

盆腔炎总来“找茬”？这些知识要记牢

辜福秀 重庆医科大学附属巴南医院

盆腔炎是女性群体常见的妇科疾病，不仅具有易反复发生的特点，还具有治疗周期长、危害大、根治难度大的特点，病情严重还可能导致女性不孕不育或者合并其他妇科疾病，而严重影响其正常生活。虽然盆腔炎的治疗方法较多，但要想尽快康复或避免复发，也要重视日常的护理、预防措施。

1.盆腔炎发生的原因有哪些？

盆腔炎是一种上行性感染而引起的盆腔器官疾病，具体是指女性子宫、输卵管、卵巢等盆腔内生殖器官的炎症性病变，以细菌为主要病原体。盆腔炎典型的症状主要表现为下腹痛，以间歇性、持续性疼痛为主，多发生于下腹部、腰臀部，尤其在月经期间和性生活后最为明显。阴道分泌物异常也是盆腔炎的常见症状，以分泌物增多为主，颜色多为黄色、绿色，且伴随着异味。另外，以月经过多、经期延长等为表现的月经不调也是盆腔炎患者的常见症状。

总结盆腔炎发生的原因主要有以下几点：

(1)个人卫生习惯不佳。细菌感染是盆腔炎的主要致病因素，不重视私处卫生，就会增加细菌滋生的风险，进而引起炎症。尤其是在月经期间，不及时更换卫生巾、内裤或者清洗不到位，加之抵抗力下降，更容易导致细菌滋生。(2)性生活不洁。性生活是传播淋病奈瑟菌、沙眼衣原体最为常见的情况，多性伴侣、无保护性行为、性伴侣不洁或者性生活过频等都会增加盆腔炎的发生风险。(3)避孕方式不当，主要指使用宫内避孕器。宫内避孕器易改变子宫内膜环境，为细菌滋生提供条件。同时，置入宫内避孕器消毒不规范或置入后卫生管理不当，也容易导致细菌进入盆腔器官。(4)过度清洁。阴道有自洁功能，一旦频繁使用卫生棉条、阴道灌洗，都会破坏阴道环境，降低阴道对细菌的防御能力，进而引起上行感染。(5)心理压力、过度劳累也会影响机体免疫功能，从而促进感染发生。

2.盆腔炎如何进行护理和预防？

了解盆腔炎的发生原因，可让护理和预防更加具有针对性，

泌尿系肿瘤手术的现代技术和创新方法

费建功 平凉市第二人民医院

泌尿系肿瘤是一种常见疾病。微创手术技术的发展让治疗变得更简单，创伤小、恢复快，得到了广泛认可。高强度聚焦超声（HIFU）技术也因其非侵入性和少并发症而受到关注。尽管如此，选择合适的方法、评估新技术的效果以及管理手术后可能出现的问题，仍然需要进一步研究和讨论。

1.泌尿系肿瘤的概念

泌尿系肿瘤是指发生在泌尿系统各个部位的肿瘤，包括肾脏、输尿管、膀胱等部位。其中，肾脏肿瘤、膀胱肿瘤和前列腺癌是最常见的三种类型。

肾脏肿瘤主要是肾细胞癌，即肾的上皮细胞发生的癌症。肾脏是人体的主要排毒器官，肾脏肿瘤的发生与环境中有害物质、遗传因素以及个体生活习惯等多种因素相关。

膀胱肿瘤主要是膀胱移行细胞癌，主要与吸烟、职业暴露以及长期受到尿道感染等因素有关。

前列腺癌则多发于年纪较大的男性，关联因素包括年龄、种族、家族病史、饮食习惯以及雄激素水平等。

近年来，泌尿系肿瘤的诊疗手段也在不断升级和优化。早期采用开腹手术的治疗方式已经被逐渐被微创手术和机器人手术取代。另外，高强度聚焦超声（HIFU）、腹腔镜手术、术中实时影像引导技术、冷冻治疗等新型治疗方式也在临床试验中取得了良好的效果。这些进步既提高了疾病控制的效果，也减少了患者的痛苦，为泌尿系肿瘤的治疗开辟出新的道路。

2.微创手术在泌尿系肿瘤治疗中的应用

微创手术以其创伤小、恢复快的优点，在泌尿系肿瘤治疗领域逐渐占据重要地位。此类手术通过减少切口大小、降低病人的术中和术后痛苦，大幅缩短住院时间。在肾脏、膀胱、前列腺等泌尿器官的肿瘤治疗中，微创手术技术如腹腔镜手术和经皮肾镜手术被广泛应用。

腹腔镜手术依赖于先进的影像设备，通过小切口进入患者体内，手术医生可以在屏幕上清晰地看到手术现场，精准地切除肿瘤。这种手术不仅减少了术后疤痕，而且减少了术中出血量，有

小儿腹泻,家长们一定要知道这些事儿

曾玲玲 酉阳县人民医院

作为家长,孩子的健康始终是最牵挂的事。小儿腹泻是婴幼儿常见疾病,尤其在2岁以下的儿童中发病率较高,常让家长们担忧不已,家长们需要了解小儿腹泻的相关知识,以帮助小儿更好地恢复健康。下面就为大家详细介绍一下。

一、小儿腹泻是什么?

小儿腹泻是指小儿每日排便次数增多,而且大便性状发生改变,呈现稀薄或水样,部分还可存在脓血等异常表现。轮状病毒是导致小儿腹泻的主要原因,一般而言,年龄越小,小儿腹泻风险越高。此外,细菌感染、寄生虫感染等,也可能会导致腹泻。

二、小儿腹泻的常见原因

其一,感染因素。细菌、病毒、寄生虫等,均是主要病因,且以秋、冬两季节较多见。其二,饮食因素。缺少正确的喂养方式,如:喂养不定时,喂养量过多或过少等;对食品不耐受或过敏,也可能导致腹泻。其三,其他因素。①气候突然改变,季节交替时,早晚温差较大,一旦腹部受凉,就容易出现腹泻症状。此外,天气过热时,也可能会诱发消化功能紊乱,诱发腹泻。②小儿生病后,若服用大量抗生素,易导致肠道菌群紊乱,导致有害菌大量繁殖,从而引发腹泻。除此之外,肠道先天性畸形等,也可引发小儿腹泻,但此情况较少。

三、小儿腹泻的症状

其一,轻型腹泻。(1)胃肠道症状:腹泻是主要表现,体现在大便次数的增多,一般≤10次/d;大便性状改变,如:黄色或黄绿色稀便、水样便等。同时小儿还可有食欲降低等症状,偶尔也会发生呕吐、溢乳等症状。(2)全身症状:小儿精神良好,一般体温均正常,少数患儿存在低热症状。一般情况下,小儿症状并不明显,数日内可痊愈。其二,重型腹泻。(1)胃肠道症状:频繁腹泻,腹泻次数≥10次/d,甚至是数十次。大便呈现水样,亦或呈现为蛋花汤样,其可存在大量黏液,部分小儿还可存在脓血。小儿频繁呕吐,呕吐症状严重时,甚至进食水困难。(2)全身症状:小儿精神萎

从而降低复发风险。

(1)积极对症治疗。出现不适症状后,要及时到正规的医疗机构接受检查和治疗,并严格按照医生的嘱咐进行治疗。对于病情严重的患者,可住院治疗,尽量卧床休息,避免炎症大面积暴发。密切留意体温等生命体征,在体温升高时,及时采取降温措施。治疗期间,除了遵医嘱用药外,还要定期到医院接受复查或体检,及时发现异常情况,尽早进行干预,防止疾病加重。

(2)卫生护理。每天坚持使用清水清洗外阴,不可随意使用清洗剂,尤其是刺激性、弱酸性护理液,以免导致阴道菌群失调,而加重炎症。每天更换内裤并暴晒杀菌,同时注意选择宽松、柔软的内裤,保持私处良好的血液循环。治疗期间,要避免性生活、盆浴,选择淋浴可避免加重感染。疾病得到有效控制后,性生活要正确使用避孕套,减少细菌传播。另外,如果需要进行宫腔内手术操作,比如人流、置入宫内避孕器时,要选择正规的医院,并在术前严格消毒、术后遵医嘱进行护理。

(3)生活护理。注意保持充足的休息,尤其是在患病期间多卧床休息,可促进分泌物排出。选择缓和的有氧运动,可促进机体血液循环并改善炎症,从而提高身体抵抗力。工作、运动都要注意劳逸结合,避免过度劳累、熬夜。在饮食方面,选择清淡、营养丰富的食物,不吃油炸、辛辣、生冷类的食物,以免引起盆腔炎加重或复发。增加水分摄入,有助于减轻炎症。日常可用热水袋热敷小腹,有助于促进炎症吸收,让粘连组织散开。另外,保持积极的心态,通过学习疾病知识、培养兴趣爱好等方式减轻心理负担,积极接受治疗。

盆腔炎虽然属于常见的疾病,但带来的危害却不容小觑。女性应积极了解盆腔炎疾病知识,加强对诱发因素的预防。在患病后,则要保持正确的心态积极接受治疗,加强自我护理。如果患有其他生殖器官疾病时,也要积极就医治疗,避免炎症扩散到盆腔而诱发疾病。

利于患者快速恢复。

经皮肾镜手术则是通过患者的皮肤直接进入肾脏,清除肾脏内的肿瘤或结石。这种方法不需要打开腹部,进一步降低了手术风险和恢复时间。对于部分肾脏肿瘤患者而言,这是一种保留肾脏功能的理想选择。

随着技术的不断进步,微创手术为患者提供了更多的治疗选择,期待在不久的将来,这些技术能为更多泌尿系肿瘤患者带来希望。

3.高强度聚焦超声(HIFU)治疗泌尿系肿瘤

高强度聚焦超声(HIFU)是一种非侵入性的泌尿系肿瘤治疗技术,利用超声波的高能量聚焦至肿瘤组织,产生热效应以及机械效应,从而达到消融肿瘤的目的。HIFU适用于肾脏和前列腺等泌尿系肿瘤的治疗。这种技术的优势在于它能够精确地定位肿瘤,最大限度减少对周围健康组织的损伤。

在治疗过程中,患者被放置在一个特殊的水床中,通过医学影像技术如超声或MRI监控肿瘤位置。超声发生器随后发射高能量的声波至目标区域,声波能量被肿瘤组织吸收并转换为热能,使得肿瘤组织温度迅速升高,导致肿瘤细胞死亡。

HIFU治疗的一大优点是其非侵入性,相较于传统的手术方法,HIFU所带来的创伤更小,恢复时间更短。HIFU治疗过程中患者的疼痛和不适感大大降低。

尽管HIFU在泌尿系肿瘤治疗中展现出诸多优势,但它也有一定的局限性。例如,超声波在传输过程中可能受到骨骼和气体的干扰,影响治疗效果。每一个患者的适用性都需要经过严格评估。随着技术的进步和临床经验的积累,HIFU有望在更多泌尿系统疾病中发挥重要作用。

结语:随着医学技术的飞速发展,泌尿系肿瘤的治疗也迎来了革新。微创手术不仅大大减轻了患者的术后痛苦和恢复时间,也提高了手术的精确性和成功率。高强度聚焦超声(HIFU)作为一种非侵入性治疗手段,为患者提供了一种更为安全、有效的选择。科技的进步不断推动泌尿系肿瘤治疗方法的创新,使得未来对这一难题的攻克充满希望。

靡,甚至出现抽搐等症状。由于水和电解质大量丢失,还出现一定程度脱水、电解质紊乱和酸碱平衡失调症状。

四、如何预防小儿腹泻?

其一,注意饮食卫生。选择清淡、易消化食品,确保食品新鲜、煮熟,避免食用油腻、生冷类食品。其二,母乳喂养。作为小儿最佳的营养来源,母乳有预防感染的作用。对此,需适当增加喂养次数,缩短喂奶时间,遵循少食多餐的原则,以保证营养和水分充足。其三,疫苗接种。轮状病毒疫苗需要及时接种,有预防感染的作用。其四,个人卫生。严格消毒隔离,家长要勤洗手。接触小儿前后、准备食品前后都要认真洗手。

五、小儿腹泻的处理方法?

其一,家庭护理。(1)补充水分及电解质:家庭方便的,可直接购买配比好的口服补液盐,以防脱水。(2)饮食调整:小儿每次呕吐后,30min内均要禁饮食,重者还需禁食6—8h。饮食以清淡、易消化为主,不油腻,不辛辣,低蛋白,少量多次,逐渐恢复正常饮食。(3)保持清洁:每次大便以后,都要用清水洗屁股,选用柔软透气性好的尿布,并外用爽身粉或护臀膏等。其二,就医征征。(1)持续呕吐,进水困难,易造成脱水、电解质紊乱。(2)大便次数10余次,每次量多,且治疗后未见好转。(3)呕吐物含粪渣、血或咖啡样物,大便为血性或果酱样,需警惕合并外科情况,要及时就医。(4)小儿出现持续高热、腹痛持续无法缓解等表现,也需要及时就医。其三,药物治疗。在医生指导下,可以使用肠黏膜保护剂(蒙脱石散等)、肠道微生态疗法(双歧杆菌、布拉酵母菌等)等。若腹泻因严重感染引起,可能需要开展抗生素治疗。避免使用洛哌丁醇等止泻剂。

结语:小儿腹泻虽然较常见,但家长们也不可掉以轻心。通过正确的预防和护理,可有效缓解症状,避免恶化,帮助恢复健康。在小儿患病期间,家长要及时密切观察小儿病情,必要时,寻求医生帮助,让小儿早日摆脱疾病的困扰。希望每一个家长都能为小儿提供一个健康、安全的成长环境。

聊一聊精神分裂症患者的安全护理措施

余志慧 梧州市福利医院

当今社会高速发展背景下,人们在日常生活和工作当中也承受着比较大的心理以及精神层面压力,这些年精神分裂症发病概率呈现出逐年上升的趋势,精神分裂症属于一种较为严重的精神障碍疾病,一旦发病之后,患者就会出现一系列问题,因为病情不稳定,容易反复发作,所以会严重影响到疾病预后效果。那么到底什么是精神分裂症?精神分裂症如何进行安全护理?

一、什么是精神分裂症?

精神分裂症属于临床上精神科一种较为常见的疾病,在临床上主要表现为患者出现认知、行为以及思维等方面的障碍现象,主要是因为患者出现基因突变而导致大脑的功能性活动出现病变现象,这种疾病会对患者的生活以及工作造成较为严重的影响,并且临床上症状较为显著,患者因为自身的自控力比较差,在无形当中便会增加实际治疗的难度。精神分裂症提及的分裂一词并不是表明患者具备多重角色和人格,分裂更多描述的是患者的内心体验和真实世界的脱节与断裂。

二、精神分裂症到底是什么分裂?

1.感知与现实的分裂:和人格分裂不同,精神分裂更多指的是一个人感官和认知的失调,进而出现精神活动与环境不协调的现象。也就是患者出现了思维、认知、行为、情感的分裂,患者实际体验到的世界和真实世界出现了断裂。比如患者经常会看到一些不存在的影像或者听到一些不存在的声音,患者也有可能坚信一些和事实完全不符合的想法。因为存在异常的信念和感知,患者就仿佛生活在一个充满妄想、幻觉的空间当中。2.情感与表达的分裂:精神分裂症的核心症状便是思维障碍,大多数精神分裂症患者都会出现逻辑混乱不清晰、思维散漫、语言不连贯的问题,无法准确地组织自己的思想和语言,也无法理解别人的真实意图。这也就说明患者的内心充满了恐惧、痛苦以及混乱,无法准确地表达自身实际情况,长久如此,患者和外界沟通就会十分困难,患者可能因为无法和他人构建正常的社交关系而变得情感迟缓。

三、对精神分裂症患者如何进行安全护理?

1.安全管理:在发现患者出现了自伤的行为时需要及时地进行制止,因为患者存在精神分裂症,经常会有自杀念头及行为,所以需要对患者多关注,尤其是在患者独处时需要格外注意。2.自我管理:精神分裂症患者做好自我管理工作十分重要,需要患者通过自我学习、观察症状等方式,对自己的病情拥有一个更加准确的认知,能够做好自我管理,有效降低疾病的症状以及复发率。患者也需要保持健康的生活方式,做到适量运动、合理饮食、养成良好的睡眠习惯,对疾病康复有着十分积极的效果。患者也需要自主完成洗漱、更衣等工作,培养其生活自理能力。3.社会康复护理:社会康复护理是对精神分裂症患者的重要治疗方法,在社会康复护理中,采用生活技能训练、职业康复训练等方式,能够逐渐帮助患者恢复社会功能,确保患者生活质量的提升,对患者安全意识的提升有着积极的促进效果。患者家庭成员也可以学习相关技巧和知识,以此来为患者提供更好的支持和关爱。4.饮食护理:需要保障患者每天进食量,确保营养搭配合理。饮食要清淡、容易消化,避免摄入高碳水化合物食品,也要尽量降低辛辣、油腻等刺激性食物的摄入量。如果患者存在吞咽困难,则需要劝慰其缓慢进食,避免因为食物塞满嘴而出现窒息问题。5.药物护理:患者要严格遵循医嘱,能够按时按量服用药物,即便症状得到减轻也要完成整个治疗周期。家属要对患者服药情况进行观察,避免患者把药扔掉,也要防止患者积攒药物自杀。需要及时观察药物使用中存在的毒副反应,具体药物增加和减少的剂量要由医生决定。

总之,精神分裂症并不是简单的分裂,患者的情感、感知、思维等多个层面均会出现异常症状,患者和真实世界也会出现严重的断裂感,这就要求我们对疾病拥有一个准确的认知,能够做好对患者的安全护理,才能够确保疾病预后效果的提升。

医生教你如何判断孩子腹泻脱水

黄芳利 广西壮族自治区人民医院

一、脱水症状的总体表现

孩子腹泻时,脱水可能悄然而至,家长需学会通过细节捕捉风险。皮肤弹性是直观指标——轻轻捏起孩子手背或腹部的皮肤,观察回弹速度。若皮肤回弹缓慢、留下明显褶皱,说明脱水已影响体液分布,需警惕中重度脱水。眼窝凹陷同样关键:与日常状态对比,若眼窝明显下陷、泪液减少甚至无泪,提示体液丢失严重,需立即补充水分。口腔黏膜状态也不容忽视。正常黏膜应湿润光滑,若发现干燥起皮、唾液分泌减少,说明口腔黏膜屏障功能受损,脱水可能已持续数小时。此时可尝试用棉签轻触黏膜,若湿润度差,需优先补充口服补液盐(ORS)。这些细节联用,能快速判断脱水程度,为后续治疗争取时间。

二、尿量与尿液特征的观察

腹泻时,孩子尿液的“蛛丝马迹”是判断脱水的关键线索。家长需密切关注24小时内尿布更换次数或排尿频率:若平日用6—8片尿布,腹泻期间骤减至3片以下,或连续6小时无尿,需高度警惕脱水。可通过定时记录(如每3小时检查一次)捕捉异常。尿液颜色与气味同样重要。正常尿液呈淡黄色透明状,若颜色加深如浓茶、琥珀色,甚至呈深褐色,说明水分严重不足;若伴随刺鼻氨味或酸臭味,则提示尿液浓缩、代谢废物堆积。此时,可尝试让孩子少量多次饮用口服补液盐(ORS),观察1—2小时后尿液是否恢复清亮。

三、精神状态与行为异常

孩子腹泻时,家长要密切留意其精神状态与行为表现,这能直观反映脱水程度。若孩子只是轻度脱水,精神状态通常尚可,可能稍显疲倦,但玩耍、进食等活动基本不受太大影响,仍会和家人互动交流。当出现中度脱水时,孩子精神状态会明显变差,变得烦躁不安、爱哭闹,对周围事物的兴趣降低,活动量减少,反应也稍显迟钝。一旦达到重度脱水,孩子会陷入萎靡不振的状态,表情淡漠、眼神呆滞,对外界刺激反应微弱甚至无反应,可能出现嗜睡、昏迷等情况。

四、脱水程度的量化判断

在判断孩子腹泻脱水程度时,可通过一些量化指标来辅助评估。轻度脱水时,孩子体重下降约3%—5%,丢失的体液量大约在30—50毫升/千克。此时孩子精神状态尚可,有轻微口渴感,前囟和眼窝稍有凹陷,皮肤弹性稍差,但捏起后能较快回弹,尿量较平时略有减少。中度脱水,体重下降5%—10%,体液丢失量50—100毫升/千克。孩子会明显烦躁不安、口渴加剧,前囟和眼窝凹陷明显,皮肤弹性变差,捏起后回弹缓慢,四肢末端清凉,尿量明显减少,每小时尿量可能不足5毫升。重度脱水,体重下降超过10%,体液丢失量超过100毫升/千克。孩子精神萎靡、表情淡漠,对外界反应极差,皮肤弹性极差,捏起后回弹时间超过2秒,四肢厥冷,脉搏细速,血压下降,尿量极少甚至无尿。家长可根据这些指标初步判断,及时采取相应措施。

五、家庭急救与就医决策

孩子腹泻出现脱水症状,家庭急救与及时就医决策至关重要。若孩子轻度脱水,可先在家中采取急救措施,如少量多次给孩子喂服口服补液盐,补充因腹泻丢失的水分和电解质。同时,让孩子多休息,饮食以清淡易消化为主。但当孩子出现中度及以上脱水症状,如精神状态极差、尿量极少、四肢厥冷等,需立即就医。就医途中,可继续用湿毛巾擦拭孩子身体辅助降温(若发热),并注意保暖。不要盲目使用抗生素,以免延误病情,交由专业医生诊断治疗。

六、脱水相关预防与注意事项

预防孩子腹泻脱水,日常护理是关键。饮食方面,要保证孩子摄入营养均衡、清洁卫生的食物,避免食用生冷、变质食物,饭前后督促孩子洗手,防止病从口入。在孩子腹泻期间,要密切观察其排便次数、性状以及精神状态。及时给孩子补充水分,少量多次喂服口服补液盐,不要等孩子口渴了才喂水。注意事项上,切勿随意给孩子使用抗生素,以免掩盖病情,影响医生判断。若孩子出现脱水症状,不要自行在家盲目处理,尤其是中重度脱水,需尽快就医。另外,孩子腹泻恢复后,身体较为虚弱,饮食要循序渐进恢复,避免增加肠胃负担,让孩子多休息,有助于身体康复。