

儿童阑尾炎的护理方法

▲河南省商丘市第一人民医院 李玉荣

阑尾炎是临床上常见的外科疾病,以急性阑尾炎较为多见,虽然各个年龄层均可能患有该疾病,但儿童具有较高的发病率。对于儿童阑尾炎的治疗,目前临床上最有效的治疗方式是进行手术切除。结合临床症状、患儿的体征以及通过血常规检查等,多数急性阑尾炎患儿可以得到正确的诊疗。

对于小儿阑尾炎患者来说,由于其自身的语言表达能力不强,无法明确身体的具体感觉,通常会表现为哭闹不安,无法良好地配合后续治疗,增加治疗难度。因此,在小儿急性阑尾炎治疗时期对其进行科学的护理显得尤为重要。本文为大家详细介绍小儿阑尾炎的护理方法。

术前护理

心理干预 由于患儿为急诊入院,缺乏心理准备,加上剧烈腹痛等的影响,患儿难

免出现紧张、恐惧等情绪,多表现为哭闹、不配合等。为此,家长应该安慰患儿,并从患儿的角度思考问题,关心患儿,并提供玩具、动画片、连环画等,适当分散患儿的注意力。除此之外,家长需根据孩子的性格以及现阶段的心理特点,给予针对性的心理干预,如对于恐惧胆怯的患儿,多多鼓励,稳定情绪;对于任性、倔强的患儿,反复耐心地劝解;对于多动好奇的患儿,用童趣的语言给患儿介绍治疗期间注意事项,并请患儿参与部分诊疗活动,满足其好奇心。

术前病情监测 由于患儿的表达能力有限,且部分患儿临床症状不典型,为此术前加强患儿生命体征的观察,家长密切关注患儿有无恶心呕吐等症状,若患儿腹痛加剧、高热等,需及时通知医生处理,及时给患儿更换衣被;与此同时家长需禁患儿饮食,为手术做好准备工作。

术后护理

疼痛护理 术后患儿送回病房后,在病情许可的情况下,尽早让患儿抬高床头取半坐卧位,降低切口缝合处的张力,缓解疼痛感。家长需向医护人员学习如何辅助患儿有效咳嗽、保护患儿切口,以免引起牵涉痛。术后家长可结合孩子的言语以及面部表情变化粗略了解患儿的疼痛程度,可通过转移注意力法缓解患儿的轻度疼痛,若患儿疼痛程度较为严重,可向医务人员寻求帮助,在其指导下给患儿服用镇痛药物。

术后活动 术后早期活动有助于促进肠蠕动,预防肠粘连、腹胀等并发症发生,并促进伤口愈合等。对于术后状态较好的患儿,于术后第1d家长可陪同患儿下床活动。术后状态不佳患儿在术后第1d,可在床上活动四肢,待病情稳定后及早下床活动。

术后饮食 术后在医护人员指导下为患

儿做好饮食安排,在麻醉清醒6h后,家长可为患儿提供少量温水。在肠蠕动排气后,家长可给予患儿流食,如米汤、蛋汤等。若患儿进食后未出现腹痛、腹胀等不适反应,家长提供的食物可逐渐过渡到半流食、普食。家长提供的食物一定要清淡、营养且易消化,严禁提供牛奶、豆浆等产气食物。

术后卫生 在术后卫生方面,家长要定时为患儿更换伤口敷料,并确保患儿伤口周边皮肤的干燥和清洁,同时还要定时更换衣物,尽可能穿着比较宽松且质地为棉质的衣物,避免粗糙的衣物对于伤口产生摩擦感,这样有利于降低伤口发炎、化脓和感染等情况的发生。

以上便是小儿阑尾炎的临床特点以及护理方法,家长一定要做好相关的护理措施,以帮助患儿尽快恢复健康。

区分鼻炎和鼻窦炎

▲河南省长葛市人民医院 岳玉恒

鼻炎和鼻窦炎是比较常见的鼻部疾病。鼻炎和鼻窦炎虽然在表面来看有一些相似之处,事实上两种是完全不同的疾病。很多人会把鼻炎和鼻窦炎两种疾病混淆,因此采用了错误的治疗方法,导致病情越来越严重。在患有鼻炎之后需要尽快采取治疗,如果不及诊治,可能就会发展成鼻窦炎。

区别鼻炎和鼻窦炎

鼻炎和鼻窦炎只有一字之差,但具体的病变部位不一样。如果把鼻腔比作一个房屋的客厅,鼻窦则是与客厅相通的小房间。鼻炎的炎症在客厅,鼻窦炎的炎症是在各个小房间,可根据具体的病变部位来鉴别是鼻炎还是鼻窦炎。客厅和小房间的炎症可以互相影响,临床上鼻窦炎多伴有鼻炎,而鼻炎也可引起鼻窦炎,它们的症状也多有类似,都有鼻塞、流涕的情况。

鼻窦是鼻腔周围骨壁内的一些含气的空腔,均有窦口与鼻腔相通。鼻窦左右成对,分别称为额窦、上颌窦、蝶窦和筛窦。鼻窦和鼻腔是连通的,这也是为什么鼻炎和鼻窦炎总是一同提及。鼻炎和鼻窦炎都是鼻黏膜发炎,而鼻黏膜是从鼻腔一直铺到鼻窦的,鼻腔的鼻黏膜发炎了难免会蔓延到鼻窦引起鼻窦炎。

鼻窦位置更深,所以一般都是先有鼻炎后有鼻窦炎,而且鼻窦炎往往是鼻炎久治不愈最后炎症蔓延到鼻窦引起的。鼻炎的症状大家多少都有些了解,包括鼻塞、流涕、打喷嚏等。鼻窦炎也会有这些症状,因为鼻窦结构有所不同,所以会有一些特别的症状,较为典型的就是头痛。

鼻炎发作的时候之所以会鼻塞,主要原因是鼻黏膜上的血管充血扩张,同时鼻黏膜细胞充血肿胀,导致鼻黏膜会水肿从而挤占鼻腔通道,引起鼻塞。鼻窦炎发作的时候,鼻窦内的鼻黏膜同样会肿胀,特别是窦口位置的鼻黏膜,肿胀后会挤占窦口通道,甚至将窦口完全阻塞,鼻窦内的鼻黏膜也会不停地分泌鼻涕。

而当窦口被阻塞,鼻窦内的鼻涕出不去,就会越积越多,鼻窦内的压力也会越来越大,鼻窦位置就会出现越来越明显的

痛感。如果你鼻子不适的同时,比如鼻塞、流鼻涕、打喷嚏的时候,伴有头痛症状,则可能是有鼻窦炎。

鼻窦炎的危害

视力下降、失明 由于鼻窦与眼眶、视神经管毗邻,鼻窦部位的感染可蔓延至眼部,引起眼部疾病。

中耳炎 鼻窦炎还可能通过咽鼓管蔓延至中耳,引起中耳炎。

记忆力减退 儿童患者因鼻窦炎长期呼吸不畅,会导致慢性缺氧,进而产生记忆力减退、注意力不能集中等问题。

鼻窦炎防治

注意起居 戒烟烟酒嗜好,注意口腔清洁,锻炼体质,用冷水擦浴,勿穿湿衣裳、鞋袜,因背冷脚冻,易引起伤风感冒。经常打扫庭院,居室要通风良好,阳光充足。

注意保护鼻黏膜 居室要保持一定湿度,干燥空气常影响鼻黏膜生理功能,鼻黏膜干燥,纤毛活动停止,易使病毒、细菌侵袭致病。此外鼻腔内不随意滴药,因很多药水与鼻黏膜的酸碱度不相符合,滴药会影响鼻生理功能,太热、太冷、干燥都是对鼻黏膜不利的。

清除邻近感染病变 例如慢性扁桃腺炎、增殖体炎、慢性咽喉炎、蛀牙、牙槽流脓、口腔溃疡等,对于鼻腔本身病变,要及时治疗,例如鼻中隔偏曲,经常妨碍鼻窦通气和引流,应及早手术矫治。各种鼻炎、鼻息肉、肿瘤等常为鼻窦炎的诱因,应及时治好。过敏性鼻炎患者鼻黏膜水肿,影响鼻窦开口通气引流,应作抗过敏治疗。

游泳时要注意鼻窦进水感染 凡头部入水前应先深吸气,入水后用鼻呼气以抵住水入鼻内,凡头部不浸水游泳,均应用口吸气,用鼻呼气。

温馨提醒

不论是鼻炎还是鼻窦炎都是不可忽视的疾病。当我们出现鼻部不适症状时,一定要及时到医院就诊,以免小病拖大。

肛门痒得像有“蚂蚁”在爬,怎么办?

▲河南省汝阳县人民医院 腾彦奇

肛门痒是一种让人十分难受的症状,有时候甚至让人感觉像有“蚂蚁”在爬。这种感觉让人无法专注于工作和生活中的其他重要事情,甚至影响到社交活动。因此,找到缓解肛门痒的方法是非常重要的。

改善局部清洁

对于大多数的患者来说,改善局部清洁是减轻不适的第一步。肛门周围经常接触到粪便和尿液等排泄物,这些物质中的细菌和毒素容易引起感染和刺激皮肤,从而导致肛门痒。因此,定期清洗肛门是非常必要的。

清洗肛门时,应该避免使用肥皂或清洁剂等刺激性物质,这些物质可能会进一步刺激皮肤,加重症状。建议使用温水或专门的肛门清洁液清洗,然后用柔软的毛巾轻轻擦干。

而穿着过紧的衣服,特别是紧身裤,会使肛门周围的皮肤处于压力状态,加重肛门痒痒的症状。因此,穿着舒适的宽松衣服是非常必要的。建议选择透气性好的棉质或天然纤维的内裤,避免穿着合成纤维或腰带紧绷的裤子。

使用药物

抗组胺药 这是治疗过敏性肛门痒痒的一种常用药物,它可以阻止组胺的释放,减少对肛门周围皮肤的刺激,从而减轻痒痒的症状。常用的抗组胺药物有氯雷他定、盐酸氯苯那敏等。

局部外用药物 如果肛门痒痒严重或持续不退,可以尝试使用局部外用药物来缓解症状。常见的局部外用药物包括皮质类固醇、抗真菌药和抗生素等。需要注意的是,这些药物都需要在医生的指导下使用,因为它们可能会有一些副作用或不良反应。

生物反馈疗法 生物反馈疗法是一种通过电子仪器监测生理信号,从而帮助患者控制身体的自主神经功能的治疗方法。对于某些由自主神经功能失调导致的肛门痒痒症状,生物反馈疗法可能会有一定的

缓解效果。

改善饮食和生活习惯

除了药物治疗外,改善饮食和生活习惯也是缓解肛门痒痒的重要措施。合理的饮食结构对于消化系统的健康至关重要,摄入足够的水分和膳食纤维可以促进肠道蠕动,减少便秘和排便困难,从而减轻肛门痒痒的症状。

膳食纤维是植物细胞壁的组成部分,它可以促进肠道的蠕动和水分的吸收,同时还可以防止粪便在肠道中滞留过久,减少毒素对身体的危害。食物中富含膳食纤维的食物有豆类、水果、蔬菜等,患者应该适当地增加这些食物的摄入量。

此外,减少辛辣食品、酒精、咖啡因等刺激性食物的摄入,也可以减少症状的发生。这些食物会对肠道和肛门周围的皮肤造成刺激,人们会出现瘙痒和疼痛等不适症状,因此需要避免食用。

适当的运动和保持良好的卫生习惯也可以减轻肛门痒痒的症状,可以促进肠道蠕动和血液循环,加速身体的新陈代谢,有利于排便和减轻便秘。

总结

在日常生活中,肛门痒痒的发生率很高,但是大多数情况下是可以简单的调整和治疗来缓解症状的。通过药物治疗、改善饮食和生活习惯等措施,可以有效地减轻肛门痒痒的症状。同时,尽量避免使用化学刺激性的清洁用品,使用清水或温和的肥皂来清洗,也可以起到一定的缓解作用。如果肛门痒痒症状持续存在,或者伴随有其他症状,例如疼痛、出血等,应该及时就医,以获得更加专业的诊断和治疗。

