

创伤性骨髓炎护理

▲ 南充市高坪区人民医院 张良春

创伤性骨髓炎是一种因身体各种创伤引起的骨组织感染。创伤性骨髓炎经常发生在患者下肢。在临床上，粉碎性骨折、闭合性骨折患者在进行手术后，很容易引起骨组织感染，导致创伤性骨髓炎。由于创伤性骨髓炎是因为治疗、手术后护理不当引起的混合型感染疾病，所以针对创伤性骨髓炎的护理工作非常重要。下面我们就来了解一些创伤性骨髓炎的护理知识。

心理护理 由于创伤性骨髓炎患者长期躺在病床上，经常因为病情发作而感到痛苦，所以患者很容易出现焦虑、烦躁等不良情绪，而这些情绪严重影响到患者的治疗、康复。因此，家属应及时和医护人员沟通，了解相关疾病知识，然后告诉患者创伤性骨髓炎的病因，以及心情放松对疾病恢复的重要性。同时在平时多关心、鼓励患者，从而给患者树立对抗疾病的自信心。在住院期间，家属还可以多和患者

聊天、看电视，以此转移患者的注意力，让患者暂时可以不被疾病困扰。

日常护理 在患者出院后，在家中进行治疗时，家属应该每天定时给患者测量体温和脉搏，并且将测量的数据记录下来，在去医院进行检查的时候，将它交给医生，让医生根据体温、脉搏变化判断患者的恢复情况。同时家属应该注意观察患者的呼吸，如果发现异常，应该及时将患者送到医院进行治疗。此外，家属应该经常帮助患者翻身，擦洗身子，保持患者身体清洁、干燥，以免因为卧床时间太久而引起褥疮。患者所用的衣物、被褥也应该及时换洗，最好用太阳晒一晒，给它们消毒。

在患者卧床期间，家属还应该多观察患者感染的地方，观察伤患处有没有肿胀，询问患者会不会疼痛。如果患者的患肢被固定住了，家属应该注意将患肢抬高一点，并在平时留意患肢的颜色和温度，以免因

为压迫影响患者血液循环，导致患者缺血性挛缩。患者在家里恢复期间，家属应该定期带患者去医院进行检查，让专业的医生，判断患者恢复情况。

饮食护理 在治疗期间，患者的营养非常重要，所以家属应该按照患者病情，以及专业医生的指导，科学合理的给患者调整饮食。对于创伤性骨髓炎的患者，应该多吃一些高蛋白、易消化、高纤维的食物，例如小米、大麦、玉米等材料熬制成的粥。同时家属应该让患者适当多吃一些新鲜的蔬菜和水果。在早上、下午的时候，应该让患者吃一个香蕉或者苹果，从而保障患者的均衡营养。在治疗期间，家属应该避免给患者食用羊肉、鸡肉、鱼肉，以及一些辛辣刺激的食物。家属只有给患者提供有营养的饮食，才能让患者身体具有更强的免疫力，进而促进患者的恢复。

运动护理 在患者的炎症得到控制后，家属应该在医护人员的指导下，协助患者进行一些简单的关节活动。以免因为关节经常不活动，而影响后期患者的运动功能恢复。患者每天活动的时间，应该根据患者的身体情况，以及病情程度来决定。同时患者在活动的时候，应该在患者伤患处不感到疼、身体不感到疲惫的基础上，给患者制定训练方案。此外，患者在出院后、恢复后的半年内，患者的患肢不可以提重物或者负重，以免影响患肢的正常恢复。

总之，创伤性骨髓炎的护理，对患者病情的恢复非常重要，家属应该重视日常的护理工作。只有家属积极配合医生进行病情护理，患者才能尽快的恢复。如果在护理期间，患者出现什么异常情况，家属应该尽快将患者送到医院进行处理，以免影响患者后期的恢复与健康。

慢性肾炎的治疗原则

▲ 邛崃威高肾病医院 徐进

慢性肾炎是“慢性肾小球肾炎”的简称，而肾小球就是将血液过滤为原尿的球状结构。慢性肾炎基本症状有血尿、蛋白尿、高血压、水肿。有15%~20%的患者由急性肾小球肾炎转变而至，但多数患者病因不明，大部分患者并无急性肾炎的病史。慢性肾炎起病隐匿，病程迁延三个月以上，进展缓慢，肾功能减退，直至发展为慢性肾衰竭。

慢性肾炎的类型

普通型 普通型慢性肾炎较常见，病情稳定，表现为水肿、高血压、蛋白尿。

肾病性大量蛋白尿 除普通型症状外，还可见大量蛋白尿。

高血压型 除普通型症状，还出现持续、中度的血压增高。

混合型 既有肾功能减退，又有高血压型表现。

急性发作型 由于感染、过劳等因素，相对稳定的病情重也会出现类似急性肾炎的症状。

慢性肾炎的治疗

控制高血压 高血压会引起并发症，加快肾功能下降。因此，慢性肾炎患者要积极控制血压，力争达到目标值，但不能过快。慢性肾炎患者降压的目标值在130/80毫米汞柱（尿蛋白小于1g/d）或者125/75毫米汞柱（尿蛋白大于1g/d）。生活方面，患者要维持正常体重，限制盐的摄入，戒烟，适量运动；用药方面，从小剂量、一种药物开始调控，必要时联合用药，并注意药物对肾的作用。慢性肾炎患者常用的降压药物有血管紧张素Ⅱ受体拮抗剂（ARB）、血管紧张素转换酶抑制剂（ACEI），等等，因为这两种药物还可以减少尿蛋白、延缓肾功能受损。

减少蛋白尿 肾脏功能与蛋白尿关系极大。上述两种降压药均可降低尿蛋白，并升高血清蛋白水平，因此用量常常超过

降压所需。这可能导致低血压，因此也要小心。

限制磷、蛋白的摄入 低磷、低蛋白的饮食可以减轻肾小球的高灌注、高过滤、高压状态，从而延缓肾小球的硬化。因此，肾功能不全、氮质血症患者，应限制磷、蛋白的摄入，采取优质低蛋白饮食（如牛奶、瘦肉、鸡蛋白），添加必需氨基酸、α-酮酸。

避免加重肾损害 慢性肾炎患者如遭受感染、劳累、脱水、低血容量、酸碱及水盐平衡紊乱、肾毒性药物、妊娠，肾脏的损伤就可能被加重，因此，上述因素都要避免。

应用糖皮质激素 糖皮质激素包括内源性、外源性两类，是临床中应用最广的抗炎剂、免疫抑制剂，对部分慢性肾炎患者有改善作用，但长期使用可引起多种不良反应，在使用时一定要注意。如长期使用，可抑制自身肾上腺功能。使用糖皮质激素的同时，要补钙、补钾，配合保护胃粘膜的药物，以减轻骨质疏松、低血钾、胃肠道副作用等不良反应。

改善水肿 虽然单纯改善水肿并不能改善病情，但是，水肿减少后，患者的容貌有所改善，沮丧、焦虑等情绪就减轻了，能够增强患者的依从性。为此，患者要严格限盐，减少水钠潴留。

权衡利弊 许多慢性肾炎患者一听到医生要求使用“激素”治疗，而且有很多副作用，就不乐意，特别是症状不明显的患者。但是肾脏的损伤已经形成了，讳疾忌医并不会使其自愈。患者总要权衡每一项治疗的风险与益处，所以要与医生充分沟通。

不要使用抗生素 常识中，“炎症”是由“感染”引起的，然而肾小球肾炎是个例外，一些“肾炎”根本不是炎症，是炎症的肾炎也并非由感染引起。因此，抗生素对慢性肾炎的治疗并无帮助。而且，所有抗生素对肾脏都有所损害，只是轻重不同。因此，慢性肾炎患者除非有明确的感染证据，都不可以使用抗生素。

科学认识和治疗甲状腺结节

▲ 什邡第二医院 陈仁冰

甲状腺是人体内众多分泌腺之一，其形状如蝴蝶，位于人的气管前方，如果上边长出“小疙瘩”，则可判断为甲状腺结节。甲状腺结节的本质是位于甲状腺内部的肿块，由于吞咽动作会使甲状腺上下移动，连带甲状腺结节也会上下移动。甲状腺结节在临床上较为常见，治疗过后并不会影响患者的日常生活。

引发甲状腺结节的原因

甲状腺结节的成因与多方面内容有关，与日常生活关联比较大的有不合理饮食行为、抵抗力下降导致炎症出现及药物影响三方面原因。

不合理饮食行为 日常生活中常保持不良生活习惯，尤其是不良饮食习惯较为容易诱发甲状腺结节。在饮食过程中经常挑食或偏食，致使碘元素过量摄入或摄入量不足，均可能导致甲状腺结节的出现。

抵抗力下降导致炎症 生活中不重视抵抗力的提升，导致抵抗力薄弱，会使人易受炎症影响。炎症在体内生成之后如果扩散到甲状腺部位，同样会造成甲状腺结节，尤其甲状腺部位或附近产生炎症更易导致甲状腺结节出现。

药物影响 在服用某些药物治疗相应疾病的过程中，药物的药效可能会影响甲状腺的正常运作，导致甲状腺出现肿大的现象，并致使甲状腺结节产生。

除此之外，遗传因素、女性及年龄较高者、常处于放射环境下、长期保持愤怒或抑郁情绪的人以及自身患有免疫性甲状腺疾病的患者都易产生甲状腺结节。

甲状腺结节的临床表现

甲状腺结节的性质各不相同，因此在临床表现上也存在一定差异。

结节性甲状腺肿 结节性甲状腺肿多发于女性与老者，结节性甲状腺肿导致的结节内部可能存在出血、囊变及钙化的情况，所产生的结节大小不等，数毫米至数厘米均有可能。临床表现主要是甲状腺肿大，通过直接触摸会接触到数个大小不一的结节，部分患者仅能触及单个结节，但通过甲状腺显像或手术同样会发现多个结节。结节质地多为

中等硬度，多数情况下临床症状仅表现为颈前不适，且一般不会影响甲状腺功能。

结节性毒性甲状腺肿 结节性毒性甲状腺肿多发于常年患有结节性甲状腺肿的患者，女性多见，通常伴有症状较轻的甲亢及相应体征。触诊时多能够发现单个质地较硬、边界清楚的结节，形状呈椭圆或光滑圆形，会随吞咽动作上下活动。功能检查会显示患者血液中甲状腺激素上升。

炎性结节 炎性结节可能由感染导致，也可能由非感染导致。感染导致的炎性结节多为病毒感染引起亚急性甲状腺炎，临床上还伴有发热及甲状腺局部疼痛的症状，质地较硬，大小随病变范围而定。非感染导致的炎性结节主要有免疫性甲状腺炎引起，质地坚硬，若进行甲状腺功能检查会显示甲状腺球蛋白抗体及微粒体抗体呈现强阳性。

甲状腺结节的治疗

甲状腺结节的治疗方式因患者情况不同而不同，但所有治疗方式均要以结节性质及功能的检查与使患者受到不良影响的严重程度为基础。对于未表现出明显症状或没有症状的甲状腺结节需要患者定期进行复查，关注结节的发展情况。对于症状明显、或导致患者日常生活受到影响的甲状腺结节（如结节体积过大影响患者吞咽及呼吸）需及时进行手术治疗，治疗方式以医生的诊断为主。此外，甲状腺结节在治疗过后需重视预后工作，根据病症情况适当调整生活方式。

目前临床上治疗甲状腺结节还是比较容易的，患者在患上甲状腺结节后不必惊慌，及时配合医生进行治疗。但也不能大意，应注意甲状腺结节的发展状态，在治疗过后需保持良好的生活及饮食习惯，提升抵抗力从而免受甲状腺结节的困扰。

