

呼吸机的消毒和保养你知道吗？

李兴林 重庆高新区第一人民医院

呼吸机是一种重要的医疗设备,许多患者在呼吸机的帮助下重获呼吸,恢复健康。呼吸机在拯救生命的过程中发挥着关键作用,做好呼吸机的消毒和保养至关重要。那么,呼吸机如何进行消毒和保养?

1.呼吸机是什么？

呼吸机是一种用于帮助或替代患者进行正常呼吸的医疗设备,广泛应用于急救、麻醉、重症监护等领域。

2.呼吸机有哪些功能和作用？

(1)维持气道通畅:呼吸机可以通过机械通气的方式,帮助患者保持气道通畅,防止因气道阻塞而导致的呼吸困难。(2)提供氧气支持:呼吸机可以为患者提供充足的氧气,特别是在肺功能受损或氧合能力不足的情况下。(3)辅助呼吸:对于自主呼吸不足或完全丧失自主呼吸能力的患者,呼吸机可以提供机械通气,辅助或完全替代自主呼吸。(4)减少呼吸肌肉负担:呼吸机能够有效减轻患者呼吸肌肉的负担,尤其是在呼吸肌疲劳或无力的情况下。(5)改善气体交换:呼吸机可以帮助改善患者的肺泡通气和气体交换效率,提高血氧水平,减少二氧化碳滞留。

3.呼吸机如何消毒？

(1)拆卸:按照设备说明书的要求,将所有可拆卸的零件如面罩、滤芯、水槽等取下。(2)清洗:将拆卸下来的呼吸机部件放入清洗容器中,使用温水和合适的清洁剂进行清洗,确保彻底清除任何残留物。清洗前可以先将多余的尘土或污垢从呼吸机上擦拭掉。对于难以清洗的部件,可使用刷子等工具进行辅助清洗。(3)消毒:清洗完成后,进入消毒阶段。化学消毒通常使用消毒液浸泡部件,不同的呼吸机有不同的消毒液推荐使用方法,应注意选择合适的消毒液和浸泡时间,以免对设备造成腐蚀或损坏。紫外线消毒是利用紫外线照射杀灭细菌,将呼吸机部件暴露在紫外线照射下进行消毒,要注意消毒时间和紫外线灯的功率。(4)检查保养:对于呼吸机的消毒,应注意根据实际使用频率和使用环境,制定合适的清洁和消毒时间表,定期对呼吸机进行清洁和

消毒,以确保设备的安全和卫生。

4.呼吸机如何保养？

(1)日常保养:a.清洁外部:使用软湿抹布或海绵布定期擦拭呼吸机的外部,然后用干毛巾擦干,确保不要将水直接冲洗或使水进入呼吸机机械中。b.湿化器保养:湿化器应每3天清洗一次,每天必须换水,并确保水的高度不超过最高水位线。c.过滤棉保养:过滤棉是一次性耗材产品,不可清洗,每周取出用手轻轻弹一下,把灰尘弹掉。每两三个月更换一次过滤棉,以保证过滤效果。d.主机保养:定期用棉质毛巾清洁,避免潮湿,保持干净。放置于通风干燥处,避免阳光直射。

(2)定期保养:a.主机和空气压缩机清洁:每周使用清洁的抹布擦拭主机和空气压缩机的外壳,去除灰尘和污渍。必要的情况下,可以使用含氯制剂消毒液浸泡软布后进行擦拭。b.空气过滤网清洁:定期(根据科室空气质量,建议每周或每半个月)将过滤网从机器中取出,用清水冲洗表面尘埃,清洗完成后用干纸吸至完全无水分。还可使用吸尘器将过滤网表面灰尘清除。c.传感器清洁:传感器作为精密元件,清洁时需特别小心。可使用75%的酒精棉球轻轻擦拭表面,或者使用清水擦拭,完成后自然晾干。严禁使用腐蚀性强的消毒液浸泡传感器,以免损坏其精细元件。d.湿化器的电器部分清洁:使用清洁的软湿布轻轻擦拭湿化器的电器加热部分和温控传感器探头,严禁使用消毒液清洁。

(3)其他注意事项:a.通电检查:针对闲置的呼吸机,定期检查呼吸机的功能,建议每周一次,确保呼吸机能够正常运行。b.电池保养:每月对呼吸机的内置电池进行一次完全的充放电,机器不用时要保证电池满电放置。c.操作注意事项:医务人员操作呼吸机前后应洗手,以防交叉感染。

以上就是呼吸机消毒和保养的相关介绍。呼吸机的消毒和保养十分重要,在进行呼吸机消毒保养操作之前,建议参考呼吸机的用户手册或联系制造商,以获取准确的保养指南。

女性健康科普——月经不调的日常调护措施

李扬飞 成都东部新区第二人民医院

月经不调又可称为月经失调,属于一种常见的女性疾病,典型表现为月经周期时间、月经量异常,可以通过药物、手术达到治疗目的,同时配合护理方法,改善症状,减轻不适感;很多人并不了解月经不调的日常护理应该注意什么,常会做出一些错误行为,导致疾病久治不愈,增加经济压力,加重身体负担。为了广大患者的健康着想,本文将就此进行科普,带大家深入了解护理要点。

一、月经不调的定义及常见表现

1.月经周期紊乱:月经周期长短不一,可能提前或推迟,有时甚至数月不来月经。2.经量异常:月经量过多或过少。3.月经量过多可能导致贫血等问题,月经量少则可能反映出内分泌失调等情况。3.经色异常:经血颜色可能变深或变浅,如暗红色、褐色、粉红色等。4.痛经:月经期间出现下腹部疼痛,疼痛程度因人而异,严重者可能影响日常生活和工作。

因此,女性朋友们如果发现自己有月经不调的情况,应及时就医,找出原因并进行相应的治疗,也要养成良好的生活习惯,保持心情舒畅,以维持正常的月经周期。

二、月经不调的原因:

1.女性节食过度从而导致体内脂肪严重流失,所以体内雌性激素水平严重降低引起月经不调。2.长时间的情绪不好也会导致内分泌紊乱。3.当女性患有甲状腺疾病时,甲状腺功能的亢进或低下,也是引起月经不调的主要原因之一。4.女性患有子宫肌瘤、子宫内膜息肉,子宫腺肌症等妇科器质性疾病,同样会影响正常的月经。5.其他内分泌失调的原因,如卵巢早衰、多次刮宫引起内膜损伤、多囊卵巢综合征等。

三、月经不调对女性会造成哪些影响？

1.降低怀孕概率:月经不调可能会影响子宫内膜的正常脱落和新陈代谢,从而影响女性受孕率。严重时可能会引起不孕。2.容易引发流产:由于女性身体激素环境长期异常,就会影响卵子

质量,甚至影响胚胎早期发育,即使怀孕也容易造成流产。3.贫血:长期月经量过多或不规则出血可能导致失血性贫血,出现头晕、乏力、心慌、气急等症状。4.内分泌紊乱:月经不调还可能导致内分泌功能紊乱,长期无排卵导致孕激素缺乏,可能会呈现不同程度增生性表现,甚至可能转化为子宫内膜癌变。5.引起妇科炎症:女性长期月经不调可能诱发宫颈炎、盆腔炎、子宫内膜异位症等疾病,影响日常生活。6.闭经:如果月经不调时间超过3个月,就有可能造成女性闭经。闭经分为继发性和原发性两种,但无论哪种闭经,都可能诱发女性妇科疾病,并减小女性怀孕的可能性。7.心理压力:长期的月经不调可能导致女性心理压力增大,出现心理健康问题,同时也会影响日常生活和工作。

四、月经不调可以采取哪些方式来进行调理？

1.中药治疗:可去医院中医科门诊开药,中成药有许多治疗月经不调的,如月经推后或量少可服益母草膏、当归膏、逍遥丸等,体虚月经不调的可服定坤丹、乌鸡白凤丸、阿胶膏。2.适当运动,健康饮食:日常饮食要营养均衡,饮食清淡,注意荤素搭配。经前及经期应禁生冷及辛辣的食物,避免经期身体不适,多囊卵巢综合征的患者,肥胖与疾病的发生有关,体重管理会改善多囊卵巢综合征的症状,恢复正常月经。3.注意保暖:经前应避免受凉,夏天空调房内女性应少露脚踝和下腹部,以免因寒而滞血,经期更要注意腹部和脚踝保暖。4.调情和志:女性情绪容易随着月经周期而波动。因此要注意疏肝理气,消除不良情志刺激的影响,保持健康正常的心态。5.生活规律:经常熬夜的女性会使生物钟被打乱,诱发内分泌功能紊乱,进而影响女性的排卵周期。良好的生活方式可以使女性的情绪稳定,改善身体抵抗力,有利于维持月经周期的规律性。6.健康减重:过度节食使得体内缺乏足够的蛋白质和脂肪,造成雌孕激素合成异常,导致月经失调。因此科学减重对女性很重要,不应一味追求体重下降,而使体脂过低。

可能有所不同,使用前请仔细阅读说明书。

三、使用气雾剂的注意事项

使用气雾剂时,需注意以下几点以确保安全和疗效。首先,避免用嘴直接对着喷嘴呼气,以免污染药物和喷嘴。其次,使用前需仔细阅读说明书,如说明书要求摇匀,则务必摇匀后再使用。使用过程中,确保喷嘴清洁,避免细菌滋生。此外,气雾剂应存放在干燥、阴凉处,避免高温和阳光直射,以免影响药物稳定性。定期检查气雾剂的阀门是否正常,如有泄漏或喷雾不畅,应及时更换。遵循这些注意事项,能确保气雾剂药物的有效使用,减少不良反应,更好地管理疾病。请注意,不同类型的气雾剂可能有不同的使用注意事项,使用前请仔细阅读说明书并咨询医生。

四、特殊类型气雾剂的使用与注意事项

特殊类型的气雾剂,如含激素类药物的气雾剂,在使用后需及时漱口,以减少口腔和咽喉部的副作用。对于哮喘患者常用的哮喘气雾剂,其使用步骤和养护方法也需特别注意。在使用哮喘气雾剂时,需确保药物充分摇匀,喷嘴对准口腔,按下喷嘴的同时深吸气,确保药物直达肺部。使用后,同样需清洁喷嘴,避免污染。此外,哮喘患者应随身携带哮喘气雾剂,以备不时之需。遵循这些特殊的使用与注意事项,能更好地管理哮喘等呼吸系统疾病,提升生活质量。

结语:气雾剂药物作为现代医疗的重要工具,其正确使用关乎患者的健康与疗效。了解气雾剂的分类、掌握正确的使用步骤以及注意事项,是确保药物有效性和安全性的关键。特殊类型的气雾剂,如含激素类药物的气雾剂和哮喘气雾剂,更需遵循特定的使用与注意事项。我们鼓励患者与医生保持密切沟通,根据病情和药物特性,合理选择和使用气雾剂药物。同时,良好的生活习惯和情绪管理也是疾病管理的重要组成部分。让我们携手努力,科学用药,共同守护健康,迎接更加美好的明天。

肩周炎的综合治疗方案是否真的有效

万革 重庆市人民医院

你是否曾经遇到过这样的情况:早上起床伸个懒腰,忽然肩膀疼痛得让你无法抬手,甚至连穿衣服都成了难事?这可能就是肩周炎在“捉弄”你了。肩周炎作为一种常见的肩部疾病,给很多人的日常生活带来了困扰。那么,肩周炎的综合治疗方案真的有效吗?今天,我们就一起来聊聊这个问题,看看肩周炎该如何治疗,哪些方法对你最有效。

一、肩周炎到底是什么？

肩周炎从字面上看是指肩关节周围发炎,一般可引起肩膀剧痛,并使肩关节活动度受到极大限制。通俗地说,肩周炎是肩膀关节附近组织慢性炎症的总称,一般与肩部肌腱,韧带和软骨结构紧密相连。肩周炎,医学中还有个别名叫“冻结肩”.这个名字形象地说明肩部关节活动受限。本病因十分复杂,一般与肩关节长期超量使用,外伤,年龄因素,糖尿病及其他慢性病影响有关。

二、肩周炎的症状有哪些？

肩周炎最典型的表现就是肩部疼痛,活动受限甚至会影响到日常生活。其证候表现分3期,即急性期,僵硬期,恢复期:

急性期:肩部的疼痛最厉害,特别是当活动或夜间睡着后会觉得疼痛加剧。

僵硬期:肩关节活动范围随肩关节疼痛缓解而逐渐限制。病人可能不能进行日常活动,如穿衣服,梳头发,甚至伸手取物品。

恢复期:随着时间的推移,肩关节开始逐步恢复其活动范围,但可能会感受到轻微的不适或疼痛,而恢复的速度因个体差异而有所不同,一般可能需要数月乃至一年的时间。

三、肩周炎的综合治疗方案

治疗肩周炎并不是单一药物和疗手段可以解决。一般在肩周炎治疗时都需采用一种综合治疗方案,这种方案不仅能缓解痛苦,还有助于肩关节功能恢复和预防症状反复。

1.药物治疗。在肩周炎的治疗过程中,药物是首要环节,特别是对急性疼痛的减轻。常用药物有:非甾体抗炎药(NSAIDs):例如布洛芬、萘普生等,这些药物可以有效地缓解肩部炎症,减轻疼痛,帮助患者度过急性阶段。类固醇注射:在口服药物无效的情况下,医生可考虑给病人局部注射类固醇。肌肉松弛剂:有时候肩部肌肉因长时间紧张而出现疼痛增加。肌肉松弛剂可以帮助松弛这些肌肉并缓解因此而产生的不适感。

2.物理治疗。物理治疗对肩周炎的治疗起着至关重要的作用,尤其当疼痛得到减轻时。热敷与冷敷:热敷可改善血液循环,舒缓肩部肌肉紧张,冷敷可缓解炎症,减轻肿胀。交替热敷与冷敷有助于减轻肩部疼痛。超声波治疗:超声波治疗是利用高频声波对肩关节产生影响,有助于改善血液循环、缓解炎症、促进组织愈合。电疗:电疗利用电流对肌肉、神经产生刺激作用,有助于减轻肩部痉挛、酸痛。常在急性期治疗中应用,可迅速缓解症状。

3.运动康复。运动康复在肩周炎治疗中起着至关重要的作用。肩周炎恢复期适当锻炼可有助于恢复肩关节活动度、增强肩部肌肉力量、防止症状反复。肩部拉伸运动:以柔和的拉伸动作来协助肩关节活动范围的恢复。可通过手臂伸展和旋转,减轻肩部僵硬感。肩部强化训练:以肩部肌肉群为训练对象,利用弹力带和哑铃增强肩部肌肉力量,促进肩关节稳定。游泳:游泳这一运动很适合肩周炎病人,可以在减轻关节负担的前提下有效地锻炼肩部肌肉并有助于肩关节灵活性的恢复。

4.手术治疗。尽管大多数肩周炎患者可以通过保守治疗得到缓解,但对于一些病情较为严重、久治不愈的患者,手术治疗可能是最后的选择。常见的手术方法包括关节镜手术,主要用于清除关节内的炎症物质、修复损伤的软组织和关节。

肩周炎虽然常见,但通过综合治疗方案的合理应用,大多数患者都能够有效缓解症状,恢复肩部的正常功能。药物治疗、物理治疗、运动康复和生活方式调整等多种方法相结合,不仅能够减轻疼痛,还能够促进肩部的恢复。尽早就医,科学治疗,是解决肩周炎问题的关键。

婚前需要婚检吗？

王英凤 广西壮族自治区玉林市福绵区妇幼保健院

婚检,全称为婚前医学检查,是指在结婚登记前对男女双方进行的常规体格检查和生殖器检查,以便发现疾病,保证婚后的婚姻幸福和生育健康。这一制度源于对婚姻质量与人口健康的关注。那么,面对婚姻这一人生大事,婚前是否需要要进行婚检呢?这一问题不仅关乎个人健康,也涉及家庭幸福与社会责任。

1.婚检的现状与规定

婚检,即婚前医学检查,在中国经历了从强制到自愿的转变。根据当前的法律规定,结婚已不再强制要求婚检,是否进行婚检完全取决于当事人的个人意愿。这一变化体现了对公民个人选择权的尊重。婚检通常包括一系列专项检查,旨在发现可能影响婚姻幸福和后代健康的疾病,为即将步入婚姻殿堂的男女双方提供科学的健康指导。因此,尽管婚检不再是法律强制要求,但出于对自身健康及未来婚姻生活的考虑,许多新人仍会选择进行婚前检查。

2.婚检的主要内容和目的

婚检,即婚前检查,是结婚前对男女双方进行常规体格检查和生殖器检查,以便发现疾病,保证婚后的婚姻幸福和身体健康。其主要内容涵盖多个方面,包括但不限于对艾滋病、梅毒、淋病等传染性疾病的筛查,以及对进行性肌肉营养不良等遗传性疾病的评估。婚检的目的在于预防和控制遗传性疾病的蔓延,确保夫妻双方及未来子女的健康。通过检查,可以及早发现一些潜在的、可能影响婚姻质量和生育能力的健康问题。例如,对于精神分裂症、先天痴呆、躁狂抑郁、重症智力低下等严重精神疾病,婚检能够及时发现并提醒双方谨慎考虑婚姻决策。此外,婚检还有助于避免一些遗传性疾病的传递。如先天性痴呆、聋哑、血友病、先天性肌强直、严重精神发育迟缓以及X连锁显性遗传等疾病,都可能通过遗传方式影响下一代。因此,婚检中的遗传咨询和风险评估对于保障后代健康具有重要意义。

3.婚检的常见疑问与误区

关于婚检,公众常存在一些疑问与误区。一种普遍误解是认为婚检等同于常规体检,实则不然,婚检更侧重于生殖健康与遗传疾病的筛查。另有人担忧婚检结果会泄露隐私,实则婚检结果的保密性受到严格法律保护,非经本人同意,不得擅自泄露。还有人认为婚检能发现所有遗传疾病,这是不准确的,因为遗传疾病的复杂性使得其筛查与诊断具有一定局限性。此外,关于婚检的时间,有人认为婚后进行也无妨,但实际上,婚前进行婚检能更早发现问题,及时处理,避免对婚姻生活造成不必要的影​​响。因此,正确理解婚检的意义与内容,有助于消除误解,做出明智的健康选择。

4.婚检的重要性与必要性强调

婚检作为婚前健康检查的重要环节,其重要性与必要性不容忽视。婚检不仅关乎个人健康,更是对未来婚姻生活及后代健康负责的表现。通过婚检,可以及早发现并处理可能影响婚姻质量和生育能力的疾病,如遗传性疾病、传染性疾病等,从而避免婚后因健康问题引发的矛盾与困扰。同时,婚检也是对双方健康状况的一次全面评估,有助于建立更加坦诚、信任的婚姻关系。此外,婚检还能为新入提供科学的孕育指导,包括适宜的生育时机、孕期保健等知识,有助于提高出生人口素质,促进家庭和谐与社会稳定。因此,尽管婚检非强制,但出于对自身及家庭未来的考虑,进行婚前检查显得尤为必要,它不仅是对健康的投资,更是对幸福婚姻生活的有力保障。

结语:婚检作为婚前健康检查的重要一环,其重要性不言而喻。它不仅是个​​人健康的保障,更是对未来婚姻与家庭幸福的投资。尽管婚检已成为自愿选择,但出于对双方健康及后代福祉的考虑,我们仍应积极倡导并鼓励婚前进行医学检查。让我们携手共建一个健康、和谐的社会,让每一对新人都能在充分了解彼此健康状况的基础上,步入婚姻的殿堂,共同迎接美好的未来。