

胃溃疡的有效护理方法

▲ 成都市郫都区犀浦街道社区卫生服务中心 李显惠

胃溃疡是指胃黏膜被自身消化而形成的溃疡，上腹疼痛或不适为主要症状，部分患者有与进食相关的节律性上腹痛，部分患者无典型的疼痛表现，仅表现为腹胀、厌食、嗝气、反酸等消化不良症状。

胃溃疡的药物治疗

胃溃疡的用药时间 对于抗酸药的服用方法是在吃饭后半个小时来进行服用，能够有效的中和胃部当中的胃酸。抗胆碱药，服药时间在吃饭前15min以内最好，主要药效是在口服半小时以后减少胃部当中的胃酸分泌。H₂受体阻断剂，一般在睡前来进行服药，不仅能够减少胃酸的分泌，同时疗效也比较好，患者可以进行长期服用。

合理安排用药疗程 规律、联合服用药物是治疗胃溃疡最重要的因素，服用药物疗程不足就会导致溃疡病进行复发。据统计显示，正常的胃溃疡完全治愈一般需要4到

6周，十二指肠溃疡完全治愈，需要2~4周，并且在静止期间，还有可能会引起复发，特别是十二指肠溃疡，如果康复后立即停止吃药，会有很大概率引起复发。所以为了防止溃疡病的复发，需要用小剂量的药物来进行继续治疗，一般情况是一年左右，病情没有缓和，则需要3~5年。

注意联合用药方法 由于在溃疡病需要的治疗时间比较长，所以不仅要考虑到在药物治疗的时间上，更需要全面了解药物的安全性。如果使用一种药物，不能够很好治疗胃溃疡时，就需要根据患者的具体情况，来采用几种药物一起使用，例如抗酸药和抑制胃肠蠕动的药物进行一起使用，这样不仅可以达到要的效果，同时也够减少药物带来的不良身体反应。

用药后护理方法

饮食护理 在患者的饮食上，要做到

按时进行吃饭，一般在病状，有复发的阶段，每天吃饭可以5~6次，正常时间为每天三次，在吃的食物当中，主要以富含营养的清淡食物为主，例如一些面食，一些患者不喜欢吃面食，则可以用米粥来代替，避免大吃大喝，同时也避免吃一些过于刺激性的食物，一些病人在出血以后，一天之后才可以喝一些牛奶豆浆，不能够喝鸡汤，浓茶之类。

戒烟、酒、浓茶、咖啡 为了提高药物疗效，要对患者进行戒烟酒，浓茶，咖啡。比如吸烟越多的人在血液当中的尼古丁浓度也比较高，在胃部当中的胃酸也会分泌比较多，从而不利于患者的康复。茶叶，主要是由茶碱来组成的，茶碱也能够使得胃酸分泌过多，从而使得胃功能出现障碍。喝酒对于胃部的胃粘膜破坏更为严重。

养成豁达乐观的心态 在实际的治疗当中发现大多数的溃疡病患者，大部分是一些脑力工作人员，并且在生活当中又是比较

多愁善感，大多患病都是因为在工作比较累时，主要原因是头脑中不良的精神原因，使得大脑的技能处于缓慢状态，从而在胃部当中的胃酸分泌过多，十二指肠功能丧失，进而使得溃疡病变得更加严重。所以，在患者的康复当中，要保持乐观的心情来保面对日常生活，积极向上的心态来应对挫折和烦恼，豁达乐观的生活态度来保证身体的健康。

慎用药物和注意保暖 在患者的康复过程当中，对于一些能够，是溃疡疾病引起复发的药物，就要进行不用，例如一些阿司匹林。同时，患者也在日常生活当中，也不可以经常喝一些带有氢氧化铝或小苏打饮料。患者也要做好对自身的保暖工作，特别是在一些春天或快接近冬天的时间，要做好保暖工作，在进行洗澡时，要使用40度左右的热热水进行洗澡，可以达到产生食欲的作用，也可以对胃部缓解疼痛，达到治疗的目的。

房颤的科学治疗方法

▲ 内江市第二人民医院 霍雨佳

房颤是一种比较常见且复杂的心律失常，随着我国逐渐步入老龄化社会，房颤疾病的发病率不断攀升。房颤主要指的是患者的心脏跳动节奏乱了，心脏不规则的在跳动，且患者很容易会长血栓，血栓脱落的话会导致出现栓塞并发症，因此，该疾病的致残、致死率非常高。

房颤疾病的发病原因

房颤疾病的具体发病原因，目前尚未明确，但是已知的因素主要包括冠心病、高血压、急性心肌梗死、心力衰竭、性腺疾病、先天性心脏病、甲亢以及其他相关心理失常相关，也和患者长时间的酗酒、长时间精神状态高度紧张、代谢失衡以及严重感染等因素有关。许多的房颤患者在临床检查过程中，并未发现心脏疾病，也没有诱发因素，这样的属于特发性房颤，通常只有少数的患者，在去除诱因之后房颤会逐渐消失，但大部分患者即使基础疾病得到了良好的控制，但是房颤依然持续或者再发。

房颤对身体的危害

首先，患者的生活质量会明显下降，心率加快会导致患者出现头晕、乏力、出汗以及胸闷、心悸等症状，甚至会晕倒，对患者的日常生活和工作会造成极大的影响，同时，房颤患者也会伴有心理恐惧、焦虑等症状，因此，房颤患者的生活质量明显下降，甚至低于冠心病患者。

其次容易形成栓塞。这也是导致房颤最为主要的危害，房颤情况下，患者心房会丧失收缩功能，血液在心房内瘀滞，从而逐渐形成血栓，血栓如果脱落便会随着血液流至全身，会导致脑栓塞。

房颤的治疗方法

首先要恢复以及维持窦性心律，这样也能够不断提升房颤患者的生活质量和心功能，同时也能够有效减少血栓栓塞并发症，阻断

房颤的发展，当前，房颤恢复窦性心律的主要方法有以下几种。

手术治疗 房颤手术治疗的方法主要包括外科手术以及微创射频消融术治疗，射频消融术属于介入治疗，穿刺患者双侧股静脉，导管沿静脉直到右心房，之后再达到左心房，进行环肺静脉消融。射频消融术属于可根治房颤的一种手段，患者在手术后大约3个月之后，便不会再出现心律失常。在3个月之后如果再次发作，也就证明消融失败，这时应当考虑再次进行射频消融治疗或者药物治疗。

药物治疗 房颤通过药物治疗，其成功率在70%以上，药物治疗通常比较适合房颤持续的时间不超过半年、心房不大，且没有心脏异常、已经去除诱发因素的持续性房颤。

病因治疗 就目前现状来看，医学水平相对有限，且房颤病的具体原因无法确定，导致无法根治，少数情况下，房颤的病因相对明显，如甲亢、急性酒精中毒以及应激等导致房颤。对于这种情况，可针对其病因进行治疗，在有效控制房颤诱因之后，房颤会自行消失，但房颤仍然可能会持续发作。

电复律治疗 主要是通过体外直流电电机的方法使得房颤转为窦性心律，且操作相对简单便捷，但同时也存在一定的缺点，在复律前后，需要进行有效的抗凝治疗，或者经食管超声，从而排除心房血栓，在住院之后进行。

房颤的预防措施 良好的生活习惯能够有效改善房颤，首先要不吸烟，其次是减少饮酒。通过科学合理的方式减轻体重，这样能够改善机体生理功能，避免出现炎症。其次要合理控制血压，高血压是造成房颤最为重要的原因，高血压如果控制不好，发生房颤的概率自然也会更高。糖尿病与和房颤的发生也有一定关系，因此一定要预防糖尿病，并及时治疗心血管疾病，减少房颤的发生概率。

手术室护理不良事件防范措施

▲ 阆中市中医医院 李碧

手术室在人们心中或多或少有些神秘，作为医院治疗患者的特殊场所，医护人员常常是在极高的压力下，冒着职业风险，对危重患者开展救治甚至抢救。

手术室护理人员必须提前掌握日常护理各项知识，遵守相关规章制度，防范发生不良事件的可能。了解手术室护理不良事件出现的原因及预防措施。

手术室护理有哪些不良事件？

病人错误 当同一个病区的病人需要手术时，一定要注意按时间顺序送往手术室，否则接台时就容易出错。

手术部位不正确 书写病例时模糊的字迹常常影响护理人员的认知，再加上如果手术前没有确认，会导致手术部位搞错的情况。

手术体位不当 不正确的手术体位安置可能会对皮肤、神经、血管等施加压力。一定要注意掌握正确的手术体位安置方法。

仪器设备出问题 术前一定要对仪器设备进行开机检查，未及时发现故障，轻者延误手术时间，重者造成出血过多，甚至危及生命。

物品清单出现错误 胸腹腔和深部体腔手术后，如果不认真对手术缝针、敷料、手术器械等小件物品进行清点，有可能导致其遗失于胸腹腔。

器械准备不足 由于医护人员手术配合经验的相对缺乏，护士术前未有效与主刀医生沟通。

用药有误 由于护理人员疏忽大意，随意乱放药品，导致错误地给患者用药。

病理标本丢失 由于器械护士的工作疏忽，术中取下的标本没有得到很好保存，护理人员未征得家属同意就自行处理，这容易引发医疗纠纷。

无菌观念不强 要注意掌握无菌技术和术中无菌技术操作，否则容易导致术中感染和癌细胞的种植，导致自身感染。

书写不规范 如果手术记录描述不准确，

一旦产生医疗纠纷，不利于举证。

手术室出现护理不良事件的原因

护理人员工作失误 护理人员如果缺乏责任心，工作中不愿意接受上级的检查核对，对相关业务知识与技能缺乏学习掌握，都容易导致手术室护理的问题。

管理不善 管理者如果缺乏风险意识和管理能力，平时对员工缺乏这方面的培养，以及组织风险业务的学习，而仅仅停留在表面，不注重对员工进行相关教育，提高其识别规避风险的能力，就极有可能会出现问题。

手术室环境过于复杂 医院是一个复杂的环境，手术室里进进出出的人员会对护理人员带来各种有害的影响，在高压环境下，护理人员稍不留神就会出现失误。

加强安全管理

对于管理者来说，要不断通过学习提高自身风险管理意识和抵御风险的能力，建立相关的体制机制。开展各类针对手术室护士的业务培训，着力培养业务骨干，提升护理团队整体水平。

制度是安全的保障 必须制定各项规章制度，每位护理人员都必须严格按制度办事，在建立制度的基础上，大力倡导敬业精神，提高护理人员的道德修养，提高其自我约束的能力，确保高质量完成护理任务，保证患者的手术安全。

预防手术体位损伤 护理人员应对体位摆放问题进行学习，使患者舒适、安全。患者术中上肢不宜太过外露，可以在腋下、骨隆突出处放置一个软垫，记住束缚带不要绑得过紧，避免引起患者不适。

清点制度 每项操作前和结束后，护理人员都必须认真清点手术中用到的各类器械、纱布、刀片等物品，并作详细记录。

防止碰伤 术前和术后，护理人员需要护送患者，过程中护理人员要注意保护患者的头部及手足，途中要注意观察和保护患者。