

老年压疮患者的护理

▲ 雅安市第四人民医院 张培书

临床上压疮是指因为患者局部软组织出现持续性受压，其血液的动力学出现变化，从而导致细胞缺血以及缺氧，最后出现变性及坏死的过程。老年患者由于自身的易感因素，以及基础性疾病的影响，出现压疮的可能性较高。

心理护理 老年患者因为组织代偿的修复功能相对较差，在住院之后治疗时间太长，因此其出现的压疮愈合时间十分缓慢。这时患者以及家属会因此出现焦躁以及担忧心理，护理人员首先应与患者家属进行沟通，将疾病情况说清楚，从而减少家属的心理压力。其次，护理人员应和患者家属一起与患者进行心理沟通，减轻患者心理负担，使患者树立信心，之后进行护理措施时，可以更好地配合护理人员。

减少对于受压皮肤的压力 依据

患者的实际病情，以及不同卧位对于患者皮肤产生的压力，选择最为科学合理和舒适的体位。一般情况下，患者需要将床头抬高，但不能超过30°，从而减少由于身体下滑，对于患者骶尾部以及足跟部所造成的剪切力。而在角度超过45°之后，会变得最容易出现下滑的情况，因此其抬高的角度以5°~30°最佳。

患者选择两种卧位交替，可以减少护理人员每次进行翻身的强度，也能够减少由于翻身而对于患者循环以及呼吸的影响。一般情况下，绝大多数患者每2小时进行1次翻身，但部分患者在必要情况下0.5~1小时左右，进行1次翻身。

选择合适的床垫 患者如果有高危因素，便不能使用普通床垫，应根据患者实际情况，选择高密度泡沫床垫，或自动调节充气床垫等。在对患

者进行局部减压的时候，最好不要使用橡胶圈，因为其只能对患者身体的某一点进行减压，却会造成患者身体其他部分的压力提高，且会导致患者局部血液循环受阻，从而出现静脉充血以及水肿。因此在临床上，患者会选择使用松软的棉垫或棉圈。

翻身 护理人员在协助患者进行翻身、更换衣服以及床单的时候，要将患者的身体抬起，尽可能避免拖拉患者，进而导致患者出现皮肤损伤。在协助患者使用便盆时，需将患者臀部抬高，不能强硬塞拉。另外要保障便盆光滑完好，可在上面放置软纸以及布垫。对于患者受压的部位，不能用力擦拭皮肤。

保持床铺清洁 护理人员每天应使用温水对患者皮肤进行清洁。如果患者有大小便失禁的问题，不能直接在橡胶单上躺卧，而应在上面铺一层

具有较好吸水性以及透气性的棉褥，在其出现潮湿或污垢时，及时进行更换。此外，可在患者肛门处放置脱脂棉，从而吸附其排出的稀便，但是需经常更换。在每次患者排便后，需对其肛门以及周围皮肤进行清理，可涂一些凡士林软膏，以保护患者皮肤。

选择温和、中性清洁剂 对于患者的皮肤进行清洗时，需选择温和、中性的清洁剂。对于皮肤较干燥的患者，需涂抹润肤露进行滋润保养。需注意的是，千万不可使用滑石粉擦拭患者皮肤，也不能对脱屑皮肤进行搓揉。

改善患者营养情况 患者如果存在营养不良的情况，需保证其摄入充足营养，从而使其营养状况得到维持以及改善。在患者入院或病情出现变化时，要对患者的营养情况进行评估。护理人员需要根据患者的营养状况以及病情，进行相应调整。

如何快速看懂生化检验单

▲ 成都市金堂县家兴结石病医院 庄萍

当体检或就医过程中拿到血生化检验单时，看到大大小小的数据，或高或低，各种指标到底代表着什么？很多人往往一头雾水。如何快速看懂血生化检验单？

由于人体的血液主要由血浆与血细胞两大部分共同组成，因此在血常规检查中也就专门分成了两大部分进行检查，具体为“血细胞常规”与“血生化”检查。拿到血生化检验单时，可以看到标本类型主要来自于血清。血清主要指血液不再进行抗凝，是自行凝固后自然析出的淡黄色液体。

在阅读与分析血生化检验单时，要先对其进行分组。在一般情况下，红框是血浆蛋白质，蓝框是肝功能，绿框是血脂，黄框是血浆电解质，具体指各种晶体离子。紫框则表示肾功能，没有加框的则为其他项目。

红框——血浆蛋白质 在整个血浆中，血浆蛋白质是含量最多的一种物质，主要负责支撑血液中的胶体渗透压。其中，白蛋白主要由肝脏产生，若白蛋白产生过多，就会导致血浆胶体渗透压减少，进而引起水肿，严重情况下可诱发腹水。与此同时，白蛋白也代表着人体的肝、肾以及营养状况。而球蛋白作为一种由免疫系统产生的抗体，可准确提示免疫系统的整体健康情况。

蓝框——肝功能 蓝框中的任何一个项目都可以提示肝脏的健康状况。若人体肝脏在近日内受到一定程度的损害，各种酶就会明显升高。其中，直接与间接胆红素会更加明显的提示肝脏中的胆道系统的实际健康水平。

绿框——血脂 在人体脂类代谢中，低密度脂蛋白可以将脂类从肝脏中运出，送至人体的各个部位，而高密度

脂蛋白则可以将人体各个部位的脂类收回，运往肝脏。因此高密度脂蛋白又被人们称为“好脂蛋白”，主要因为其对于人体心血管的健康十分有益。

黄框——血浆电解质 在查看血生化检验单时，要高度重视黄框中血浆电解质的各个检验项目。该项目里的任何一个电解质都在支撑着血浆的晶体渗透压，同时也能够直接参与到人体各个生命活动当中。因此，血浆电解质中的各项指标，一旦有一项不正常，都会导致患者身体出现不适，若某一个项目指标过高或过低，都会大大提高猝死的风险性。

紫框——肾功能 紫框中的任何一项指标都可以明确提示人体肾脏具体的健康状态与水平，在查看这一项检验结果时，就要充分结合尿常规，通过融合分析得出更加准确的健康信息。

当查看一位已患上尿毒症，且即将生命垂危患者的血生化检验单时，一般情况下可以看出其肾功能指标，如肌酐指标，数值明显超过正常水平的上限，甚至超出了几十倍。这主要是因为电解质含量主要由肾脏控制。一旦患者患上尿毒症，肾脏就会失去调控电解质含量的基本功能。

其他 葡萄糖具体来讲是指血糖，但不管葡萄糖水平过高还是过低，其都会对人体的健康状态造成较大影响。人体内无机磷过度升高或过度降低也都在提示人体可能出现了各种疾病。

总而言之，血生化检验指标在医生判断疾病以及评估人体健康水平的过程中，具有十分积极的指导价值。在血生化检验单的提示下，医生可以更快的锁定疾病的大致范围，我们也能够通过血生化检验单初步了解自身的健康状况。

产褥期的感染治疗

▲ 广元市苍溪县人民医院 周晓蓉

产褥感染主要指女性分娩过后或在产褥期，女性生殖器官被细菌侵袭，进而引发的感染。感染可分为全身感染与局部感染。产褥感染危害较大，严重时可能会危及生命安全。

产褥期感染的病因 发生产褥期感染，主要由于女性身体的免疫功能下降，细菌侵入造成病原体感染，进而发生炎症。细菌侵入的种类主要有大肠埃希菌、表皮葡萄球菌、金黄色葡萄球菌。表皮葡萄球菌和大肠埃希菌都属于人体正常菌群。

由于分娩之后，女性身体机能下降，抵抗疾病的能力也相对下降，就会造成人体的正常菌群也失去控制，女性阴道防御能力降低，进而产生产褥期感染。产褥期感染还与其他因素息息相关，如产后出血、低血红蛋白水平、产程时间延长、生殖道炎症、卧床时间过长、营养不良、助产、软产道损伤等。

产褥期感染的预防 女性在准备怀孕前，需要将产褥期可能产生的风险降到最低，需要对身体的相关疾病进行治疗，如原发疾病、生殖道疾病，将身体状态调整到最好。在受孕前几个月，需要注意饮食，尽量保持营养均衡，减少营养不良情况的出现。

如果已经怀孕，就需要在怀孕阶段注意保健，多注意日常生活中的卫生，了解与怀孕有关的保健知识。医生需对女性进行必要的健康宣教，告诉女性怀孕期需要注意的事项，如即将临产绝对不能有性生活，不可使用盆浴洗澡，在产前就需做好准备。

女性在生产中，医生需要对女性生产情况进行密切关注，生产时间要控制在一定范围内，避免由于生产时间过长而导致大出血，会对患者身体造成不必要的安全威胁，医生需要对产妇的胎盘、产道进行检查。

产褥期感染治疗方法 目前对于产褥期感染有很多治疗方法，具体需要使用哪一种，需要医生针对患者身体状况进行个

性化治疗。一般情况下，医生会建议患者使用清除宫腔残留的方法进行治疗，即将子宫切开，然后将存在的物质通过相关设备引流排出体外。必要时，医生还需要给患者使用药物，主要目的是消灭。

患者需在生产后，注意饮食调整。应密切关注自己的身体状况，如果感到异常，需要进行必要检查。如果产妇的产道有损伤，应立即处理。

女性在生产过程中，医生需要严格执行无菌操作，护理人员需要对产房提前消毒处理，避免出现感染。在生产中，医生需要对产妇进行必要的护理，如保证外阴等部位的清洁与干燥，医护人员需要检测产妇是否存在感染，如果出现感染，需要立即对感染部位进行治疗。医生需要对患者进行药敏试验，然后确定治疗使用的抗菌药物的种类。

医护人员需要对产妇进行鼓励，根据产妇身体情况，提出建议。在身体允许的情况下，鼓励产妇尽早下床走动，尽量减少在床上的时间，促进女性子宫的快速恢复，可以对产褥感染进行有效预防。

产褥期是身体部分机能恢复的一个过程，患者需要配合医护人员，做好产后护理，对外阴部位进行清洁，若是存在护理方面的问题，应及时与护理人员沟通。如果患者的会阴部位存在伤口感染或扩创引流的情况，护理人员需每天定期对患者进行消毒护理，患者也需积极配合护理人员进行自我护理，使产褥期感染尽早恢复。

传播医学知识 公益服务医师



扫一扫关注《医师报》解码科普