

放疗过程中该注意什么？

▲ 山东省淄博市市立医院 曹茂杰

放疗是一种常见的肿瘤治疗方法，通过利用放射线杀死癌细胞来达到治疗的目的。放疗虽然在许多肿瘤治疗方案中发挥着重要的作用，但在进行放疗过程中仍然存在一些需要注意的关键点。

患者需要严格按照医生的指导进行治疗。患者应遵守医嘱，按照治疗计划进行放疗，不要随意中断治疗。中断放疗会降低治疗的效果，并可能导致肿瘤的进展或复发。

在放疗期间，患者需要注意保持放疗区域的清洁和卫生。放疗可能导致治疗区域的皮肤变得敏感，容易受到细菌感染。患者应每天轻轻清洗放疗区域，使用温和的清洁剂和柔软的毛巾。在治疗过程中避免使用含酒精和刺激性的化妆品或皮肤护理产品。

患者需要保持饮食的均衡，适当增加高蛋白和维生素的摄入。放疗期间，患者的

免疫系统可能会受到影响，身体容易感到疲劳和消耗。因此，患者需要通过营养摄入提高免疫力，加速康复。建议患者多食用新鲜水果、蔬菜、全谷物、鱼类、禽肉和豆类等富含营养的食物。

患者需要注意放疗过程中可能出现的副作用，并及时向医生汇报。放疗可能引起一些不适，如疲劳、皮肤红肿、恶心、呕吐等。患者应及时与医生交流，以便做出相应的调整和治疗。医生可以根据患者的具体情况调整放疗剂量或联合其他治疗方法，以减轻副作用和提高治疗效果。

在完成放疗后，患者应定期进行随访和体检，及时发现和处理可能的复发或并发症。放疗是一个长期的过程，患者需要与医生建立良好的沟通和信任关系，定期进行复查和监测。定期体检有助于发现疾病的早期变化，

及时调整治疗方案。

放疗期间患者需要注意保护皮肤，因为放射治疗会引起皮肤反应，如红肿、瘙痒、脱屑等。为了减轻皮肤反应，患者可以遵循医生的建议使用皮肤保护剂。这些保护剂包括局部类固醇药膏和保湿剂，可以缓解瘙痒和疼痛感，促进皮肤愈合，患者还应避免穿紧身衣物和摩擦皮肤，保持皮肤的清洁和干燥。

放疗对造血组织的影响比较大，容易导致骨髓抑制，影响血液中的白细胞、红细胞和血小板的正常生成。因此，患者在放疗期间需要定期监测血象指标，如血红蛋白、白细胞计数和血小板计数。如果发现异常，如贫血、白细胞减少或血小板减少，应及时就医寻求治疗。放疗期间患者体内会产生大量肿瘤代谢产物，为了促进这些代谢物的排出，患者应注意增加水的摄入量。多喝水有助于排除代谢废物，

维持身体的水平衡和正常代谢。

由于放疗会导致患者的免疫力下降，容易感染，因此患者在放疗期间应尽量避免感冒和其他传染病。为了增强免疫力，患者需要注意合理膳食，均衡摄入营养物质。建议患者多吃富含蛋白质的食物，如瘦肉、鱼类、禽肉等，以提供充足的营养物质支持身体的抵抗力。新鲜水果和蔬菜富含维生素和抗氧化剂，有助于增加抵抗力和促进康复。在饮食中要避免暴饮暴食，注重饮食的卫生，避免吃刺激性食物和高盐高脂食品。

适当活动有利于身体健康，可以通过锻炼提高机体适应能力和免疫力。同时，调整好睡眠也很重要，保证充足的休息时间有助于恢复体力和促进身体健康。此外，加强功能锻炼可以预防局部功能障碍，如关节僵硬和肌肉萎缩等。

消化道穿孔患者的护理要点

▲ 广西河池市宜州区中医院 李孟香

消化道穿孔是一种起病急、进展迅速的危重疾病，其特点是胃、小肠或大肠等消化道器官出现穿孔，导致食物残渣以及消化液经过小洞进入腹腔中，可引起急性弥漫性腹膜炎，严重时危及生命。针对消化道穿孔患者，积极正确的护理是至关重要的。

心理护理

安全感 尽力给予患者安全感，让患者感觉到自己在得到专业医疗团队的精心照顾和治疗。

积极态度 应鼓励患者保持乐观积极的态度，这有助于提高患者的免疫力和更好地应对疾病的挑战。

了解疾病信息 应向患者介绍消化道穿孔的相关知识，比如疾病原因、治疗方法和预后等，这些有助于患者更好地了解自己的疾病，树立治疗信心，更好地配合医生进行治疗。

应对家属情绪 可以适当地向家属介绍患者的情况和治疗进展，让家属也能够更好地理解患者的疾病和治疗方案，减轻其不必要的担忧和压力。

适度活动

术后体位 全麻术后未清醒的病人给予去枕平卧位，头偏向一侧。病人清醒后，生命体征平稳后给予半卧位或低半卧位，有助于引流腹腔内的渗出液，防止膈下脓肿和肠间脓肿的形成，减少毒素吸收。

早期下地活动 当患者的生命体征平稳后，应尽早下床活动。有助于促进胃肠道功能早日恢复，预防肠粘连和肠梗阻等并发症的发生。同时，下地活动还可以促进切口周围局部血液循环，有利于手术切口的早日愈合。

解释与鼓励 若患者因伤口疼痛而担心下地活动，医护人员需要耐心地解释下地活动的必要性，帮助患者理解并主动参与。下地活动有助于预防坠积性肺炎和下肢静脉血栓形成等并发症，这些信息可以通过科普宣传和个别沟通的方式进行传达。

饮食护理

术前禁食禁饮 手术前遵医嘱不可吃喝。

逐渐恢复饮食 术后在肠鸣音未恢复及肛门未排气之前，应禁食禁饮，以防导致吻合口、十二指肠残端或穿孔修补处破裂，而发生出血、瘘或梗阻等并发症。一般术后3~5天，胃肠

功能恢复，胃管拔除后可以进少量流质饮食，逐渐过度到半流质饮食，一开始应选择营养丰富、易消化的食物，如南瓜、山药、胡萝卜等。这些食物富含维生素、矿物质和纤维，有助于维持身体健康，并提供适量的能量。

限制脂类食物 在饮食方面，应限制高脂类食物的摄入。脂肪消化需要较长时间，可能增加肠道负担，延缓伤口愈合的速度。适量的脂肪来自健康食物如坚果、鱼类和植物油等。

避免刺激性食物 包括生肉、海鲜、冰淇淋、坚果、辛辣调料、豆浆等。

观察病情

注意腹痛的变化 消化道穿孔常伴随剧烈的腹痛。观察患者的腹痛是否有变化，包括疼痛部位、性质、程度、腹肌紧张度及伴随症状。注意疼痛是否加重或减轻，以及是否出现新的疼痛感觉。这些变化可能与穿孔的位置、大小和感染状况有关。

观察其他症状 除了腹痛，消化道穿孔还可能表现为其他症状。注意观察患者是否出现发热、恶心呕吐、腹胀、便血或黑便等症。这些症状可能提示穿孔导致感染、出血或肠道阻塞等并发症。

监测生命体征 在消化道穿孔术后，需要密切观察患者的生命体征变化，包括心率、呼吸、血压、体温、尿量和中心静脉压等指标。

注意血压变化 必要时采取及时的干预措施，以保证血流动力学稳定。

检查呼吸情况 需密切观察呼吸频率的变化，并给予相应的支持性治疗，保证患者呼吸道通畅。

疼痛的护理 一般切口疼痛在术后24小时最为剧烈，以手术当晚为甚，使用自动镇痛泵的病人，要注意管道是否通畅、有无脱出及镇痛效果。切口剧烈疼痛时，可按摩足三里、内关穴以缓解疼痛，必要时遵医嘱予使用止痛药。还可以指导患者有效佩戴胸腹带，避免咳嗽时引起的疼痛。

密切沟通医生 及时向医生提供患者病情的准确信息非常重要。记录并告知医生腹痛的变化情况、持续时间、伴随症状以及任何新出现的问题。这样医生可以更充分地评估患者的病情，并采取适当的治疗措施。

消化道穿孔患者的护理是一项重要而复杂的工作。通过综合护理措施，我们可以更好地照顾和支持消化道穿孔患者，帮助他们早日康复。

胃食管反流病：病因、症状与治疗

▲ 广西河池市都安瑶族自治县中医院 陆锋

胃食管反流病是一种常见的消化系统疾病，它是指胃内容物逆流进入食管，引起不适症状和并发症。在儿科领域，胃食管反流病也是一个比较常见的问题。小儿胃食管反流病的发生率较高，而且对患儿的生长发育和日常生活产生较大的影响。因此，对胃食管反流病的认识和了解，对于儿科医生和家长来说非常重要。

儿科胃食管反流病的病因

食管下括约肌功能发育不全 在婴儿和儿童阶段，食管下括约肌的发育尚未成熟，控制能力较弱，容易导致胃内容物反流到食管。

饮食不当 过量进食、暴饮暴食、饮食不规律以及食用辛辣、油腻等食物，可能导致胃内压力过高，引发胃食管反流。

精神因素 儿童的精神状态和情绪变化也可能影响胃食管反流的发生。例如，过度紧张、焦虑、愤怒等情绪可能导致食管下括约肌的功能障碍，从而引发胃食管反流。

疾病因素 某些疾病也可能导致胃食管反流的发生，如感染性疾病、炎症性肠病、营养不良等。此外，一些外科手术或创伤也可能对食管和胃部造成影响，导致胃食管反流。

遗传因素 部分儿童可能存在遗传缺陷或遗传性疾病，如巴雷特食管炎等，这些疾病可能导致胃食管反流的发病率增加。

胃食管反流病在儿科的临床症状

烧心 这是胃食管反流病最常见的症状之一，患儿会感到胸骨后或剑突下的烧灼感，有时会向肩部和背部放射。

反流 指胃内容物逆流进入食管，可引起呛咳、窒息等不适。在严重的情况下，反流物可能会刺激食管黏膜，导致糜烂、溃疡等病变。

吞咽困难 胃食管反流病可能导致食管黏膜炎症和水肿，从而引起吞咽困难。在严重的情况下，可能会出现食物反流。

胸痛 胃食管反流病可引起胸骨后或剑突下的疼痛，可能会向肩部和背部放射。

声音嘶哑 反流物刺激声带可引起声音嘶哑。

口腔溃疡 部分胃食管反流病患儿可能会出现口腔溃疡，可能与反流物刺激口腔黏膜有关。

哮喘 胃食管反流病可能导致哮喘的发作，可能与反流物刺激气道有关。

生，可能与反流物刺激支气管有关。

咳嗽 胃食管反流病可引起咳嗽，主要是由于反流物刺激咽部所致。

相关检查方法

食管钡餐造影 通过造影检查可以发现胃肠道的病变情况，能够确定病灶的具体位置。

食管测压 食管测压是广泛应用于食管功能监测的技术，可以动态观察患者的食管功能运动，能够判断胃食管反流的病变情况，对疾病的诊断有重要的意义。

食管内镜检查 食管内镜检查通常与病理学检查相结合，可以明确食管炎的严重程度，但是不能反映胃食管反流的严重程度。如果是轻度食管炎，一般不需要做活检。只有在内镜检查不明显或者存在可疑病变时，才需要进一步做活检。

24小时食管pH监测或阻抗测定 通过这些检查可以发现食管内的酸碱变化情况，有助于明确胃食管反流的严重程度。

儿科胃食管反流病的治疗

药物治疗 对于病情比较轻微的胃食管反流病患者，可以在医生指导下使用促胃肠动力剂与止酸剂等药物来进行治疗。其中，促胃肠动力剂可以促进食管蠕动，增加食管下括约肌的压力，防止胃内容物反流入食管。而止酸剂则可以抑制胃酸分泌，降低胃内容物的酸度，减轻胃酸对食管的刺激。

饮食治疗 饮食治疗是胃食管反流病的重要辅助治疗方式。患儿需要调整饮食习惯，避免暴饮暴食、过度进食，避免食用辛辣、油腻等刺激性食物，同时要戒烟酒。建议患儿少量多餐，以高蛋白、高维生素、低脂肪、易消化的食物为主，如鸡蛋、鱼肉、蔬菜、水果等。

手术治疗 对于长期反复发作的胃食管反流病患者，或者出现食管狭窄、神经系统障碍等并发症的患者，可能需要进行手术治疗。手术治疗的方式有多种，如全胃底折叠术、胃前壁部分折叠术等，具体采用哪种手术方式需要根据患者的病情和医生的意见来决定。

总之，胃食管反流病的治疗需要综合考虑患者的年龄、病情和病因等因素。家长应在医生的指导下进行治疗，并注意观察患儿的症状变化和定期复查。