

口腔颌面部损伤的急救与处理

▲ 宜宾市第一人民医院 郎颖

在日常生活中，口腔颌面部损伤是常见多发病。由于颌面部皮肤组织娇嫩、肌肉组织菲薄、颌面部骨组织形态不规则，骨质薄弱，骨缝多，在外伤时特别容易受到损伤，在外力打击下经常发生骨折块移位或多发性骨折，治疗难度较大，同时口腔颌面部是人体的暴露部位，易受损伤，受伤后常造成面部的缺陷甚至毁损，导致严重身体和心理的创伤，所以需要大家小心预防和了解相关急救措施。

根据医院接诊的患者分析颌面部损伤的主要原因有：（1）车祸；（2）工地意外伤；（3）意外跌倒损伤和其它原因造成的损伤。

如果发生了颌面部损伤，我们应该采取哪些急救措施？

首先要评估受伤的程度，从外到内进行检查和观察。面部皮肤组织的受伤情况、是否影响呼吸、有无面部骨折，再查看口腔内部有无损伤。

第二步时止血和解除窒息的风险；第三步是紧急初步处理后，再去医院进一步做检查 and 专业的处理。

颌面外伤时，最危急的是外伤时有导致窒息的危险，而这种危险必须紧急处理，因此需要普及简单的处理方法。窒息分为阻塞性窒息和吸入性窒息两类，阻塞性窒息常见有四种情况：（1）异物阻塞：血凝块、骨碎片、牙碎片及异物阻塞呼吸道；（2）组织移位：下颌骨骨折舌体向后下方移位，压迫会厌造成窒息；（3）气道狭窄：舌根和颈部在损伤后易形成血肿或反应性肿胀压迫上呼吸道而发生窒息；（4）活瓣样阻塞：受伤的黏膜盖住了咽部而引起吸气障碍；吸入性窒息时伤后患者昏迷，昏迷后直接把血液、唾液、呕吐物或异物吸气管、支气管、甚至肺部。

针对窒息风险的急救措施是：（1）对因各种异物阻塞咽喉部窒息的患者，

应立即将伤者平卧，头后仰，心肺复苏时开放气道的手法开放气道，立即用手指裹上纱布掏出异物，或用塑料管吸出阻塞物，同时迅速改变患者体位，采取侧卧位或俯卧位，继续清除口鼻腔分泌物。（2）舌后坠引发的窒息，应立即将伤者的头后仰，托起下颌，插入口咽通气管，昏迷者应迅速撬开牙齿，用舌钳将舌牵向口外，打开气道后再插入口咽通气管。（3）上颌骨骨折移位及软腭下坠时，应尽快手法复位，可就地取材用夹板、木棍、筷子等，通过上颌磨牙将下坠的上颌骨托起并在头部用绷带缠绕固定好，保证气道通畅。（4）下颌骨骨折移位导致舌后坠压迫呼吸道，应到医院找专科医生行手法复位，并施行牙间结扎临时固定。（5）口咽部肿胀影响呼吸时，根据伤者的年龄和体型，安置相应型号的通气管，后续进行药物治疗。如无法安置口咽通气管的，应立即行气管插管或气管切开。

解决了危急生命的窒息症状，止血也是需要优先处理的，常用止血方法有：

压迫止血，有明显出血点时，可将出血部位近心端用手指压迫于附近骨骼上，暂时止血。对于没有明显出血点的片状出血，就近取用清洁的布类物品压迫止血。

包扎止血，尽快到就近的医院，先将移位的组织大致复位，在创口表面盖上无菌敷料，用绷带加压包扎。

填塞止血，在缺损或洞穿性创口处，可采用纱布填塞，外用绷带加压包扎，鼻出血在明确无脑脊液漏时，可用油纱布或碘仿纱填塞鼻道。

手术清创，有条件时直接选择清创缝合手术。

药物止血，通过前期的一系列处理后，局部用止血剂或凝血酶等药物进行后续止血处理。

同时使用抗生素控制感染和及时注射破伤风抗毒素预防。

胃溃疡的护理方法

▲ 宜宾市第二人民医院 / 四川大学华西医院宜宾医院 何雪梅

胃溃疡是消化道中十分常见的疾病，随着人们物质生活水平不断提升，在不规律的、不合理的饮食下，胃溃疡疾病的发生率逐年增加。所以需要及时了解胃溃疡的症状，便于患者能及时发现并做好护理工作。

胃溃疡的病因

造成胃溃疡的因素有很多，这些因素的存在，对患者的身心健康造成极大影响。第一，幽门螺杆菌感染。当发生幽门螺杆菌感染后，便会对学生的胃粘膜开始侵蚀；第二，非甾体抗炎药。非甾体抗炎药通过削弱黏膜的防御和修复功能而导致消化性溃疡发病；第三，胃酸。胃粘膜在受到胃酸分泌的攻击下，也会形成胃溃疡；第四，吸烟。胃溃疡在愈合期间，会由于吸烟而导致愈合变慢，并促使溃疡复发。

胃溃疡的症状

上腹不适与疼痛 在胃溃疡的症状中，上腹不适是较为常见的症状，并且很多患者都有消化不良出现。症状严重的患者会出现上腹部疼痛，一般会围绕心窝，有灼烧感与钝痛感。少部分患者也会在胸腔下部出现疼痛感，疼痛持续的时间较长，少则半小时，长则两三小时。

恶心与呕吐 当胃溃疡的活动程度较高时，便会表现为恶心与呕吐的症状，呕吐一般发生与清晨，且经常会有酸馊的气味。虽然患者在呕吐之后，难受的症状会得到改善。

胃酸与烧心 在胃溃疡症状中，胃酸是较为常见的一种症状，十二指肠溃疡患者的症状尤为明显。胃部发出的灼热感便表现为烧心，患者的心窝、剑突部会有疼痛的感觉。

出血 很多胃溃疡患者都会有出血的症状，且十分常见，同时也会有呕血的情况发生，大出血有时候颜色会呈现出暗红色。

体重减轻 由于胃溃疡患者在吃饭以后，腹部会出现疼痛感，但是在减少进食后，疼痛感会明显减少，所以很多患者会减少食物的摄入，这也引起了患者营养不足与热量不够等问题，长此以往导致患者体重下降。

胃溃疡的护理方法

饮食护理 胃溃疡患者在进行饮食护理期间，一定要制定科学合理的饮食计划，养成良好的饮食习惯，并且要定时吃饭，不能暴饮暴食，吃辛辣刺激类食物。下面具体说一说胃溃疡患者的饮食护理方法：

避免油腻食物 由于很多食物都是脂肪含量较高的食物，种类食物吃的过多，就会增加发生泛酸和肠易激综合症的风险。同时脂肪含量高的食物，不易于消化，也会对胃部造成一定的刺激。

避免冷饮 冷饮会对胃部造成很大刺激，并且影响胃酸的分泌，以及对消化酶的作用造成极大影响。同时由于很多冷饮中含有大量的糖分，也会对胃部造成很大危害。最好是在佐餐时喝一些热饮。

避免咖啡和浓茶 咖啡和浓茶都会对患者的胃部造成很大影响，尤其是咖啡，会加重胃部泛酸的症状，所以患者一定要少喝或者不喝咖啡与浓茶。

戒烟戒酒 胃溃疡患者一定要戒烟戒酒，避免烟酒对胃部造成刺激，影响患者的身体健康，以及胃溃疡的痊愈。

劳逸结合 胃溃疡患者一定要劳逸结合，保持身体与大脑的良好休息，且在工作之余加强体育锻炼，避免神情紧张。

慎用用药 胃溃疡患者在用药时一定要慎重，尤其是对于一些容易诱发胃溃疡的药品，需要在医生的指导下服用。对容易诱发溃疡病的药物要慎用或不用。已有溃疡的患者，也不可久能引起继发性胃酸增多的药物，使病情加重，且其与胃酸作用所产生的二氧化碳使胃胀气，易造成胃出血、胃穿孔。

放射检查怎么减少辐射

▲ 宜宾市第三人民医院 李星锐

放射科是医院重要的辅助检查科室，是一个集检查、诊断和治疗为一体的科室，临床上有着众多疾病都需要在经过放射科检查以后才能明确诊断。放射科的疾病诊断，需要用到X射线、CT、PET 以及同位素等仪器，在这一过程中会产生一定的辐射，这种辐射虽然并不需要太过担心，但是在检查过程中尽量减少辐射，对患者来说仍然非常重要，那么在放射检查中，怎样才能减少辐射呢？

做好防护措施

要想减少放射检查中的辐射，就需要做好一定的防护措施。首先需要尽量缩短接触时间，因为对于放射检查来说，照射时间越长，人体接收到的辐射剂量也会越多。所以除了因为检查或者治疗的需要而必须接受辐射以外，应该尽可能地缩短接触时间，能够有效减少总体的辐射量。其次，防护措施还需要患者在接受放射科检查的时候尽量远离辐射源。一般来讲放射科的检查离辐射源越远接受的辐射量就会越低。所以对于非检查者来说，应该尽量远离辐射源。

此外在医院放射科检查上，还需要注意非照射部位穿戴防护装备，如果射线和物质发生变化，那么就可以被吸收和散射，所以某种程度上来看，物质对射线有着一定的屏蔽作用。所以患者在接受放射科检查的时候，非照射部位可以穿戴防护设备来防护辐射，尤其是眼球、性腺以及甲状腺等等敏感部位，更要做好防护措施。每个放射科检查室都会配备有铅衣，这种铅衣能够有效阻挡视线。除了上述措施能够有效防护辐射以外，在满足诊断检查患者疾病的前提下，尽量选择出活度小、能量低并且容易防护的辐射源，对于辐射量的减少也有着重要作用。

遵循正当化和最优化选择

为了减少放射科检查过程中的辐射量，还需要坚持一种正当化和最优化的原则。所

谓医疗正当化原则就是指放射检查行为给患者带来的正当收益应该大于放射可能引起的危害，并且对没有需求的患者不做放射检查。另外正当化治疗还应该包括在检查过程中拒绝过度检查和过度治疗，这就要求患者在放射科检查过程中应该尽量配合医生做好检查，避免因为检查差错而进行多次检查。

治愈放射检查中的最优化原则，指的是检查过程中所用到的剂量应该达到尽可能低的水平，在满足患者预期检查效果和治疗效果的基础上，使用最优的放射剂量。最后放射科的机房一般都具有一种联动设置，如果机房内正在进行放射操作的化，机房的红灯就会亮起，此时其他人员就不能随意打开机房门，避免意外照射，也是减少放射量的重要方式。

放射科检查的注意事项

放射科检查虽然有着一定的辐射，但在疾病诊断上往往能够发挥出更大的价值。实际检查中经常会有家长因为有辐射的缘故，不同意给自己孩子做检查。事实上这种思维是错误的，这需要听从医师的指导，根据疾病的需求来做出诊断。不过对于一些孕妇或者是备孕人员来说，确实不适合做辐射检查，除非是在特别危急的情况下才去做，而且即便是在做了检查以后，也要考虑是否继续怀孕或者备孕。

其实我们生活中的辐射无处不在，岩石、大气以及水中的各种元素都有可能产生辐射，不过这种辐射一般都属于本底辐射（本底辐射每人每年大约有 3mSv），对身体健康不会产生其他影响。而在放射科的辐射量上，一般头颅 CT 检查约在 2mSv，胸部为 4mSv，而且随着低剂量 CT 的应用，这些辐射更有着大量的降低，根据世界卫生组织的标准来看，一般每人每年接受的辐射量不超过 5mSv 即可。