

早期识别脑血管病症状

□徐文冲

脑血管病,一种严重危害人类健康的疾病,它主要由于脑部血管破裂或阻塞,导致脑部血液供应障碍,进而引发一系列神经功能缺损的症状。由于脑血管病的发病突然,病情进展迅速,因此早期识别并及时治疗对于患者的康复和生活质量至关重要。

早期识别脑血管病症状

头痛 脑血管病患者常常会出现突然而剧烈的头痛,这种头痛可能伴随着恶心、呕吐等症状。如果头痛持续不减或加重,应引起高度警惕。

肢体无力或麻木 患者会感到一侧肢体无力或麻木,这可能是由于脑部血管阻塞或破裂导致

相应区域的神经功能受损。这种无力或麻木感可能逐渐加重,影响患者的日常活动。

言语不清或失语 脑血管病患者会出现言语不清或失语的症状,这可能是由于大脑的语言中枢受损所致。患者可能无法清晰地表达自己的想法,或者无法理解他人的语言。

视力障碍 部分患者会出现视力障碍的症状,如视物模糊、视野缺损等。这些症状可能是由于大脑的视觉中枢受损,或者眼部血管受到压迫所致。

平衡失调 患者会出现平衡失调的症状,如走路不稳、容易摔倒等。这可能是由于小脑或前庭系统的功能受损所致。

除了上述症状外,脑血管病患者还可能出现意识障碍、吞咽困难、饮水呛咳等其他症状。这些症状的出现可能因人而异,但一旦出现,应尽快就医进行检查和诊断。

怎么治疗脑血管病

药物治疗 在脑血管病的急性期,药物治疗是主要的治疗手段。医生会根据患者的病情和病因,开具抗血小板药物、抗凝药物、溶栓药物等进行治疗。这些药物旨在改善脑部血液循环,减轻脑水肿,保护脑细胞,防止病情进一步恶化。

手术治疗 对于部分严重的脑血管病患者,如颅内出血、大面

积脑梗死等,可能需要进行手术治疗。手术方式包括血肿清除术、血管介入手术等,旨在清除血肿、修复血管或恢复血液供应,以减轻症状并防止病情恶化。

康复治疗 包括物理疗法、作业疗法、语言疗法、心理疗法等多个方面。物理疗法主要通过运动疗法、物理因子治疗等手段,帮助患者恢复肌肉力量、平衡能力和日常生活能力;作业疗法则注重患者的日常生活技能训练,提高患者的自理能力;语言疗法和语言训练旨在帮助患者恢复语言交流能力;心理疗法则关注患者的心理健康,提供心理咨询和支持,帮助患者调整心态,积极面对疾病。

如何预防脑血管病

安全使用中药指南

□李相敏

中药,作为中华民族传统医学的瑰宝,几千年来一直为人们的健康保驾护航。然而,随着现代生活节奏的加快,许多人在使用中药时往往忽视了其用药的规范性和安全性,导致药效不佳甚至产生不良反应。因此,掌握中药的正确使用方法非常重要。

认识中药

中药是指在中医理论指导下,用于预防、治疗、诊断疾病或调节人体机能的药物。它来源于自然界的植物、动物和矿物,经过炮制加工后成为可供临床使用的药材。中药具有多成分、多靶点、多途径的特点,在治疗复杂疾病

方面具有独特优势。

中药的用药原则

辨证论治 中药使用需遵循中医的辨证论治原则,即根据患者的体质、病情、病因等因素,综合分析后制定个性化的治疗方案。

药性相宜 选择药物时,要考虑药物的性味归经与病情是否相符,避免使用与病情不符的药物。

剂量合理 中药的剂量应根据患者的年龄、体重、病情等因素进行调整,确保用药量在安全范围内。

疗程适当 根据病情轻重和药物作用特点,制订合理的疗程,

避免过长或过短的疗程影响治疗效果。

注意禁忌 了解药物的禁忌证和不良反应,避免使用对患者有害的药物。

中药的煎煮方法

器具选择 煎煮中药选用砂锅、瓦罐等陶瓷类器具,避免使用铁锅、铝锅等金属器具,以免影响药效。

浸泡药材 将药材放入清水中浸泡30分钟左右,使药材充分吸水膨胀,有利于有效成分的煎出。

煎煮火候 先用武火(大火)将药材煮至沸腾,然后改为文火(小火)慢煎,保持药液微沸状态。

煎煮时间 根据药材的性质和用途,煎煮时间有所不同。一般来说,解表药、清热药等煎煮时间较短,而补益药、祛湿药等煎煮时间较长,具体可遵医嘱。

滤取药液 煎煮完成后,将药液倒出,用纱布或滤网过滤掉药渣。一般建议煎煮两次,将两次的药液合并后分次服用。

中药的服用方法

服用时间 中药的服用时间应根据病情和药物性质而定。一般来说,补益药宜饭前服用,以利于吸收;清热药宜饭后服用,以减少对胃肠道的刺激。具体可遵医嘱。

服用剂量 按照医生或药师的建议,正确掌握服用剂量。一般情况下,成人每次服用量在100毫升~200毫升,儿童酌减。

服用温度 药液的温度应适中,不宜过热或过凉。一般建议将药液温至接近体温时服用,以减少对胃肠道的刺激。

服用方式 将药液分次服用,一般每日2次~3次。对于特殊药物或病情较重的患者,可遵医嘱增加服用次数。

注意观察 服用中药期间,密切观察病情变化及不良反应情况,如有异常应及时就医。

(作者供职于河南省安阳市内黄县人民医院药学部)

了解护理健康知识

□张倩

健康是我们宝贵的财富之一,然而,由于生活节奏加快、压力增大及不良的生活习惯,我们的健康状况可能受到一定程度影响,导致生病。为了更好地照顾自己,我们需要掌握一些基本的护理健康知识。

下面将带大家了解必备的护理健康知识,帮助大家轻松学习,更好地照顾自己。

日常护理要点

饮食护理 我们应根据自身病情和医生的建议,合理安排饮食。如果需要控制热量,应减少高脂肪、高糖食物的摄入量;若需

要补充营养,应增加优质蛋白质、维生素和矿物质的摄入量。此外,我们还应关注自己的饮水量,保持摄入充足的水分。

药物管理 我们应严格按照医生的指导服用药物,不得随意增减剂量或更改药物种类。可以记录用药情况,以免漏服或错服。同时,我们还应了解药物的不良反应和注意事项,如果出现任何不适,应及时告知医生。

生活护理 我们可以寻求家属来协助完成日常起居活动,如洗漱、穿衣、进食等。如果行动不便,可以使用合适的辅助器具,如轮椅、拐杖等,以提高活动能力。

此外,我们应保持居住环境的整洁和舒适,创造一个良好的康复环境。

心理关怀

倾诉与陪伴 在生病期间,我们会因为病情、生活方式的改变等原因产生焦虑、抑郁等心理问题。我们可以向家属倾诉自己的情绪问题,寻求关心和支持,在家属的陪伴下度过这段艰难时期。

积极应对 我们要积极面对病情,树立战胜疾病的信心。同时,还可以参与一些有益身心的活动,如散步、听音乐、阅读等,以缓解心理压力,提高生活质量。

寻求专业帮助 如果我们心理问题较为严重,应及时寻求心理咨询师的帮助。专业心理人员能提供更有效的心理支持和治疗方案,有助于早日康复。

安全防护

防跌倒 要注意居住环境的安全,避免地面积水、放置杂物等可能导致跌倒的因素。如果行动不便,可以使用合适的辅助器具,并在医生指导下学会正确使用。

防烫伤 在日常生活中,要避免发生烫伤事故,如不吃烫食,用适宜的水温洗漱等。

紧急情况处理 我们和家属都要掌握一些基本的急救知识,如心肺复苏、止血等。在紧急情况下,能够迅速采取措施,争取宝贵的救治时间。

学习护理健康知识是一个长期的过程,通过掌握日常护理的要点、心理关怀和安全防护等方面的知识,我们可以更好地照顾自己,在家中度过一个舒适、安全的康复期。同时,我们也要关注自己的心理健康,调整积极的心态,树立战胜疾病的信心,迎接美好的未来。

(作者供职于山东省济宁市微山县人民医院)

在我们平时的生活中高血压病是一种常见的慢性疾病,我们周边的很多人都患有高血压病。虽然大家都知道患上高血压病后进行有效的护理是非常重要的,但是在我们实际的生活中却有很多人存在护理方式不正确的情况,下面从高血压病护理的角度出发,了解有关高血压病护理的五个误区。

血压降得越快越好

在平时的生活中很多人都认为血压降得越快越好,其实不然。对于高血压病患者而言,血压下降的速度并非越快对健康越有利,如果血压降得太快反而会出现一些心脑血管并发症。因此在降压的过程中,需要注意缓慢平稳地降低血压,可以先从小剂量用药开始,再根据患者的具体情况进行调整。

血压正常后就可以停药

有些高血压病的患者以为吃了降压药,血压恢复正常后就可以不用继续吃降压药了。这种想法是不正确的,因为间断服用药物,会导致血压不稳定,会对心、脑、肾等器官造成伤害。一般情况下高血压病患者需要终身服用降压药来控制血压正常。对于病情较轻的患者来说,患者需要改善自身的生活方式,并密切监测血压,然后可以在专业医生指导下减少降压药物的剂量。而且为了防止血压反弹,确保血压能控制在正常范围内,建议在血压恢复到正常水平后再维持相应剂量的降压药,同时保证血压不再持续下降。《中国高血压预防和治疗指南》明确指出,普通高血压病患者应将血压控制在140/90毫米汞柱(1毫米汞柱=133.322帕)以下;对血压有耐受能力的患者,及高风险患者需要将血压进一步降低到130/80毫米汞柱(1毫米汞柱=133.322帕)以下。

经常变换降压药物

对于很多高血压病患者来说,他们认为长期使用一种降压药会导致身体产生耐药性,因此要经常更换降压药,这样才能更好地控制血压。其实这是不正确的,如果频繁更换降压药会导致我们的身体不能有效适应新的降压药,容易导致血压不稳定,对康复不利。

凭感觉判断血压

生活中也有一些患者认为,只要自己不觉得有什么不舒服,就不需要吃药。这种想法是不正确的,因为真正的血压是通过血压计测量出来的。身体不舒服,不代表血压不高。因为临床中很多高血压病患者大多无症状。虽然也有一些人血压明显升高,但是因为他们的身體长期处于血压逐渐升高的状态,身体已经习惯了这种“感觉”,甚至有很多患者在脑出血之前,他们是不会有这种不舒服感觉的。

只服用降压药

对于高血压病患者来说,血压会根据人们的情绪及身体活动而变化的,所以在服用降压药的过程中,也需要保持良好的生活习惯,并不是服用降压药就万事大吉了。

高血压病是一种常见的慢性疾病,对其进行护理的过程中需要采取正确的护理方式,避免以上五种高血压病护理误区。

(作者供职于山东省邹平市高新街道社区卫生服务中心)

腹股沟疝的微创特色治疗

□赵海滨

腹股沟疝微创特色治疗属于现阶段临床技术进步的产品,可以在不开大刀的情况下,对患者进行有效的治疗,相较于传统的开放手术来说,腹股沟疝微创特色治疗具有手术创伤小、恢复快、术后效果美观等综合优势特点。下面就带大家了解腹股沟疝微创特色治疗的相关知识,希望对大家有所帮助。

什么是腹股沟疝

从临床的角度来说,腹股沟疝是临床当中较为常见的外科疾病之一,俗称“疝气”,也被称之为“小肠气”,幼儿及老年男性较为常见,女性也有患此疾病的。幼儿发病多是因先天发育缺陷所导致的,而对于老年人来说,患有腹股沟疝则是因腹壁组织力量变薄,再加上长期便秘、慢性咳嗽、排尿困难等引起腹内压力增高,进而导致腹股沟疝的出现。

目前,临床治疗腹股沟疝的方法,多是通过手术治疗的方式。网上虽然认为中药或矫正等方法可以治疗腹股沟疝,但确实没有较为可行的临床有效证据。有很多人认为腹股沟疝不痛不痒,不治疗也没有什么影响,其实疝气就好像衣服破了一个洞,随着时间的推移,这个洞会越来越大,腹腔里的小肠等进入里面,出现疼痛不适,还会诱发患者出现诸多并发症。因此腹股沟疝的有效治疗是不容忽视的。

腹股沟疝微创特色治疗

腹股沟疝微创特色治疗

主要就是采用微创技术,通过腹腔镜或其他手术器械进行操作,只需要在患者腹部做几个小孔,将镜头和手术器械进入患者体内,即可进行有效治疗。腹股沟疝微创特色治疗可以有效减轻患者的疼痛感,切口小,恢复的时间也较短。但腹股沟疝微创特色治疗,需要医生综合评估患者情况后进行选择,而术后患者也需要进行必要的护理,以提高患者治疗的整体疗效。

腹股沟疝微创特色治疗后的护理

腹股沟疝微创手术后,患者需要注意避免剧烈运动,多休息更是有利于伤口的恢复。除此之外,也应听从医生的嘱咐,进行有效的饮食调节,避免吃辛辣刺激的食物,多吃一些膳食纤维的食物更有助于消化,避免出现术后便秘。而优质蛋白和优质脂肪,更是患者术后饮食调节的关键所在。

当然,患者应保持伤口的干燥和清洁,定期更换敷料,如果存在红肿、渗液等异常情况,需要去医院进行及时处理。不仅如此,患者术后也要进行定期复查,以监测手术后的治疗效果,以及及时处理可能存在的任何不适症状,这对提高患者康复的质量更具实际意义和作用。

总而言之,腹股沟疝微创特色治疗具有创伤小、疼痛轻、恢复快、术后疗效好等特点,但患者术后还需要进行必要的护理。

(作者供职于山东省枣庄市峰城区人民医院)