制体重 保持适当的体重对于预防高血压性脑出血至为重要。过胖会增加心脏负担,并导致血压升高。通过合理的饮食和运动控制体重是非常值得推荐的。

管理压力 压力是现代生活中一个不可避免的因素,过高的压力会导致血压升高,增加患高血压性脑出血的风险。我们需要寻找减压的方式,比如听音乐、阅读、冥想或练习瑜伽等活动。

定期检查和治理 定期进行身体健康检查是预防高血压性脑出血的重要环节。及早发现和治疗高血压可以有效控制疾病的进展,减少并发症的风险。

确诊为高血压性脑出血后,应做好以下几个方面。**立即就医** 脑出血属于急危情况,需要立即就医。**保守治疗** 根据专业医生的建议,患者需要应用药物来降低血压或控制症状,促进脑内血肿的吸收。

手术治疗 对于出血量大的病例,需要手术清除脑内的血肿,并找出出血的小动脉,给予止血。

康复 康复期间,要遵循康复医生的指导,进行针灸、按摩、推拿、理疗及辅助仪器治疗,帮助患者最大程度恢复神经功能,减少后遗症的发生。同时,做到健康饮食、适当锻炼及规律用药。

神经性头痛治疗指南

□马红彦

神经性头痛是一种常见的头痛类型,其特点是头痛发作时常伴有一系列症状,严重影响患者的生活质量,给他们带来痛苦。下面将介绍神经性头痛的表现、诊断、治疗和预防方法。

神经性头痛的症状因人而异,最常见的症状包括以下几个方面。

剧烈头痛 神经性头痛的痛感通常非常剧烈,患者常形容为一种刺痛、撕裂或压迫感。

伴随症状 神经性头痛发作时常伴有其他症状,比如恶心、呕吐、视力模糊等。

持续时间 与其他类型的头痛相比,神经性头痛的发作时间较长,可以持续数小时甚至数天。

诱因 一些特定的诱因会触发神经性头痛的发作,比如压力、焦虑、情绪波动、荷尔蒙变化等。

神经性头痛的症状多种多样,因个体差异而略有不同。出现上述症状后,建议及时就医,以获取准确的诊断和治疗方案。

同样是神经性头痛患者,但治疗方法并不同,具体取决于病情的严重程度和患者的个体情况。以下是一些常见的治疗方案。

药物治疗 医生通常会根据患者的具体病情,开具一些特定的药物缓解头痛发作。常见的药物包括止痛药、三类抗抑郁药及钙离子通道阻滞剂等。

物理疗法 物理疗法包括按摩、温热敷、冷敷等手段,可以帮助缓解神经性头痛的疼痛感觉。

心理治疗 由于神经性头痛与精神因素密切相关,心理治疗在治疗中起到了重要的作用,比如认知行为疗法、放松训练等,有助于减轻压力和焦虑,从而缓解头痛。

生活方式调整 改变不健康的生活方式是预防神经性头痛的重要方法之一。定期休息、规律作息、适度运动、避免过度劳累等都能够减少头痛的发作次数和强度。

除了治疗,预防也是管理神经性头痛的重要环节。以下是一些常见的预防方法。

诱因管理 了解并避免可能引发头痛的诱因,比如压力、饮食、环境等,有助于减少头痛的发作。

定期锻炼 适度运动可以帮助缓解神经性头痛,增强身体的抵抗力和免疫力。

规律作息 保持规律的作息时间,有助于稳定神经系统的功能,减少头痛的发生。

调整饮食 避免摄入过多的刺激性食物和饮料,比如咖啡因、巧克力等,可降低头痛的风险。

虽然神经性头痛令人痛苦,但是通过一些简单的方法,我们可以有效缓解和治疗它。注意饮食、适度运动、缓解压力及规律生活,都是帮助患者摆脱头痛之苦的重要方法。

(作者供职于安阳市汤阴县人民医院)