

胆管癌的科学护理

▲ 四川省彭州市人民医院 刘丽娟

胆管癌的病因目前尚不清楚，要想知道什么是胆管癌，我们首先应该对胆管有一个全面的了解。胆管是输送胆汁的管道，当人们在消化食物时，储存在胆囊中的胆汁就是通过胆管流入十二指肠中。胆管癌是胆管系统中出现的恶性肿瘤，它可以源发于胆管内的任何部位，尤其是在肝脏外部，胆管癌的产生通常与多种疾病有关，对于老年人或者是患有胆道结石、原发性硬化性胆管炎、溃疡性结肠炎的病人来说，得胆管癌的风险要比其他人群高得多。

胆管癌的症状和治疗方法

胆管癌的典型性临床症状主要包括以下几个方面，一是黄疸持续性加重，同时患者会感到瘙痒，体重也会明显减轻，大便呈灰白色，尿液呈深黄色，就像浓茶一样；二是上腹部有疼痛感并可能频繁、剧烈发作，有时还会出现发热现象；三是食欲不振，有恶心、呕吐、乏力等症状，如

果癌肿破溃还会导致上消化道出血。胆管癌会使胆道系统的功能发生紊乱，患者的免疫力和抵抗力会大幅下降，胆管癌晚期还会发生转移和扩散，影响其他身体器官功能，严重时甚至还会危及生命。

胆管癌目前的主要治疗方式分为三型，一是手术治疗，早期胆管癌病例以手术切除为主，术后配合放疗及化疗，可以起到巩固和提升手术治疗效果的作用。对于无法进行切除手术的晚期病例，可以进行胆道引流手术，将胆道感染控制住，进一步改善肝脏功能，减少后期出现并发症的几率，延长患者生命，保障生活质量；二是放射治疗，胆管癌是一种对放疗敏感性较低的肿瘤，通过辅助性放疗，只能在一定程度上提高患者的生存率，对于做了胆道引流手术的患者而言，放射治疗法可以减轻患者症状、延长寿命；三是化学治疗，胆管癌对化疗同样不敏感，这种疗法也只能起到缓解症状、延长生存期的作用。

胆管癌患者的护理方法

对于胆管癌，不仅需要选择好的治疗方式，还应该重视日常的护理工作，良好的护理能够起到巩固治疗效果，提高患者生活质量，降低复发率的重要作用。胆管癌的具体护理方法主要有以下几点：

注意饮食的调节。饮食方式和营养结构对胆管癌有较大影响，因此应该合理地调整饮食。胆管癌患者因为胆汁排泄不顺畅，存在消化功能障碍，尤其是对于脂肪性食物，患者很难消化，而且经常会出现腹胀、食少、大便不调等情况，所以应该尽量选择一些容易消化并且富含蛋白质成分的食物，比如新鲜水果、蔬菜、豆制品等，尽量少吃脂肪含量较高的食物，多喝开水，禁烟禁酒。

要密切关注患者的体温、脉搏、呼吸及血压变化，避免发生合并症。应遵医嘱嘱，定期前往医院进行复查，如果出现腹

痛、呕吐及伤口处发红、肿痛时，应该及时就诊。

要帮助患者保持舒适的休息体位，通常情况下应该选用左侧卧位和仰卧位，这样可以避免胆囊部位受到压迫。

情绪和心理因素对于疾病的治疗效果有很大影响，护理人员应该帮助患者树立战胜胆管癌疾病的坚定信心，鼓励病人保持愉快的心理状态，积极配合治疗。此外，还要适度进行锻炼，强化身体免疫力。

现在很多人已经意识到了胆管癌的危险性，并采取了相应的预防手段，那么究竟该如何预防胆管癌呢？首先，四十岁以上的人群，尤其是妇女，应该定期进行B超检查，如果发现胆囊炎、胆结石或者是息肉等症状，就要尽早进行治疗。其次，保持良好的饮食习惯，少吃油腻食品，不饮用烈性酒、少吃辛辣刺激食物，要保持饮食卫生，避免发生感染。

哮喘患者的居家护理

▲ 四川省凉山州会理县人民医院 肖红丽

哮喘属于日常生活中较为常见的病症，在全球范围内约有3亿人患有哮喘，在一定程度上会影响到患者的生活质量。随着现代医疗技术水平逐步提升，有多种方法可以有效应对哮喘这类疾病。哮喘患者并不需要过分担心病症带来的危害，通过积极配合医生进行治疗，可以恢复健康状态。那么，除了就医治疗之外，哮喘这类疾病有哪些居家护理方法呢？

哮喘的常见症状

哮喘是支气管哮喘的简称，是由多种细胞与细胞组分共同参与的一种慢性呼吸道炎症的肺部疾病。在临床上上主要表现为患者出现反复发作的喘息，呼吸困难，胸闷，呼吸急促，如果不能及时处理，会出现干咳或咳出大量白色泡沫粘液，危重情况下会出现紫绀等症状，对患者的生命造成威胁。患者的哮喘多在夜间至凌晨期间发做或加重，通常情况下，轻症哮喘患者能够自行缓解症状，重症哮喘患者通过医学治疗也可得到缓解。

哮喘根据病史，症状表现及实验检查结果分类可以分为外源性哮喘与内源性哮喘，外源性哮喘主要是因为患者对过敏原产生过敏反应导致哮喘症状的出现；内源性哮喘主要是患者前期存在咳嗽，上下呼吸道感染等症状，由此加剧引发的哮喘，但两者在临床表现上基本相同。

哮喘居家护理

除了基本治疗方案之外，面对哮喘这类呼吸道疾病，还需要采用一系列科学合理的护理方法，从而缓解患者的疾病情况，促进患者早日恢复健康。

日常护理 哮喘疾病给患者日常生活带来了许多不良的影响。在日常护理中，要为患者创造良好的居住环境，将患者居住环境中的空气湿度，空气温度保持在正常范

围内，定时为房间通风。当房间空气过于干燥达不到房间湿度时，可以为患者的房间安装加湿器等物理增湿的方法。每日对房间进行清洁，保持房内的卫生环境，在对房间消毒时要选用没有刺激性的消毒产品，避免诱发患者哮喘发作。对患者的床单，枕头，被子等床上生活用品及时的换洗及晾晒，当患者存在过敏性哮喘时要清除房间内易引发患者哮喘的过敏原。因哮喘疾病是呼吸道疾病又常在夜间发生，因此当患者尤其老年患者呼吸困难时,适当的建议患者更换姿势，例如，当哮喘患者喜欢采用仰卧位的睡眠姿势时,可以建议其更换为侧卧位的睡眠姿势。

强化饮食护理 饮食护理也是在居家护理中常见的一种护理手段，对于改善多种疾病情况具有正面影响，对哮喘疾病也是如此。患者在治疗哮喘疾病的过程中，还需要采用科学合理的饮食护理，应对众多问题。对于哮喘患者首先要禁食一些刺激性较强的食物以及过于油腻，过于干燥的食品，如油炸制品、饼干等食物都最好不要食用。尤其在哮喘发作期间以及治疗过程中，都应禁食以上食品，避免吃这些食品加重哮喘的发作。同时对于容易引发患者过敏的食物如海鲜，花生，芒果等食物也要尽量少吃。在日常饮食中应做到清淡为主，可以多食用一些水果、蔬菜、豆制品等食物，还要保持着健康的饮食习惯与生活习惯，不抽烟、不喝酒，不喝咖啡和浓茶。

心理护理方法 在中医领域中普遍认为同身体健康状态会受到人们精神状态的影响这一观点。一般患者保持着饱满的精神状态，情绪状态良好，能够缓解疾病带来的痛苦，有利于对疾病的治疗，反之如果哮喘患者的精神长期处于抑郁状态中，将会加重病情。因此哮喘患者的家人要重视关心和体贴患者，让患者保持愉悦的心情。

气胸的超声诊断和注意事项

▲ 阆中市人民医院 刘晓莉

气胸主要指的是气体进入胸膜腔而造成的积气状态。通常情况下，气胸大多是由肺部疾病或者外力因素而导致肺组织和脏层胸膜出现破裂，空气进入胸膜腔而形成。比如外伤、剧烈运动、提重物或者上臂高举等等都有可能导致患者出现气胸。患者出现气胸后的症状主要与患者自身起病的快慢以及肺压缩程度等等有关，典型的症状有突发性胸痛，也就是患者突然出现胸痛，紧接着出现胸闷和呼吸困难的症状，并且还可能会带有刺激性的咳嗽。张力性气胸患者则会出现精神高度紧张、恐惧、气促以及进行性加重的呼吸困难等等症状，甚至还可能会出现意识不清晰、昏迷等，如果不进行及时抢救，很可能会威胁到生命安全。因此，患者在日常生活中，如果出现突发胸闷或者胸痛等情况，应该及时去医院进行检查和治疗。

气胸的超声诊断特征

作为气胸的诊断，除了临床症状之外，之前主要的辅助检查方式为X线检查、胸腔镜检查、胸内压测定和气胸容量检查等等。不过随着超声设备的不断更新换代，如今超声检查已经成为气胸患者主要的诊断方式，尤其是在做床旁超声检查时，超声诊断气胸越来越得到临床医生的认可。UCG检查气胸时，主要依靠以下几方面的征象：

第一，胸膜滑动征缺失。在正常情况下，患者做呼吸运动的时候，脏层胸膜和壁层胸膜之间会有明显的相对滑动情况，并且在二维超声动态检查的时候能够很明显的显示出来，但在患者患有气胸的情况下这种滑动征就会消失。

第二，缺乏“彗星尾”伪像。正常情况下，由于脏层胸膜和壁层胸膜之间存在少量不规则的液体，超声束在两层胸膜之间经过多重反射而形成的一种伪像为“彗星尾”伪像。但气胸患者在超声检查的时候,由于气体的出现，以致不能显示多重反射形成的这种伪

像。故“彗星尾”征缺乏，也将作为UCG诊断气胸的要点之一。

第三，“蝙蝠征”是否存在。在正常的情况下，经过超声矢状断面扫查的时候，间的胸膜线会比较像蝙蝠的身体，故将此声像图称作是“蝙蝠征”。气胸时，患者胸部矢状断面上不能很好地显示该征象，故此表现亦可作为气胸的诊断要点之一。

第四，对于左侧气胸进行UCG检查时，由于胸腔内气体压缩肺使心脏裸露面消失所致，可能在正常左侧胸前扫查心脏未显示，这也将作为气胸的诊断要点之一。

第五，除此之外，肺点征是一种动态征象，在检查的过程中需要在某一个固定点连续观察数个呼吸周期，而且在超声检查的时候能够根据肺点的位置初步判断气胸的范围。

第六，当气胸合并有胸膜腔积液时，声像图见贴靠胸壁的胸膜腔较低位置为胸膜腔积液，较高位有与肺内气体无关的气体多重反射，两者之间为气液面，且嘱患者变换体位时，可见气液面随之发生相对位置变化。这一气液面征象，也将作为超声诊断气胸的可靠证据之一。

检查时的注意事项

对以上各种声像图表现进行综合分析，方可做出较为客观的诊断，但UCG检查气胸时，应注意以下几个方面，以便减少阳性病例的漏诊。

首先，超声医师对气胸的临床症状有较为详细的了解，并于检查前详细询问患者病史，对于疑似病例应采取优先检查，以避免医疗不良安全事故的发生。其次，超声检查前，选择合适的体位。一般选取站立位或坐位进行检查。再者，鉴于超声诊断气胸仍然存在一定的局限性，故对超声疑似的病例，要建议其进一步做CT检查确诊。另外，在超声检查胸腔的同时，还要关注胸壁、胸膜、肺组织等部位是否有异常。