

有创呼吸机患者必知冷知识

▲ 广西壮族自治区柳州市潭中人民医院 陈永连

知识一：呼吸机有相关并发症？

有创呼吸机患者中最常见的并发症之一是呼吸机相关性肺炎（VAP）。这是因为呼吸机管道可提供细菌进入肺部的途径，尤其是在免疫系统较弱的患者中更容易发生。因此，在呼吸机脱离后，就需要通过多种方式来降低并发症的出现。

维持良好的个人卫生 定期洗手，特别是在接触口鼻、眼睛或食物之前，以减少病原体传播的风险。

避免烟草和有害气体暴露 吸烟和暴露于有害气体（如化学气体、烟雾）会损害肺部健康，增加感染风险。因此，戒烟并避免接触有害气体是关键。

按照医嘱接受疫苗接种 接种流感疫苗和肺炎疫苗等疫苗，可以降低感染呼吸道疾病的风险。医生会根据患者的特定情况建议适当的疫苗接种计划。

定期清洁呼吸道 根据医生的建议，定期进行呼吸道清洁，以减少黏液和痰的积聚，降低感染的机会。

避免接触有传染性疾病 尽量避免与感染性疾病患者密切接触，特别是在流感季节或大流行期间。

知识二：有再次入院风险？

一些患者在脱离有创呼吸机后，由于康复不佳或基础疾病的恶化，可能需要再

次入院。比如患者受到并发症侵扰时，康复期间可能会再次面临感染、呼吸窘迫等并发症，这些情况可能需要住院治疗。另外，患者的管理复杂药物方案可能会出现问题，导致症状加重，需要进一步治疗。在这种情况下，患者应密切遵循医生的康复计划和治疗方案，包括服药、康复锻炼和定期检查。确保按时服药，不中断治疗。如果患有慢性疾病，如高血压或糖尿病，应积极管理这些疾病。按照医嘱服药，定期检查，避免复发。

知识三：脱离呼吸机后会抑郁？

患者可能会在重症监护和有创呼吸机使用期间感到极度焦虑，这是因为他们可能会面临生命威胁，生活质量降低，以及与插管和机械通气相关的不适感。

焦虑可能表现为不安、不安全感、紧张和恐惧，可能会影响患者的睡眠、食欲和整体情绪状态。此外，长期重症监护和有创呼吸机使用也可能导致患者出现抑郁症状。患者可能会感到无助、沮丧、失去兴趣和快乐感。抑郁可能会干扰康复过程，降低患者对康复治疗的积极性，甚至影响他们的身体健康。

实际上，也有病例显示在重症监护和有创呼吸机使用期间，患者可能会经历严重的生理和心理创伤，例如手术、疾病的严重程度以及与机械通气相关的不适。这

些经历可能导致创伤后应激障碍，表现为重复性梦魇、回忆性闪回、过度警觉和情感麻木。

鉴于精神和心理问题的普遍性，提供心理支持和心理治疗对于患者的康复至关重要。心理治疗方法，如认知行为疗法（CBT）、眼动复原与处理（EMDR）等，可以帮助患者处理焦虑、抑郁和PTSD。此外，建立良好的支持系统，包括家人和朋友的支持，也对患者的心理健康有积极影响。因此，在重症监护和有创呼吸机使用过程中，医疗团队应积极评估患者的心理健康状况，并在早期识别和干预可能的心理健康问题。定期的心理评估和干预可以帮助减少精神和心理问题的风险。

知识四：脱离呼吸机会血压增高？

有创呼吸机使用引起的短期血压升高通常不会直接导致慢性高血压的出现。然而，长期的高血压危险因素和不适当的管理可能最终导致高血压的发展。实际上，短期内有创呼吸机的使用可能导致血压升高，主要是因为通气参数的调整和体内氧气和二氧化碳水平的变化。这种升高通常是暂时的，当患者脱离呼吸机并康复时，血压通常会回到正常水平。

然而，对于某些患者，特别是那些已经存在高血压危险因素的人，长期重症监护和有创呼吸机使用可能对心血管系统产生负面

影响。这包括可能引起心血管健康问题的因素，如体位变化不足、液体平衡问题、药物使用和疾病的严重程度。这些患者在治疗中需要提前和医生进行交流，并根据实际情况调整有创呼吸机的脱离方案。

总之，在脱离有创呼吸机后，医疗团队应密切监测患者的生命体征和症状，以及定期进行必要的检查和测试。同时，患者和其家人也需要了解可能出现的警示标志，如呼吸急促、氧饱和度下降、发热、咳嗽、胸痛等，并及时寻求医疗帮助。通过综合的护理和恢复计划，可以最大程度地减少潜在的风险和并发症，帮助患者尽早恢复健康。



支气管炎的四大护理要点

▲ 广西壮族自治区百色市平果市太平镇中心卫生院 卢冬珍

大家对支气管炎可能并不陌生，却对这类疾病甚少了解。支气管炎常发生于换季气温变化或气候寒冷的季节，通常为散发性，除病毒感染引起以外，该病并不存在流行倾向。而体质较弱，或年幼长者，一般为支气管炎的高发人群。罹患支气管炎，除了规范接受正规的治疗以外，平时的护理要点也要辅助到位，否则不仅不利于疾病康复，还有可能加重病情，或是引起其他并发症问题，非常棘手。

什么是支气管炎

支气管炎多是由生物或非生物（化学刺激、微生物感染等）因素引起的支气管黏膜及周边组织出现急或慢性非特异性炎症。如果在感染呼吸道合胞病毒后，急性毛细支气管炎通常会在男性患者身上体现，女性则比较少见。

支气管炎的类型

根据支气管炎的相关病因及症状，可详细分为：急性气管-支气管炎、慢性支气管炎、过敏性支气管炎、闭塞性细支气管炎、喘息性支气管炎、毛细支气管炎这6种支气管炎类型。

支气管炎的常见病因

急性气管-支气管炎 该类支气管炎的常见病因多为微生物引起，且以病毒感染最

为常见。而其他微生物因素则包括肺炎衣原体、肺炎支原体以及细菌等。如果遭受到刺激性气体、粉尘、烟雾、冷空气吸入，均有可能刺激到气管，致使支气管黏膜引起炎症反应及急性损伤。

除此之外，支气管炎比较常见的吸入致敏原则包括真菌孢子、有机粉尘、动物毛发等；蛔虫、钩虫等幼虫在肺部移动时，也可引起气管-支气管急性炎症的相关反应；亦有患者是因对细菌蛋白质过敏，从而引发的该类支气管炎发生。

慢性支气管炎 而慢性支气管炎的病因则没有上述那么清楚了。相关研究认为，该类型支气管炎可能是有诸多因素长期交互的结果。而细菌、病毒、支原体感染则是慢性支气管炎发展的重要原因之一；年龄、免疫、有害颗粒或气体不慎吸入及气候因素等，同样会促进慢性支气管炎的发生或发展。

闭塞性细支气管炎 而这类支气管炎的病因很多，其中包括结缔组织病、器官移植后机体排斥、病毒感染、肺孢子菌肺炎、史蒂芬-强森综合征等。不过在闭塞性细支气管炎当中，非移植相关的较为少见。有时候该类型支气管炎也可特指因腺病毒感染所引起的儿童毛细支气管炎。

毛细支气管炎 该类支气管炎则主要是有嗜支气管上皮细胞的病毒所引起，其中以呼吸道合胞病毒最为常见，实际可占到50%以上，亦是最容易引起重症的病原体，

且同时会具备爆发流行性，对人们的健康危害极大。

支气管炎护理要注意什么？

改善居住环境 患者应尽可能避免遭受刺激性气体、有害粉尘、颗粒、烟雾等刺激；定期打扫房间，尤其需注意清理墙角及地板的灰尘；厨房内及时安装抽油烟机或排气扇，尽可能避免油烟的吸入，从而造成程度不一的呼吸道刺激。除此之外，居住的房间室温应保证稳定，通常可控制在18℃~20℃左右；入冬后空气难免干燥，可适当用加湿器增加室内的湿度，以50%~60%为宜；同时保证按日开窗通风，用以降低环境中病原微生物的整体密度。

调整饮食摄入 罹患支气管炎的患者平时可多食用百果、梨子、蜂蜜、山药、枇杷等对气管有益的食品；日常需保证足量的水分摄入，且每天饮水量不可低于1500 ml，亦可多饮用绿茶、罗汉果茶等，有助于支气管炎症状的缓解；保证均衡的营养摄入，多食用一些高蛋白、高维生素、高热量的有益食品，保障基础健康的同时，还能抑制支气管炎的症状，让治疗效果事半功倍；严格戒断烟草，远离二手烟区域，以免烟草中的有害物质及产出的烟雾进一步加重病情，使疾病恶化。

保持适量运动 患者可根据自身的身体情况进行适度的体育锻炼。运动过程中

尽可能选择腹式呼吸或缩唇呼吸的方法；如果运动过程中出现呼吸困难，则可进行1~2次腹式呼吸，有助于情况缓解；如果为携带氧气的患者，则需在运动过程中注意氧流量的调节，切不可将调整过快过多，以免引起其他不适症状；户外运动时务必要注意身体保暖，切不可让寒气体入，从而加重病情及相关症状。

遵医嘱规范用药 患者务必要根据医生的用药指导进行规范服药。切不可出现增减药量、更换药物、私自停用药物等情况；实时留意药物所带来的疗效及不良反应，尤其是在使用氨茶碱时，要多注意观察是否伴随心动过速、心律失常、恶心、血压下降等不良反应，方便医生定期随访，及时调整治疗方案。

希望广大支气管炎患者能参照上述护理建议，合理改善日常护理措施，让治疗效果事半功倍。

