

孩子抗拒吃药？儿科常见病中医外治绿色疗法

向群华 北海市妇幼保健院

“喂药难,难于上青天!”相信不少家长都有这样的感慨。每当孩子生病需要吃药时,孩子哭闹挣扎,家长手忙脚乱,一场“喂药大战”往往以两败俱伤收场。其实,面对儿科常见病,中医有着丰富的外治绿色疗法,无需让孩子“苦口吞药”,就能达到治疗疾病的效果。

一、中医外治绿色疗法的优势

中医外治绿色疗法历史悠久,通过皮肤、穴位等途径给药,避免了口服药物对胃肠道的刺激,也减少了肝脏的首过效应,安全性更高。对于抗拒吃药的孩子来说,外治方法不经过口腔,没有苦涩的味道,以推拿、贴敷、艾灸等温和的方式作用于身体,孩子接受度高,配合度也更好。

二、儿科常见病的中医外治方法

(一)小儿推拿。小儿推拿是中医外治的常用方法,通过特定的手法作用于孩子的穴位和经络,调节脏腑功能,达到治疗疾病的目的。感冒:如果孩子出现鼻塞、流涕、咳嗽等感冒症状,可推攒竹穴(两眉中间至发际成一直线),用两拇指交替自下而上直推,每次100-300次;揉太阳穴(眉梢与目外眦之间,向后约1寸凹陷处),用拇指或中指指腹揉,每次100-200次;清肺经(无名指末节螺纹面),由指根向指尖方向直推,每次100-300次。积食:孩子积食时,会出现食欲不振、腹胀、口臭等症状。揉板门穴(手掌大鱼际平面)100-300次,能健脾和胃、消食化积;清大肠经(食指桡侧缘,自食指指尖至虎口成一直线),从虎口推向食指尖,每次100-300次,可清利肠腑、导积滞;摩腹,用手掌在孩子腹部做顺时针环形摩动,每次3-5分钟,能促进胃肠蠕动,帮助消化。腹泻:对于腹泻的孩子,补脾经(拇指桡侧缘,由指尖向指根方向直推)300-500次,可健脾益气;推上7节骨(第四腰椎至尾椎骨端成一直线),用拇指桡侧面或食、中指面自下向上直推,每次100-300次,能温阳止泻;揉龟尾(尾椎骨末端),用拇指端揉,每次100-300次,有调理大肠、止泻的作用。

病理留存“福尔摩斯”:精准记录不马虎

田语嫣 雄安新区容城县妇幼保健院

在手术室的日常工作中,护士们不仅要协助医生完成复杂的操作,还要负责术中各项关键任务。其中,病理留存就是一项看似简单、却极其重要的工作。它不仅关系到术后诊断的准确性,也直接影响患者的后续治疗方案。那么,这项“藏在福尔马林瓶子里的秘密”,究竟是如何进行的呢?

一、什么是病理留存?

病理留存,指的是在手术过程中,由医护人员将切除的组织或器官样本收集、标记并保存,以便送至病理科进行进一步检查的过程。虽然最终的病理分析是由病理科医生完成的,但最初的采集与保存工作,则完全依赖于手术室护理团队的专业操作。

在护理工作中,病理留存是一项标准化流程,也是手术配合中的关键环节之一。护理人员必须严格按照规范执行,确保标本的完整性、标识的准确性和运送的及时性。

二、病理留存为什么这么重要?

很多人可能认为,病理留存只是把切下来的组织装进瓶子而已,没什么技术含量。其实不然。一个小小的失误,比如标本混淆、标签错误、固定液不足,都可能导致病理诊断出现偏差,进而影响患者的整体诊疗决策。例如,在肿瘤手术中,医生切除的肿块需要通过病理检查来确认其性质(良性或恶性)、边界是否清晰、是否有转移等信息。这些信息直接决定了患者是否需要进一步放化疗或者靶向治疗。如果标本在护理环节中处理不当,可能会导致无法获得准确结果,甚至需要再次手术取样,给患者带来额外痛苦和医疗负担。因此,病理留存不仅是护理工作的一部分,更是保障患者安全的重要防线。

三、护理人员在病理留存中的职责有哪些?

在手术过程中,器械护士和巡回护士共同承担着病理留存的任务,分工明确、各司其职。

1.器械护士的职责。器械护士主要负责手术台上的操作配合。在手术医生切除病变组织后,器械护士需第一时间识别并接

血常规检查指标与疾病关联

曾念茂 钦州市第二人民医院

血常规检查是一种基础的医学检验项目,它通过对血液中各种细胞成分的数量、形态及比例进行分析,以评估人体的健康状况。其目的在于及时发现血液系统的异常变化,为医生提供诊断疾病的线索,以及监测治疗效果和判断预后。血常规检查在医学诊断中具有举足轻重的地位。它是许多疾病初步筛查的首选方法,能够快速反映出血机体的炎症反应、贫血状况、凝血功能以及是否存在潜在的血液系统疾病。通过血常规检查,医生可以初步判断患者是否存在感染、贫血、白血病、血小板减少症等疾病,从而为进一步的确诊和治疗提供依据。

一、血常规检查的主要内容

血常规检查是评估人体健康状况的重要手段,主要包括以下几个关键指标:首先是红细胞计数,它反映了血液中红细胞的数量,正常值范围通常为男性4.0-5.5×10¹²/L。红细胞负责运输氧气,其数量减少可能意味着贫血。其次是血红蛋白,它是红细胞内的一种含铁蛋白质,正常值范围通常为男性120-160g/L,女性110-150g/L。血红蛋白水平降低同样提示贫血。白细胞计数及其分类也是血常规检查的重要部分,白细胞负责免疫防御,正常值范围为4.0-10.0×10⁹/L。白细胞分类包括中性粒细胞、淋巴细胞、单核细胞等,它们的比例变化可以反映机体的免疫状态和是否存在感染。最后是血小板计数,它反映了血液中血小板的数量,正常值范围为100-300×10⁹/L。

二、血常规检查指标的意义

红细胞计数与血红蛋白是评估机体氧合功能的重要指标。红细胞负责将氧气输送到全身各组织,而血红蛋白则是红细胞内携带氧气的关键物质。当红细胞计数或血红蛋白水平降低时,可能意味着机体存在贫血状况,导致氧气供应不足。白细胞计数及其分类则反映了机体的免疫功能。白细胞是免疫系统的重要组成部分,能够识别和消灭外来病原体。当白细胞计数升高时,可能表示机体正在应对感染或炎症。不同分类的白细胞增多或减少,还能进一步揭示免疫系统的具体反应和可能存在的疾病。血小板计数则与血液的

(二)穴位贴敷。穴位贴敷是将中药制成膏剂、散剂等,贴敷在特定穴位上,通过药物和穴位的双重作用治疗疾病。例如咳嗽:选用白芥子、苏子、莱菔子等中药,研磨成粉后用醋或蜂蜜调成糊状,贴敷在天突穴(颈部,当前正中线,胸骨上窝中央)、肺俞穴(背部,当第3胸椎棘突下,旁开1.5寸)等穴位。一般贴敷2-4小时,根据孩子皮肤耐受情况调整时间,可起到宣肺止咳的效果。发热:取生石膏、知母、青蒿等清热药物,制成药贴贴于大椎穴(后正中线上,第7颈椎棘突下凹陷),但如果孩子体温超过38.5℃,应及时就医,结合其他治疗方法。

(三)艾灸疗法。艾灸借助艾草燃烧产生的温热刺激和药力,作用于穴位,达到温通经络、调和气血的目的。但给孩子艾灸时要注意温度和时间,避免烫伤。例如:脾胃虚寒:孩子脾胃虚寒,出现腹痛、腹泻、食欲不振等症状时,可艾灸神阙穴(肚脐)、中脘穴(上腹部,前正中线上,当脐中上4寸)。艾条距离皮肤2-3厘米,每次艾灸10-15分钟,以孩子皮肤微微发红、有温热感为宜,能温中散寒、健脾和胃。免疫力低下:艾灸足三里穴(小腿外侧,犊鼻下3寸,犊鼻与解溪连线上),可增强孩子的免疫力。每周艾灸2-3次,每次10-15分钟,长期坚持,能提高孩子的抗病能力。

三、中医外治的注意事项

使用中医外治绿色疗法时,家长需严格遵循操作规范,精准掌握推拿手法、贴敷穴位与艾灸技巧,不确定时应向专业中医儿科医生请教,防止因操作失误影响疗效或损伤孩子。治疗期间密切观察孩子反应,一旦出现皮肤瘙痒、红肿、疼痛等不适,立即停止操作,若穴位贴敷后仅轻微发红属正常,若出现起水泡等严重情况则需及时就医。这些疗法适用于儿科常见轻症,面对重症、复杂病症,不能仅依赖外治,需及时就医并结合药物等综合治疗。此外,中医外治效果需时间积累,家长要耐心按疗程坚持,切勿半途而废。如此,方能发挥中医外治优势,温和守护孩子健康。

收标本,初步判断其完整性,并使用无菌纱布包裹或放置于专用容器中,防止污染或破损。同时,器械护士还需记录标本的基本信息,如组织类型、大致部位、外观特征等,为后续标签填写提供依据。2.巡回护士的职责。巡回护士则负责手术室外的协调与管理。当器械护士将标本传递出来后,巡回护士需要核对相关信息,并按照医院标准流程进行正式登记。随后,将标本放入含有10%中性福尔马林溶液的容器中进行固定,以保持组织形态不变,便于后续病理分析。

四、病理留存的标准操作流程是怎样的?

为了确保病理标本的质量和信息的准确性,护理人员在进行病理标本留存时,必须遵循一套严谨的操作流程:

第一步:确认标本来源。手术医生切除组织后,器械护士应立即确认该组织是否为本次手术所需留存的标本,并与巡回护士沟通确认。第二步:临时保存。使用无菌器具将标本取出后,避免接触地面或其他非无菌区域,置于干净的标本盘或无菌袋中。若为大块组织,应尽量保持完整,不可随意剪裁或挤压。第三步:编号与记录。巡回护士根据手术安排和患者信息,为标本分配唯一编号,并在护理记录单上详细记录标本名称、部位、大小、颜色、质地等基本信息。第四步:固定处理。将标本浸入适量的10%中性福尔马林溶液中,液体量应为标本体积的5-10倍,以保证充分固定。容器密封良好,防止泄漏。第五步:贴标签并填写申请单。在标本瓶上粘贴双份标签,内容包括:患者姓名、住院号、标本编号、采集时间、采集人签名等。同时填写病理申请单,确保信息完整无误。第六步:交接与运输。由巡回护士或指定人员将标本送往病理科,并与接收人员共同核对信息,完成交接手续,确保全过程闭环管理。

结语:病理留存虽是手术室护理工作中的一环,但却关乎术后诊断的准确性与患者治疗的安全性。护理人员凭借专业素养和严谨态度,将每一份标本视为生命的延续,用实际行动守护每一位患者的健康之路。

血常规检查指标与疾病关联

曾念茂 钦州市第二人民医院

凝血功能密切相关。血小板负责在血管受损时形成血栓,以止血并促进伤口愈合。当血小板计数过高时,可能增加血栓形成的风险;而血小板计数过低,则可能导致出血倾向。

三、血常规检查的注意事项

在进行血常规检查前,患者需要注意一些关键的采集样本前准备事项。首先,饮食应保持均衡,避免摄入过多油腻或刺激性食物,以免影响血液成分。同时,良好的作息习惯也很重要,确保充足的休息,避免过度劳累,以减少对血液指标的影响。此外,为了避免剧烈运动、饱餐或沐浴后立即进行血常规检查,因为这些活动都可能暂时性地改变血液成分,从而影响检查结果的准确性。建议患者在检查前保持平静状态,至少休息15-30分钟后进行采样。在解读血常规检查结果时,医生需要综合考虑患者的个体差异和实验室差异。每个人的正常生理范围可能略有不同,而且不同实验室的检测方法和设备也可能存在差异。

四、血常规指标异常与疾病关联

血常规指标异常往往与多种疾病相关。例如,红细胞计数和血红蛋白降低可能与贫血、骨髓增生异常综合征等疾病有关;白细胞计数升高可能提示感染、炎症或白血病;而血小板计数异常则可能与血小板减少症、血栓性疾病等相关。然而,值得注意的是,血常规检查只能作为辅助诊断手段。虽然它能提供有价值的线索,但确诊疾病通常需要结合其他检查,如骨髓穿刺、影像学检查或特定生物标志物检测等。

结语:血常规检查在医学诊断中扮演着至关重要的角色。它不仅是评估人体健康状况的基础手段,还能为医生提供疾病诊断、治疗效果监测和预后判断的重要依据。通过血常规检查,我们可以及时发现血液系统的异常变化,为早期发现和治疗疾病赢得宝贵时间。因此,我们呼吁公众定期进行血常规检查,关注自身健康状况。血常规检查简单快捷,对预防和及早发现疾病具有重要意义。让我们行动起来,将血常规检查纳入日常健康管理计划,共同守护我们的健康。

预防医院感染,你必须知道这几条

杨秀梅 滨州市荣军优抚医院

医院是救死扶伤的地方,但同时也是各种病菌聚集之所,医院感染问题不容忽视,它不仅会延长患者的住院时间、增加痛苦,还可能加重社会及家庭的经济负担;掌握有效的预防措施,对于保障医患健康至关重要。以下几条预防要点值得我们深入了解。

1.手卫生:健康的第一道防线

手是我们日常生活中接触外界最多的部位,也是传播病菌的重要途径;在医院环境中,医护人员在接触不同患者前后、进行各种医疗操作前后及接触患者周围环境后都应该严格进行手卫生;病人和家属在接触医院设施、照顾病人前后也需要做好手卫生。比如护士护理完一位病人后未及时进行手卫生,又去给另一位病人护理,就可能将病菌传播给后者;正确的洗手方法应该遵循六步洗手法,搓揉时间不能少于15秒,确保手心、指缝、手背等部位都能得到清洁。

2.环境清洁与消毒:打造安全空间

注意对病房及时进行清扫,使用合适的消毒剂对地面、墙面、物体表面等进行擦拭消毒;对于一些特殊的区域,比如重症监护室、新生儿病房等,消毒要求更为严格。同时,要注意医疗废物的处理,避免其成为病菌滋生的源头,比如被污染的注射器、输液器等应该放在专用的医疗废物容器中,由专业人员进行处理。病房的通风也很重要,良好的通风可以降低空气中病菌的浓度,减少感染的风险;但是如果通风不良时,需要用消毒设备对病房进行空气消毒。

3.无菌技术操作:杜绝病菌入侵

在医院的各种诊疗操作中,严格遵循无菌技术原则是预防感染的关键。医护人员在进行手术、注射、穿刺等操作的时候,必须戴上无菌手套、口罩,使用无菌器械和用品。手术区域要进行严格的消毒铺巾,确保手术在无菌环境下进行。

4.合理使用抗菌药物:避免滥用

抗菌药的合理应用对于预防和控制医院感染有很重要的作用,滥用抗菌药物不仅会导致细菌耐药性的增加,还可能破坏人体的正常菌群,增加感染的风险。医生应该根据病人的病情、病原菌种类和药敏试验结果合理选用抗菌药物,严格掌握用药指征和疗程;同时,要加强对抗菌药物使用的监测和管理,避免不必要的联合用药和长期用药,比如对于一些普通的上呼吸道感染,很多时候不需要使用抗菌药物,而应该依靠自身免疫力恢复。

5.患者管理:增强自身抵抗力

病人自身的抵抗力对于预防感染起着重要的作用,医院应该加强对病人的营养支持,鼓励病人摄入富含蛋白质、维生素等营养物质的食物,以增强身体的抵抗力,并且也要注意病人的个人卫生,指导病人进行正确的咳嗽礼仪,避免交叉感染。对于一些易感人群,比如老年人、儿童、免疫功能低下者等,应该采取特殊的防护措施;比如为他们安排单独的病房,减少与其他感染病人的接触;病人在住院期间要积极配合治疗,按时服药、接受检查、保持良好的心态,以促进身体的康复。

6.探视与陪伴管理:控制人员流动

探视和陪伴人员也是医院感染传播的潜在因素,医院应该制定合理的探视制度,限制探视时间和人数;探视人员在进入病房前应该做好手卫生,必要时佩戴口罩。陪伴人员注意自身的健康状况,如有发热、咳嗽等症状应避免进入医院陪伴病人;比如在流感高发季节,严格控制探视人员数量和来源,可以有效地减少流感病毒在医院内的传播。

7.培训与教育:提高防控意识

对医护人员、病人和家属进行院感防控知识的宣传教育是预防医院感染的重要环节。医院应该定期组织医护人员进行院感防控知识的培训,提高他们的专业技能和防控意识。同时,通过宣传栏、宣传手册、讲座等形式向病人、家属普及医院感染的预防知识,让他们了解感染的危害和预防方法。

总之,预防医院感染是一项系统工程,需要医护人员、病人和家属的共同努力;通过做好手卫生、环境清洁和消毒、无菌技术操作、合理应用抗菌药等方面的工作,能够有效地降低医院感染的风险;我们每个人都应该增强防控意识,为营造一个安全、健康的医院环境贡献自己的力量。

警惕血管里的“隐形刺客”

薛万兰 重庆市潼南区柏梓中心卫生院

血管是我们体内庞大而精密的“运输网络”,它们日夜不停地输送血液,维持生命的运转。在这看似平静的“生命通道”中,却潜藏着一位危险的“隐形刺客”——血栓。它悄无声息地潜伏,随时可能发动致命攻击,威胁我们的健康。

潜藏的“刺客”

血栓,从本质上来说是血液在血管内异常凝结成的块状物。正常情况下,血液在血管中流动顺畅,各种成分协同合作,完成运输氧气、营养物质以及代谢废物等任务。但当某些因素打破这种平衡时,血液中的血小板、纤维蛋白等成分就会相互聚集,形成血栓。之所以称其为“隐形刺客”,是因为它常常在人们毫无察觉的情况下形成和发展。血栓形成的早期,往往没有明显的症状,就像刺客隐藏在暗处,让人防不胜防,一旦血栓堵塞重要血管,就可能引发严重的疾病,如心肌梗死、脑梗死、肺栓塞等,甚至危及生命。

那么,这位“隐形刺客”是怎样悄悄堵塞“生命通道”的呢?当血管内壁因各种原因(如高血压、高血脂、糖尿病等疾病导致血管内皮损伤,或随着年龄增长血管自然老化)变得不再光滑时,就给了血栓可乘之机。血液中的血小板就像“侦察兵”,一旦发现血管内壁的破损,便会迅速黏附在破损处,接着,纤维蛋白等其他凝血物质也会陆续赶来,相互交织,如同一张巨大的网,将更多的血细胞捕获,逐渐形成血栓。血栓形成后,会像滚雪球一样,不断增大体积。随着血栓的不断增长,或是在血流的冲击下,它可能会脱落,变成“流动的血刺”,顺着血流在血管中游走,一旦卡在某个狭窄的血管部位,就会造成血管堵塞,切断相应组织器官的血液供应,使这些组织器官因缺血缺氧而受损。

血栓早期的“求救信号”

血栓早期具有很强的隐蔽性,但再狡猾的“隐形刺客”,也会留下蛛丝马迹。在血栓形成早期,一些轻微的症状可能已经出现,只是容易被人们忽视。比如,肢体的肿胀和疼痛就是较为常见的表现。如果突然发现一侧肢体,如小腿、大腿变得肿胀,按压时疼痛明显,并且这种肿胀和疼痛不会在短时间内自行缓解,就需要警惕下肢深静脉血栓的可能。还有不明原因的胸闷、胸痛、呼吸困难,这很可能是肺部血管被血栓堵塞,引发了肺栓塞。此时,“隐形刺客”已经攻击到了肺部这个重要的呼吸器官,严重时会危及生命。另外,一些人还可能出现头晕、头痛、眼前发黑、短暂性失语等症状,这或许是脑血管中的血栓影响了大脑的血液供应,大脑因缺血而发出的“求救信号”。

这些习惯可“防刺”

面对这位危险的“隐形刺客”,我们并非束手无策。从预防到反击,我们可以采取一系列措施来进行自我保护。预防方面,健康的生活方式是关键。首先,保持合理的饮食结构,减少高脂肪、高胆固醇、高糖食物的摄入,多吃蔬菜水果、全谷物等富含膳食纤维的食物,这样有助于降低血液黏稠度,减少血栓形成的风险。其次,坚持适量的运动,运动可以促进血液循环,增强血管弹性,比如每周进行至少150分钟的中等强度有氧运动,如快走、慢跑、游泳等。同时,要戒烟限酒,烟草中的尼古丁和酒精都会对血管内皮造成损伤,为血栓的形成创造条件。另外,对于患有高血压、高血脂、糖尿病等基础疾病的人群,一定要严格按照医嘱服药,控制好病情,定期体检,监测各项指标,防止这些疾病对血管造成进一步的损害。

发现血栓及时就医

如果已经出现了血栓症状,应立即就医,通过超声、血管造影等检查手段明确血栓的位置和严重程度。治疗方法根据具体情况而定,常见方式包括药物溶栓、抗凝治疗、介入治疗等。药物溶栓是通过使用溶栓药物,将血栓溶解;抗凝治疗则是使用抗凝药物,防止血栓进一步增大和新的血栓形成;介入治疗是通过微创手术,直接对血栓进行处理,如取栓、碎栓等。

“隐形刺客”虽然危险,但只要我们提高警惕,做好预防,就能够最大程度地减少威胁。守护好“生命通道”,让血液循环畅通无阻,享受美好生活。