



毒蜂蛰伤的症状与治疗

▲ 达州市中心医院 周凤鸣

毒蜂蜇人事件在我国很多地方都有发生，毒蜂的蜂腹部尾端毒囊里储存有毒腺分泌物，当毒蜂将毒针刺入人体后，毒囊内的毒液在人体迅速扩散，引起一系列不适症状。蜂毒成分因毒蜂种类不同而表现出较大的差异，但其主要成分均包括：组胺、神经毒素、溶血毒素以及透明质酸酶等。被毒蜂蜇伤后首先会引起局部疼痛，严重时会导致被蛰者出现血压下降、喉头水肿等危及生命的症状。因此，当被毒蜂蛰后，应及时进行相关急救处理及治疗，以免造成蜂毒中毒较深，影响健康甚至危及生命。

毒蜂蜇伤的常见临床表现

少量毒蜂蜇伤 当人们被少数毒蜂蜇伤后，首先会在蜇伤部位迅速出现红肿、刺痛的症状，被毒蜂蜇伤部位的中央可能会出现小淤点或者水疱，红肿部位一般会在被蛰的几小时之内得到缓解或者消失，数量较少的毒蜂蜇伤一般情况下

不会引起被蛰者出现全身不适症状。

大量毒蜂蜇伤 当人们被数量较多的毒蜂蜇伤身体某一部位时，因毒素量加剧，通常会引起被蛰者身体部位出现较大面积的水肿，严重者还有可能出现局部坏死的现象，进而引发全身不适症状。另外，如果大量毒蜂蛰到了人们的头面部，这种情况十分危险，被蛰者容易出现休克、抽搐、昏迷以及呼吸困难等症状，严重者危及生命健康。

蜂毒过敏 对蜂毒存在过敏现象的人被毒蜂蛰后，即便毒素较少，也极易引起一些列的过敏症状，如皮肤荨麻疹、呼吸困难、心律失常、发热、全身疼痛、过敏性休克等，危及生命。

毒蜂蜇伤的治疗方法

毒蜂蜇伤人体后，其毒针一般会残留在人体内，因此毒蜂蛰伤紧急处理的第一步应该先进行消毒，想办法清理出残留在人体的毒蜂毒针及毒液，减少或避免毒蜂

毒液在人体血液循环系统的进一步扩散蔓延。如果被蛰者出现蜂毒过敏反应，应及时拨打 120，将患者就近送往医院及时进行治疗。

被蛰部位进行消毒时，可以选择用棉签或者棉球蘸取适量碘酊对被蛰部位消毒，然后用力挤压被蛰部位，依靠吮吸或者用拔火罐等方式吸出毒液以及毒针，随后使用大量清水进行冲洗。毒蜂毒液的 pH 值一般在 5.0~5.5 之间，属于酸性毒液，因此也可以使用肥皂水进行中和对被蛰部位清洗。

对于肿胀较轻的被蛰者，一般不需要特别处理，如有条件可以在被蛰部位涂抹一定比例的苏打水、常见的风油精或者氟轻松软膏等缓解被蛰部位的红肿以及疼痛症状。

对于被蛰部位肿胀明显以及疼痛比较严重者，除了被蛰部位局部涂抹适当比例苏打水和生理盐水、利用冰袋消肿止痛外，还可以对其蜇伤部位皮下注射

浓度为 3%，剂量为 0.5ml 至 1ml 的盐酸麻黄碱溶液，可以达到快速消肿止痛的治疗效果。

如果被毒蜂蜇伤的患者出现全身过敏、休克或者中毒程度较深的情况，在治疗时一定要保证患者循环及内环境的稳定，及时给予患者抗组胺药物或者向其体内注射肾上腺素等，同时保护好各个器官功能，特别是肾功能，避免使用肾毒性药物。

毒蜂蜇伤事件一般情况下均发生在野外，因此当我们进行户外活动时一定要做好个人防护工作，在毒蜂时常出没、活动较为频繁的野外尽量穿着长袖、长裤以及戴面罩等避免大量皮肤裸露在外。如果不慎惊扰了蜂群，一定不能慌张乱跑，应第一时间蹲下，用衣服等保护好面部重要位置，待蜂群散去及时对伤口进行紧急处理。

阑尾炎术后的科学护理

▲ 金堂县第一人民医院 / 四川大学华西医院金堂医院 陈欣

阑尾炎是现代社会较常见的一种疾病，病发往往伴随着剧烈的痛苦，使患者痛不欲生，因而临床上治疗阑尾炎一般会采用手术切除的方式。从规模上看阑尾切除术并不大，但作为外科手术的一种，阑尾炎在进行手术之后依然需要通过科学的护理方式，以确保患者能够早日康复。

术后护理

阑尾炎病人术后需要根据麻醉方式的不同采取不同的卧位休息，腰椎麻醉患者采取去枕平卧的方式，以防脑脊液外漏；连续硬膜外麻醉患者可采取低枕平卧的方式休息。麻醉药效会随着时间流逝而消失，此时患者会逐渐感到疼痛，因此倾向于采取较舒适的体位并避免移动。如果感到疼痛难以忍受，可向医生申请一定量的镇痛剂。

对于术后的阑尾炎患者而言，应注意观察其生命体征，隔一小时测量一次血压与脉搏，直至患者血压及脉搏均恢复正常水平。测量过程中如果发现脉搏较快或血压处在较低水平，应及时对伤口进行观察，检查是否出现出血的情况，并针对性采取相应的措施；对于某些术后需加置引流管的阑尾切除术，应在患者血压平稳后使患者处于半卧位（或较低的半卧位），以确保引流的顺利进行并防止炎性渗出液流入腹腔的状况出现。

通常情况下阑尾炎患者在术后 1d 之后即可起床活动，以免久卧影响肠胃蠕动导致肠粘连发生，另外适量活动可加速血液循环速度，从而使伤口能够更快愈合。

饮食护理

由于进行阑尾切除术后患者的肠道处于低功能状态，胃肠道蠕动受限，肠腔内往往积蓄大量气体不能排出，因此阑尾炎手术患者需禁食 2~3d，待肛门排气之后可给予患者少量流食，并在患者食用一周左右视情况更换为带有少量食物碎渣的半流质饮食。在这段时间内要重视流食

的营养及口味，需保证流食清淡而富有影响，饮食时应确保流食处于适合的温度，以温中微热为宜，流食中必须保证没有食物粗渣，以免影响到患者的消化道；在改用带有少量食物碎渣的半流食之后，也不应为补充患者营养而喂给患者肉类、火腿及各种蔬菜汤，这会加重患者消化系统的负担，最快也要在手术 10d 后酌情少量喂食。

阑尾炎患者的食物应忌油，即使是在手术过后 10d 之后，阑尾炎患者也需要注意饮食清淡，不能摄入油腻食物，以免增加肠胃负担影响恢复。通常情况下阑尾炎患者在术后两周即可拆线，并恢复到与患病前较为接近的状态，但受手术及疾病影响，此阶段机体抵抗力依然处在较弱的水平，容易引发炎症，因此饮食还需禁忌发物。

生活护理

手术后的伤口会因外部机械力量发生崩线，而崩线则会给患者造成巨大痛苦，造成崩线的原因有咳嗽、改变体位时动作过于剧烈等，因此患者在咳嗽时适宜采取平卧位，并用双手固定住伤口，尽量减少咳嗽对伤口附近组织造成的机械影响，在翻身或其他动作时应尽量缓慢进行，避免动作过快造成伤口崩线。

为使伤口能够正常恢复，不会因细菌感染造成并发症，阑尾炎患者术后一周内不要洗头洗澡，避免伤口沾水，如果手术时天气较为炎热，可请求家庭成员以湿毛巾擦拭身体，但擦拭过程中还需注意避开伤口；在手术后的初期，由于患者不能进行大量运动，加之肠胃蠕动能力及消化能力下降，因此可能出现便秘，此时可向医生申请轻泻剂以保持排便通畅。

对于孕妇或老年人患者而言，孕妇术后还需重视对胎心心率的观察，以确保母子能够平安，而老年人患者则需注意保暖，由家庭成员帮助老年人咳嗽，预防老年人因术后身体机能下降导致坠积性肺炎。

月子期间的护理技巧

▲ 金堂县第二人民医院 蒋晓丽

老人们常常说坐月子是生产后的头等大事，没有坐好月子会给身体留下病根。那么产妇在坐月子时有哪些护理措施及注意事项呢？接下来就一起了解一下吧！

月子期间的常见误区

母鸡汤能够催乳 受传统习俗影响，很多人都认为母鸡汤有着较高的营养价值，产妇多食用母鸡汤有利于分泌乳汁。但是在临床实验中发现，产妇食用过多母鸡汤不仅不能促进乳汁的分泌，而且还会有回奶的可能。

产后应当多吃红糖 在中医理论中红糖性温，有活血化瘀的作用，因此产后必备补品之一就有红糖，但是食用过多的红糖并不利于产妇的身体恢复。因为现在的产妇生育较少，产后子宫收缩较好，恶露也处于正常范围内。红糖有活血作用，如果产妇服用过多的红糖水，则会增加阴道出血的可能，从而对产妇的身体的恢复造成影响。

产后不宜食用蔬菜水果 人们常常会认为水果、蔬菜性凉，产妇食用水果、蔬菜会影响肠胃功能。其实这也是一种误区，产妇在完成生产后消耗了大量的体力和血液，再加上产妇需要哺乳，需要得到较为全面的营养，水果、蔬菜也是必不可少的一部分，以便达到营养均衡。产妇应当多食用大枣、桂圆等食物，尽量不要食用像梨、西瓜等寒性食物，否则可能会出现腹泻。

产妇在完成生产后需要大量补充营养，产妇的身体健康以及新生儿的成长发育和月子间的饮食密切相关。水果、蔬菜能为产妇提供大量的维生素，对产妇的身体恢复有利无害。

月子期间的护理技巧

生活中的注意事项

第一，产妇需要在安静的环境中休息 1 个月左右。产后半个月，产妇一定要采取卧床休息，如果产妇经常站立或坐着，都可能会导致子宫下垂。

第二，需要为产妇准备宽度 30cm 左右、可绕腹部 10 圈的白纱布。在产后需要紧绑腹带，降低内脏下垂的机率。内脏下垂可能会引起多种妇科病。除此之外，产妇不能使用束腹带和束裤，因为它们会起到反作用。

第三，产妇在洗漱时必须使用温水，使用凉水可能会受凉，从而影响身体的恢复。在月子期间，产妇尽量不要洗头，洗头后要及时吹干，因为此时头皮不能受凉。

第四，尽量让护理人员为新生儿洗澡。因为产妇在为新生儿洗澡的过程中可能会出现腰酸背痛以及手脚酸麻的情况。除此之外，在喂奶的过程中尽量采取侧躺方式，减小内脏下垂的可能。

第五，产妇要选择舒适、安静的环境休息。因为产妇在完成生产后毛孔有所扩大，吹风容易引起头风及关节酸痛等症状，因此要产妇吹风。除此之外，孕妇不能直视阳光，否则会对视力造成影响。

第六，在月子期间上下楼尽量选择电梯，减少爬楼梯的次数，在完成生产后的半年内产妇不能干重活及提重物，否则可能会出现内脏下垂的情况。

第七，在月子期间产妇一定要充分休息眼睛，减少看书和看电视的次数。除此之外，产妇在月子期间尽量不要哭，不然眼睛将会提早老化，甚至出现青光眼或白内障。

饮食方面的护理措施

首先，产妇不能食用生冷的食物，减少钠盐的摄入，同时还要采用少食多餐的进食方式。

其次，在产后的半个月内少吃青菜和水果，最好食用水分少、性温的水果，红萝卜也是不错的选择。

再次，产妇可以多食用肝脏等食物，少吃肉类和鱼类。刚生产完的产妇还吸收不了鱼类中的养分，给肠胃造成负担，出现“虚不受补”的现象，尽量在产后第三周才开始服用鱼肉类等食物。