手术器械的管理措施

□罗莎

在医院的手术室里,每一台手术的成功都离不开手术器械的精准操作。然而,这些在手术台上历经“浴血奋战”的器械,在完成任务后,是如何从满身血污的状态转变为光洁如新。

回收与预处理

手术结束后,被污染的手术器械会被放入专用的污物箱中,由专业人员用密闭车运送到消毒供应中心的去污区。这是手术器械“重生之旅”的第一站。在手术器械到达去污区后,工作人员会先进行预处理,即在流动水下冲洗器械,初步清除表面的血渍、污渍等残留物。这一对于后续的清洗消毒效果至关重要。

分类与拆解

预处理后的器械会被送至清洁区,工作人员根据器械的材质、污染程度,以及种类进行分类和拆解。对于需要拆卸的精密仪器类手术器械,这一步骤尤为重要,因为它能确保器械的每个部分都能得到彻底清洗和消毒。

手工清洗与机械清洗

接下来,手术器械会进入清洗环节。清洗方法主要分为手工清洗和机械清洗。

手工清洗:针对需要拆卸、清洗难度较大的手术器械,工作人员会采用手工清洗方式。在清洗过程中,需要使用专用清洗剂,进行反复擦洗、刷洗等方式清除器械表面污渍。手工清洗后,器械

还需要进行超声清洗,利用超声波和机械振动,进一步清除器械表面和缝隙处的污垢。

机械清洗:对于可以集中使用清洗机处理的手术器械,工作人员会将其装入清洗筐中,连接器械管腔,打开器械关节,然后放入全自动清洗消毒器中进行清洗。机械清洗流程包括洗涤、漂洗、终末漂洗、消毒、润湿、干燥等步骤,能够确保器械清洗彻底。

检查与保养

清洗完成后,手术器械会进入检查环节。工作人员在放大镜下仔细检查器械清洁度、结构完整性和功能良好性。对于发现的问题,如清洗不彻底、部件损坏等,会及时进行修理。同时,为了

确保手术器械使用寿命,工作人员还会对器械进行保养,如涂抹防锈油等。

包装

检查合格的器械会按照种类、名称、数量进行配装,并使用包装材料进行封装。包装材料包括双层棉布、双层无纺布或纸袋、塑料袋等,能够确保手术器械在灭菌和储存过程中不受污染。包装时,工作人员还会在手术器械包内放置化学指示卡等监测物品,以便后续对灭菌效果进行验证。

灭菌

灭菌是手术器械“重生之旅”的关键环节。根据手术器械的材质和特性,工作人员会选择合适的灭菌方法,如压力蒸汽灭菌、环

氧乙烷灭菌等。在灭菌过程中,需要严格控制温度、压力和时间等参数,以确保灭菌效果。同时,还会进行物理监测、化学监测和生物监测等多种方式的灭菌效果验证,确保每一件器械都能达到无菌状态。

无菌物品存放与发放

灭菌完成后,手术器械会被送入无菌物品存放区进行储存。存放区一般保持低温、干燥的环境,以延长无菌有效期。当手术室需要使用无菌器械时,工作人员会根据需求进行发放,并在发放前再次检查器械包的包装完好性、标签完整性和灭菌效果等。

(作者供职于河南省人民医院消毒供应中心)

中医养生,作为中医药学的重要组成部分,强调通过调和阴阳、平衡体质,达到预防疾病、增强体质、延年益寿的目的。本文将探讨中医养生的核心理念与实践方法,帮助人们更好地理解和应用中医养生。

调和阴阳

中医理论认为,人体是一个统一的整体,阴阳平衡是人体健康的基础。阴阳失衡,则会导致疾病的发生。阳代表温暖、活动、明亮等积极属性,阴则代表寒冷、静止、暗淡等消极属性。在人体中,阴阳相互依存、相互制约,共同维持着人体的正常生理功能。

中医养生,就是通过调整人体阴阳的平衡状态,达到预防和治疗疾病的目的。比如,对于阴虚火旺的体质,中医会采用滋阴降火的方法,选用枸杞、麦冬、石斛等具有滋阴功效的中药;对于阳虚寒凝的体质,则会采用温阳散寒的方法,选用肉桂、附子、干姜等具有温阳作用的中药。

平衡体质

中医将人的体质分为9种类型,包括平和质、气虚质、阳虚质、阴虚质、痰湿质、湿热质、血瘀质、气郁质和特禀质。每种体质都有其特定的生理特点和易患疾病类型。中医养生,就是根据个体的体质特点,采用相应的中药进行调理,以达到平衡体质、预防疾病的目的。

比如,气虚质的人常表现为疲乏无力、气短懒言等症状,中医会采用益气健脾的方法,选用如黄芪、党参、白术等具有补气功效的药物进行调理;湿热质的人则常表现为面垢油光、口苦口干等症状,中医会采用清热利湿的方法,选用如黄连、黄芩、黄柏等具有清热燥湿作用的药物进行调理。

实践方法

中医养生的实践方法多种多样,包括中药汤剂、中药茶饮、药膳、中药泡脚等。中药汤剂是中医常用的治疗方法之一,采取煎煮方法将中药的有效成分提取出来,直接作用于人体,达到治疗疾病、调理身体的目的。中药茶饮是将中药与茶叶相结合,制作成具有特定功效的茶饮,既方便饮用,又能起到养生保健的作用。药膳则是将中药与食材结合,制作成美味可口的菜肴,既满足人们的口味,又能起到调理身体的作用。中药泡脚是利用中药煎煮后的药液进行泡脚,达到温通经络、散寒除湿、活血化瘀的目的。

注意事项与禁忌证

虽然中医养生具有很多优点,但在实际应用中也需要注意一些事项和禁忌证。首先,中药的选用应根据个人的体质和病情选定,避免盲目跟风或滥用中药;其次,中药的煎煮和服用方法应严格按照医嘱进行,避免影响药效或产生不良反应;最后,对于孕妇、哺乳期妇女、儿童等特殊人群,应谨慎使用中药,避免对胎儿或婴幼儿造成不良影响。

中医养生作为中医药学的重要组成部分,以独特的理论体系和实践方法,为人类健康事业提供了宝贵的财富。调和阴阳、平衡体质,中医养生不仅能够帮助人们预防疾病、增强体质,还能提高人们的生活质量和幸福感。然而,中医养生并非万能,应用时需要在医生的专业指导下进行,以确保安全有效。

(作者供职于内蒙古自治区乌海市海勃湾区中医院药剂科)

中医养生知多少

□王甜

骨科创伤后的康复训练

□周晓

下坚实的基础。

药物治疗:可以使用中药汤剂或者外用药物进行治疗,如云南白药、红花油等都是常用药,可以起到活血化瘀、止痛消肿的作用。若患者疼痛严重,在早期可以服用3天~5天的非甾体抗炎药,以减轻疼痛及水肿,并保障患者能开展康复活动。

初期康复锻炼:家属可以根据医生的建议,对患者开展轻柔的关节被动运动,如推拿、按摩等,可以促进血液循环及肌肉松

弛,避免关节僵硬。另外,患者可以根据疼痛及肿胀情况,逐步尝试开展主动运动,如手指或者脚趾屈伸等。

骨科创伤的亚急性期康复:骨科创伤的亚急性期,康复重点会逐渐转向增强肌肉力量及提高关节活动范围。

首先,肌肉力量训练。开展肌肉的紧张及放松练习,以及逐渐增加肌肉的动态收缩训练,可以使用弹力带开展抗阻练习。

其次,关节活动范围训练。在确保患者无痛的前提下,逐步

增加关节的活动范围,直至关节活动接近正常。

最后,功能性训练。患者可以通过穿衣、吃饭、洗漱等日常生活技能的练习,来提高自理能力。这一阶段的训练可以帮助患者逐渐适应日常生活,增强康复的信心。

骨科创伤的慢性期康复:在慢性期,康复重点是肌肉及耐力的进一步强化,以恢复运动的能力。

强化肌肉及耐力:患者可以使用杠铃、哑铃等器材来开展肌

肉力量及耐力强化训练。同时结合有氧运动,如骑行、步行等,促进心肺功能及整体耐力的提升。

平衡及协调训练:开展静态平衡训练(如单脚站立等)和动态平衡训练(如踏步等),可以提升肢体的平衡能力及协调性。

恢复运动能力:患者可以根据个人的兴趣及实际需求,开展专项运动训练,如踢足球、打篮球等。

以上就是骨科创伤患者的康复方法,在此期间患者需要积极配合医务人员,做好心理调适并预防感染。科学、系统的康复训练,可以帮助患者尽快康复,从而回归正常的生活。

(作者供职于山东省济南市章丘区人民医院)

脑梗死后遗症患者怎样居家护理

□朱家攀

脑梗死是一种严重的脑血管疾病,以高发病率、高复发率、高致残率和高死亡率,严重威胁人们的健康和生命安全。因此,尽早发现并及时治疗脑梗死,至关重要。

脑梗死早期诊断方法的选择

颈动脉彩超检查:颈动脉彩超检查是早期诊断脑梗死的常用手段之一。颈动脉彩超检查能够清晰显示颈动脉的状况,帮助医生判断是否存在斑块、血栓。在脑梗死早期诊断中,该技术优势明显,不仅能明确颈动脉硬化性质,还能精准定位其病变位置。颈动脉彩超检查具有灵活、

简便、无创的特点,对身体没有损害。但是,颈动脉彩超在早期诊断时存在一定的不精确性。

头颅CT(计算机层析成像)检查:头颅CT检查利用X线扫描颅脑层面,检测大脑内血液循环流速及血液流动方向,以此帮助医生判断受检者是否患有脑梗死及其他脑血管疾病。头颅CT检查的优点是操作简便、检查时间短,适用范围广泛。但是,头颅CT在检查过程中需要使用X线,存在辐射风险,因此不适合作为常规检查手段频繁使用。此外,在脑梗死早期,头颅CT检查的阳性发现率相对较低。

CT血管造(CTA)检查:CTA检查属于非创伤性血管成像技术,能够清晰呈现颅内血管的情况,帮助医生发现诸如颅内动脉闭塞、颅内动脉狭窄等异常现象。CTA检查具有分辨率高、扫描速度快、图像显示效果好等特点。但是,CTA检查也有不足之处,比如部分患者可能对造影剂过敏,检查过程中辐射剂量较大,且图像处理所需的时间较长。

磁共振血管成像(MRA)检查:MRA检查具有无创、高效、无辐射、不使用对比剂等优点,能够在进行核磁共振检查的同时完成脑梗死筛查。不过,在脑梗死早

期诊断中,MRA检查存在分辨率相对较低、检查时间长、对远端血管评价效果欠佳等问题。

脑梗死的早期预防措施

合理饮食:饮食调理在预防脑梗死方面起着重要作用。人们应增加新鲜的蔬菜和水果的摄入量,秉持清淡、不过饱的饮食原则,尽量避免食用盐、糖、脂肪含量过高的食物。

规律生活:不良的生活习惯与脑梗死密切相关。在日常生活中,人们要远离烟、酒,养成良好的作息习惯。同时,注意日常保暖,防止受凉。

适度运动:脑梗死与脑部血

液循环障碍、缺氧有关。定期进行有氧运动,有助于预防脑梗死。比如,跳绳、慢跑、打太极拳、跳健身操等中低强度的有氧运动都是不错的选择。人们每周可以锻炼两三次,每次锻炼时间控制在半小时左右。

脑梗死的早期诊断方法多样,包括颈动脉彩超、头颅CT检查、CTA检查、MRA检查等。这些检查方法各有特点,患者需要根据自己的实际情况合理选择。此外,合理饮食、规律生活、适度运动等,能够预防脑梗死。

(作者供职于河南省开封市第二中医院内三科)

牙齿缺损的修复方法

□侯璐娟

牙齿缺损的原因多种多样。常见的有龋齿,也就是俗称的蛀牙,若不及时治疗,龋洞会逐渐扩大,严重时可能导致牙齿脱落。外伤也是一个重要因素,意外摔倒、碰撞或运动损伤都可能使牙齿折断或脱落。此外,长期牙齿磨损,如夜间磨牙或不良的咀嚼习惯,以及随着年龄增长出现的牙齿自然磨损和牙龈萎缩,都可能引发牙齿缺损问题。

牙齿缺损的危害

影响美观:牙齿缺损了,从外观上看,面部容貌就不那么好看了,笑起来也不再像以前那么完美。很多人会因为这个问题

在社交场合感到自卑,都不敢大大方方地开怀大笑。

功能受损:从咀嚼方面来说,牙齿缺损会让咀嚼效率降低,食物没办法充分嚼碎。这样吃下去,胃肠的消化负担就加重了,时间长了,很可能引发消化不良等胃肠道疾病。而且,牙齿之间是相互支撑的,一颗牙齿缺损后,相邻的牙齿也会过度伸长,这就破坏了整个牙列的稳定性,引起咬合紊乱,还会增加患颞下颌关节疾病的风险。

修复方法

烤瓷牙修复:这是一种比较

常用的修复方式。烤瓷牙的色泽和外观跟我们的天然牙很相似,装上后能很好地恢复牙齿的形态,让牙齿看起来美观。它的制作原理是把金属或者陶瓷等材料做成基底冠,再在外面加上一层烤瓷材料,然后固定在经过处理的患牙上。烤瓷牙不仅美观,还能在一定程度上恢复牙齿的咀嚼功能。

种植牙修复:种植牙相对来说更先进、更理想。它就像在牙槽骨里面种上一颗人工牙根,等人工牙根和牙槽骨紧密长在一起后,再在上面安装牙冠。种植牙的好处是不需要磨损旁边的

牙齿,最大限度保留天然牙体组织。

活动义齿修复:活动义齿是利用剩余的天然牙、基托下面的黏膜以及骨组织来提供支持,依靠牙齿的固位体和基托固定在口腔里,患者自己可以随时摘下来和戴上。

注意事项

做完牙齿缺损修复后,可不是万事大吉了。患者一定要注意口腔卫生,每天坚持用正确的方法刷牙,还可以使用牙线、牙缝刷这些清洁工具,定期去医院进行口腔检查和洁治。只有这样才能让修复体用得 longer,也能

保障口腔健康。同时,要注意别咬太硬的东西,不然很容易把修复体弄坏。

牙齿缺损不是小问题,大家千万不能忽视。通过合适的修复方法,人们可以恢复牙齿的功能,重新拥有自信的笑容,让生活更加美好。烤瓷牙、种植牙和活动义齿都有各自的特点和适用范围,患者要在口腔医生的指导下,综合考虑自己的口腔状况、经济条件,以及实际需求等因素,选择适合自己的牙齿缺损修复方案。

(作者供职于海南省文昌市人民医院)

如何进行细菌培养

□任文娟

细菌培养的原理

细菌属于单细胞微生物,具备很强的繁殖能力。在适宜的环境条件下,细菌能够通过分裂方式实现快速增殖。细菌培养正是基于这一特性,为细菌营造适宜的生长环境,促使其大量繁殖,进而在培养基上形成肉眼可见的菌落。这些菌落的形态、大小、颜色等特征,可作为初步判断细菌种类的重要依据。

细菌培养的应用

助力精准治疗:细菌培养在临床检验中应用广泛,可帮助医生确定感染病原体,为精准治疗提供依据。比如,当患者出现发热、咳嗽等症状时,医生可以通过痰液培养确定是否为细菌感染,以及感染的细菌种类。若为细菌感染,医生可以依据培养结果选择合适的抗生素进行治疗,从而提高治疗效果,减少抗生素的滥用。

监测医院感染:细菌培养还可以用于监测医院感染。医院环境特殊,患者身体抵抗力相对较弱,易发生感染。采取定期对医院环境进行细菌培养,能够及时发现潜在的感染源,采取有效措施进行预防和控制,保障患者的健康安全。

细菌培养的注意事项

尽管细菌培养是一种重要的临床检验手段,但在操作过程中需要注意以下问题:

- 标本采集时务必严格执行无菌操作原则,防止标本受到污染。
- 在培养细菌过程中,要密切关注培养箱的温度、湿度和气体环境,确保细菌能够正常生长。
- 鉴定细菌时,需要综合运用多种方法,确保鉴定结果的准确性。

总之,细菌培养作为一项重要的临床检验手段,对于确诊病原体感染、实现精准治疗具有不可替代的作用。

(作者供职于山东省枣庄市妇幼保健院)

什么是溃疡性结肠炎

□沈晓芳

溃疡性结肠炎是临床较为常见的一种慢性非特异性炎症性肠道疾病。近年来,随着人们饮食习惯的改变,其发病率呈明显上升趋势。由于该疾病存在一定的癌变风险,一旦确诊,患者应积极接受治疗,以防止病情进一步恶化。而“溃疡性结肠炎能否痊愈”,无疑是众多患者最为关注的问题。为使患者深入了解该疾病及其相关知识,本文将对该病展开详细阐述。

溃疡性结肠炎的定义

溃疡性结肠炎是一种累及直

肠和结肠的慢性非特异性炎症性肠道疾病,病程多呈现反复发作的特点。临床上,依据病变范围可将其分为直肠型、左半结肠型、全结肠型及回肠-结肠型。

临床症状

患病后,患者会出现持续性或反复发作的腹泻、黏液脓血便,并伴有腹痛、腹胀等症状。部分患者还会出现恶心、呕吐、发热等表现。病情严重者,可能出现营养不良,甚至引发直肠癌、癌变、危及生命。

痊愈的可能性及关键措施

规范治疗是实现疾病治愈的

基础。患者确诊后,务必严格遵循医生的要求,积极接受规范化治疗。鉴于每位患者的具体情况各异,临床上不存在绝对有效、最佳的治疗方式和药物。医生会综合考虑患者的实际情况,制定最为适宜的治疗方案,以取得最佳治疗效果。在此过程中,患者应积极配合医生,坚持完成规范化治疗。

调整生活方式

调整生活方式对于提升治疗效果、预防疾病复发至关重要。患者需要保持规律的饮食习惯,避免暴饮暴食,多食用易消化且

营养丰富的食物,以促进肠道黏膜修复;同时,避免食用辛辣、刺激性食物,防止肠道炎症加重,导致病情恶化或复发。此外,患者还应保证充足睡眠,避免熬夜,并适量增加运动时间,以增强机体功能,促进疾病康复,降低疾病复发风险。情绪方面,患者需要保持心情愉悦,因为长期处于焦虑、抑郁状态可能诱发病情加重或复发,可以采取呼吸训练、冥想等方式调节情绪,维持积极乐观的心态。

定期检查

定期检查是判断疾病是否复

发的重要手段。患者完成治疗后,应按照医生的嘱咐定期前往医院复查,以明确身体的恢复情况及复发风险。同时,患者要与医生保持良好沟通,遇到问题及时反馈,以便医生随时掌握病情变化,为后续治疗和康复提供专业指导。

希望经过本文的介绍,人们对溃疡性结肠炎有初步认识。患者要积极规范治疗,调整生活方式并定期复查,切实做好疾病预防工作,争取早日康复。

(作者供职于郑州大学第一附属医院消化内科)