



慢性肝病合并糖尿病患者的护理体会

▲ 成都市公共卫生临床医疗中心 李华琼

慢性肝病和糖尿病都是我国人群中的常见病，在现代社会中，越来越多的人同时患上了慢性肝病和糖尿病，对自身健康造成严重损伤。为了让患者尽快恢复身体健康，进一步缓解症状，更好地投入生活和工作，则需要对他们进行有效护理。如何对患者进行护理？主要需注意以下几个方面。

饮食护理

饮食护理是治疗慢性肝病合并糖尿病的有效手段，要制定健康饮食计划，加快病情恢复。从目前情况来看，治疗糖尿病基本是服用降糖药，但是大部分降糖药会对人体的肝脏产生不利影响，所以要合理对待，实施有针对性、积极的护理干预。饮食方面要坚持低糖、低脂肪、高纤维素、易消化、清淡饮食的原则，保证患者在治疗期间摄入足够的营养成分。每个患者自身情况不同，在饮食上可以做出适当调整，确保病情的有效恢复。

心理护理

新慢性肝病合并糖尿病患者的治疗时间比较长，而且很难彻底治愈，在此过程中，患者心理会发生变化。例如有的患者经过治疗后病情依然不见好转，难免会产生悲观、忧虑、孤独的情绪，整个人的精神状态不是很好。因此要加强心理护理，对疾病的治疗会产生有效促进作用。通过临床观察发现，慢性肝病合并糖尿病患者以中老年人为主，要及时掌握他们的思想动态，才能更好的开展心理护理，达到预期效果。医护人员在日常照顾的时候要能和患者进行交流，理解、关心患者，让他们感受到医院如家的温暖，更加安心的接受治疗。

生活护理

慢性肝病合并糖尿病患者，因抵抗力较差长期卧床，易引起肺部、皮肤等感染，所以做

好患者的基础护理是必不可少的。首先要为患者创建一个健康的治疗环境，保持室内的干净整洁，经常开窗通风，保持空气流通；其次做好消毒隔离工作，由于治疗的需要，每天会产生很多医疗垃圾，医护人员要妥善处理，做好消毒，避免引发感染；再次是指导患者休息，要注意卧床休息，当病情有所好转，可以适当进行活动，但是不能过度活动；最后是病情观察，治疗期间要时刻观察患者的神志、生命体征情况，当出现异常时，要及时报告医生，及时进行治疗，防止病情进一步恶化。

预防并发症

慢性肝病合并糖尿病在治疗期间预防并发症的发生，保证治疗的顺利开展非常重要。从多年工作经验来看，常见的并发症有感染、昏迷、出血等，导致病情加重。

正确的做法是保持患者的皮肤清洁卫生，勤换内衣，修剪指甲。要定期做检

测，包括肝功、血糖、尿常规、血常规，对患者身体状况全面了解，及时作出评估。为了加快病情恢复，可以适当进行活动，适合的运动有慢跑、广播体操、太极拳等，最好在吃饭后休息一段时间开始。

健康教育

慢性肝病合并糖尿病的患者，两种终身疾病并存，需要长期坚持服药，很多患者对此不了解，因此医护人员要做好健康教育，帮助他们对自身病情有更加清楚的认识。做好健康教育不仅可以提高患者的治疗效果，也可改善患者的生活质量、延长患者生命。

一是听从医嘱，不能擅自停药，要做到按时服药；二是三餐要定时定量，确保摄入足够的营养成分，对疾病治疗是非常有利的；三是调整好自己心态，要保持积极乐观的心态，对自己充满信心。保持足够的睡眠时间，同时适当参加体育活动，养成健康的生活方式。

腹腔镜治疗宫外孕 影响小效果好

▲ 四川大学华西第二医院眉山市妇女儿童医院 邓成敏

宫外孕一般是指异位妊娠，这是一种妇产科较为常见的病症类型。患有宫外孕之后，女性会出现停经、阴道出血、休克等情况。而宫外孕的治疗主要以手术为主，在腹腔镜技术广泛应用的今天，腹腔镜同样可用于宫外孕的治疗。

宫外孕腹腔镜治疗的优势

在二胎政策开放后，宫外孕的发病率明显上升，而造成宫外孕的主要原因包括输卵管的损伤、胚胎游走等因素。在生活中，若是在怀孕期间，存在不规则的阴道流血、停经、腹痛情况，就应引起重视。若是不幸确诊为宫外孕的话，也不能气馁。腹腔镜是临床医学中，治疗宫外孕的常见方法，医生会通过腹腔镜微创手术，对宫外孕患者展开治疗。

宫外孕腹腔镜治疗具有以下优势：第一，宫外孕腹腔镜治疗，具有安全、快捷、不留刀疤的特点。医生在宫外孕治疗中，不需要进行经腹手术，只需要采用微创技术，在孕妇腹部开0.5毫米的小孔，配合官腹腔镜等医疗设备，就可完成宫外孕的手术治疗。第二，患者恢复快。宫外孕腹腔镜治疗时，医生会在患者的盆腹腔内完成手术，创伤小，很多患者在手术后1天左右就可下床活动，同时不会出现排气或排尿障碍。第三，住院时间少。因为宫外孕腹腔镜治疗的便捷，患者的住院时间明显减少。此外，宫外孕在采用腹腔镜治疗时，治疗效果好，患者在治疗、恢复期间不会有较强的疼痛感受。

宫外孕腹腔镜治疗期间注意事项

为确保宫外孕腹腔镜的治疗效果，患者在术前术后还应重视日常的护理工作。第一，在手术前，患者应注意个人卫生，定时用温水清洗肚脐，必要时可在棉签

上蘸一点肥皂水，清理肚脐里面的污垢。第二，调整好心态，用正确的态度面对腹腔镜手术治疗。第三，手术前应注意休息，保证睡眠时间的充足。第四，手术前需要坚持清淡饮食原则，可以吃一些容易消化的食物，不能吃过于油腻的食物。第五，在手术后，患者需要采取平卧位，平躺在床上，但是要将头侧向一边，避免在休息的时候，呕吐物不小心被吸入气管。第六，手术后的6小时之后，患者可吃一些流质食物，比如面汤、稀一点的米汤，但是暂时不可以喝牛奶、豆浆这些含糖的饮品。第七，宫外孕腹腔镜治疗的1个星期后，患者需要适当的活动身体，并去除腹部敷料，恢复正常生活。

此外，在宫外孕腹腔镜治疗后期，患者还需要定期到医院随访，比如在出院后的1个月，到医院复查B超。同时在生活中，注意对输卵管的保护，因为女性的生殖器官都是相通的，很多微生物会从阴道口进入输卵管，甚至侵袭到腹腔，诱发各种妇科疾病。

宫外孕腹腔镜治疗的后遗症

宫外孕患者在腹腔镜手术后，可能会出现肠管粘连、宫外孕复发、盆腔炎、盆腔粘连等后遗症。其中肠管粘连主要表现为腹部的长期闷痛，这种情况发生的概率比较小，在腹部闷痛的时候，患者可以通过热敷的方法，缓解不适症状。宫外孕腹腔镜治疗后的盆腔炎、盆腔粘连情况，患者可以在手术后加强生活护理，注意休息以及个人卫生，就可以预防这类后遗症的产生。



青年型老年痴呆症护理要点

▲ 成都市第五人民医院 付良秀

随着国民平均寿命的延长，老年痴呆症发病率明显增高，据有关数据显示，超过65岁的老年人发生失智症几率为5%。近些年，老年痴呆症发生率呈年轻化趋势发展。目前，青年型老年痴呆症已成为生活中常见的一种疾病。但是大部分人群并不了解青年型老年痴呆症的症状表现。

说到青年型老年痴呆症的症状表现，人们总以为忘记东西是最典型、最常见的症状，其实并非如此。如果详细地了解该病的病情状况，就会发现该病的症状呈多样化特点，可见患者变得糊涂、忘记东西次数增多，甚至忘记日期、感情表现力下降等，为了让大家进一步了解、认识青年型老年痴呆症的症状表现，现总结如下：

(1) 精神集中力下降，患者在生活中总是无法集中精神做一些事情，例如家务活，甚至不能自主完成一些工作任务；

(2) 脾气多变，没有耐心，容易累等；

(3) 头晕、头痛、性情急躁、情绪不稳定、易烦躁、胡言乱语、焦虑不安等；

(4) 在判断事情状况方面，存在一定程度的困难，比如把东西放错地方（手表放在碗里、电熨斗放在冰箱上等）；

(5) 工作效率低、工作能力下降等。为了避免患者出现意外事件，及时采取相应的护理服务对保证患者健康安全具有重要意义。

如果发现家人出现青年型老年痴呆症，该如何护理？

创造舒适环境

评估患者病情程度，同时结合患者实际需求，为其创造舒适、整洁、和睦的家庭环境，保持室内空气流通、光线柔和、布局合理，使其处于关心体贴、宽容大度的气氛当中，积极配合各项诊疗操作。

进行心理护理

针对患者临床具体表现，予以足够的照顾，

同时结合患者兴趣爱好播放一些舒缓音乐，或是引导患者阐述内心想法，让患者根据个人意愿做一些力所能及的事情，如果患者表现出激越行为，则需分析其产生原因，借助其他事情来转移患者注意力，以减少激越行为，注意此过程中不可向患者使用禁止、命令的语言，以免增加患者心理负担、精神压力。

用药护理

忘记吃药、吃错药、药物过量服用等问题的频出，易导致患者病情加重，或是造成药物中毒现象的发生。所以，在患者吃药期间，需要家人/护理人员的帮助，切不可将药物放在患者身边，避免出现遗忘/错服现象。此外，针对拒绝服药患者，在监督患者服药的同时还要检查患者是否已经咽下药物，避免患者在无人看管情况下吐掉药物。

饮食指导

根据患者病情程度、日常饮食习惯，合理安排膳食，多吃一些花生、大豆、鳄梨等食物，也可吃一些优质蛋白，如瘦肉、鱼肉等。注意嘱咐患者不可以吃油腻、煎炸食物、腌制食物，以及蛋糕、奶油等甜食和果脯、动物内脏等，避免加重病情。

加强能力训练

鼓励患者参加各种社会活动，或者安排患者看报、看电视，使其与周围环境有一定的接触，从而分散患者的病态思维，培养患者对未来生活的兴趣。鼓励患者参加力所能及的体育锻炼，以改善情绪，提高机体正常机能。

生活指导

根据患者以往睡眠方式，合理制定规律的作息时间表；指导患者注意个人卫生，确保身体清洁，避免发生感染性事件，如尿路感染、肠道感染等。

患者家属要以正确的态度看待疾病，积极采取以上护理方法，让患者早点摆脱疾病带来的痛苦。