

胰腺炎的日常护理

▲ 四川护理职业学院附属医院 / 四川省第三人民医院 刘润莲

胰腺是以横向的方式置于腹后壁 1-2 腰椎体平面，是一个狭长的腺体。胰腺本身具有外分泌功能，主要功能是中和胃酸，并帮助消化人体内的糖、蛋白质及脂肪。胰腺炎的出现则与胰蛋白酶的消化作用有关，通常情况下胰腺炎会导致胰腺出现水肿、充血、出血或坏死的情况。胰腺炎并不具有传染性，但情况恶劣时会严重威胁患者的生命安全。

胰腺炎的病因

一般将胰腺炎分为急性胰腺炎与慢性胰腺炎，后者是因前者反复发作，而对胰腺造成慢性、进行性破坏的疾病。通常认为急性胰腺炎的病因有以下几种：

包括胆管炎症、结石、寄生虫、水肿、痉挛等病变导致胆汁反流入胰管，胆汁中的物质激活胰酶原，使之在胰腺内就具有强消化能力，从而导致胰腺炎。
暴饮暴食及酗酒会导致胰液大量分泌，

由于胰液本身含有一定活性物质，因此大量分泌会导致胰管引流不畅，此时胰液在胰胆管内产生堵塞会导致整个系统压力升高，造成高浓度蛋白酶排泄不畅，最后引发胰腺泡破裂而发病。

胰腺邻近位置的手术或损伤在导致胰腺遭受压迫时也会产生胰腺炎。

部分感染病、寄生虫将细菌带入胆管或胰管也会导致胰腺炎。

高脂血症会因高脂肪浓度导致胰腺血管栓塞，而胰腺血管栓塞会致使胰腺局部缺血，造成胰液排泄不畅并诱发胰腺炎；结石堵塞胰管同样会引发胰腺炎。

胰腺炎患者的护理

胰腺炎患者的护理以心理护理、疼痛护理及病情发展护理为主。

由于患者对胰腺炎的了解程度不足，同时多数患者在心理上会对医院的环境有一定排斥，因此在患者入院后诞生各种消

极情绪是很正常的。针对这种情况，医护人员要使患者认识到胰腺炎的病因，并向患者强调心理状态对疾病治疗产生的影响，帮助患者保持一个健康向上的心理状态，积极配合医护人员的治疗。

胰腺炎患者的疼痛护理要求患者处于绝对卧位，体位以舒适为主，衣物应尽可能宽松；多数患者需处以 1-3 日的完全禁食，并控制饮水量，同时还要注意口腔清洁；如果禁食无效或患者出现明显腹胀，要为患者留置胃管，连续抽出患者胃内气体及内容物，并按医嘱给予患者止痛药物。

护理过程中应密切监测患者生命体征，尤其是血清淀粉酶及尿淀粉酶的变化，时刻注意观察患者腹痛情况，判断胰腺炎造成的是水肿或是因出血导致的坏死；要注意患者神志、尿量及血压变化，若患者出现神志不定、皮肤苍白、出冷汗及尿量减少需马上通知医生抢救，同时还要观察患者的呕吐情况以判断患者缺水状态。

胰腺炎患者的日常饮食须知

胰腺炎患者一定要忌酒，因为酒精会刺激胰腺，导致胰液分泌过多，而大量胰液的分泌会使得胰酶含量上升并形成栓子，这些栓子会堵塞胰管；另外，过量酒精会导致胰管内压力上升，造成胰管破裂，同时长期酗酒也会致使胰管钙化狭窄，因此胰腺炎患者需要忌酒。

忌暴饮暴食。因为暴饮暴食会使单次摄入的营养过多，此时胰腺会大量分泌胰液用以促进消化，而大量胰液的分泌会使胰腺产生与酒精大量摄入后相同的反应，因此应避免暴饮暴食。

为保护胰腺健康，应重视维生素 B3、维生素 D 及钾元素的摄入。维生素 PP 能够参与到蛋白质、脂肪及糖类的代谢过程，同时也能降低血液中胆固醇及甘油三酯的含量；维生素 D 能够促进小肠壁吸收钙质，也具有免疫调节功能，有助于预防胰腺炎发生；而钾在与钠同时作用时能使体液维持适当酸碱度，同时也能减轻胰腺的工作负担。

气管插管的技巧

▲ 南部县人民医院 马菁勇

急诊科在抢救危重病人时，常常需要进行气管插管。这样既可以保证气道通畅、防止误吸，又可以在需要呼吸支持时及时连接到呼吸机。那么，气管插管到底该怎么做呢？

气管插管是指将一特制的气管内导管经声门置入气管内的技术，这一技术能为通畅气道、促进气体交换、方便呼吸道吸引和防止误吸等提供最佳条件。是急诊急救工作中常用的抢救技能，对抢救患者生命、降低死亡率起到至关重要的作用。

插管前的准备工作

气管插管时需要的物品比较多，例如喉镜、气管导管、牙垫、氧源、简易呼吸器或呼吸机、面罩、听诊器等，要提前做好，避免要用时找不到或到处找。注意气管导管要选用合适型号，男性、女性、小儿使用的导管有所差异，要根据实际情况而定。药品准备：有意识或咽部反射强烈的病人需要准备镇静药、肌松药。患者准备：有意识的患者要给予简要安慰，无意识或意识丧失的患者要及时摆好体位。

插管时判断好位置

如果气管导管误入食管，可能会出现生命危险，所以在插入气管导管的时候，要保证处于正确位置。从目前情况来看，临床工作中还是缺乏即便捷又有效的判断方法，为了提升气管导管插入的准确性，工作中应该联合多种方法来判断其位置：

听诊双肺及上腹部 在听诊双肺时，要将听诊器放在双侧腋窝上部，这样做可以减少对侧呼吸音传导产生的影响。

呼气末 CO2 浓度测定 这种方法可以保证导管在气管内，因为导管误入食管时，虽然也会含有少量 CO2，但呼出的 CO2 浓度会随着时间推移迅速下降，而气管内插管时的呼气末 CO2 浓度是会保持不变的。3. 观察呼吸机波形。在连接呼吸机之后，可通过观察呼吸机呼

气流速波形来判断导管是否在气管内。4. 观察气管导管有无水雾。观察患者呼吸时，呼气相可见导管内壁水雾形成，吸气相水雾消失。5. 挤压胸廓来听导管末端是否有气流声。一般采用方法是在导管末端接一个气球，导管在气管内可以看见气球会随着胸廓挤压而发生变化，在食管内则观察不到。6. 在气管导管上连接呼吸气囊，进行辅助呼吸，当导管位置正确时，可以看见胸廓对称起伏。7. 纤维支气管镜检查。纤维支气管镜通过气管导管后可以观察导管下隆突及支气管软骨环来确定导管位置，并且对深度做出适当调节。

当导管所处位置不对时，通气后患者生命体征会出现不平稳的情况，一旦发现要立即拔出导管，之后再重新插管。

插管时的注意事项

为了保证气管插管的安全性，插管过程应该特别小心，主要包括以下几个方面：

动作轻柔，避免伤到牙齿、黏膜。
导管插入要等到声门开启，防止造成不必要损伤，保证气管插管的顺利进行。

防止牙齿脱落误吸。在术前对患者牙齿健康进行检查，发现有松动牙齿要摘除，以免在插管时脱落造成误吸，危及患者生命安全。

检查导管位置。气管插管完成后要进行床边 X 线检查，以此来确定导管的位置。

在气管插管过程中，特别是在挑起会厌时，因为迷走神经反射的原因，患者可能会出现呼吸、心跳骤停，应注意提前准备好相应抢救药品及器械。

插管时要充分吸氧，并且监测呼吸、心电图、指脉氧等指标，如有异常，及时处理。

气管插管无绝对禁忌症，但有以下情况应注意：喉头严重水肿者，插管成功率低，不宜行经喉人工气道术；严重凝血功能障碍，插管损伤易致出血不止，宜待凝血功能纠正后进行；严重颌面部畸形或毁损，不宜行经鼻气管插管。

肾结石的日常护理

▲ 内江市第六人民医院 唐亚莉

肾结石一般发生在肾盏、肾盂以及输尿管和肾盂的连接部位，一般是在成年的男子当中比较常见，主要症状表现在腰部出现剧烈疼痛或者延伸到患者的腹部当中，并且患者也会出现尿频，在患者的泌尿道黏膜损伤激发感染时，就可能会出现尿路感染的症状。

肾结石的临床表现

一般患者在患有肾结石之后，主要会表现在腰部的疼痛上和出现一些血尿的情况，发生疼痛的程度和结石的位置、大小、以及是否存在损伤或者移位的情况，具体表现在以下几方面：第一，在患者腰部的绞痛或者钝痛，主要是因为患者的结石进行大移动以至于引起在上腹和腰部当中的钝痛，在肾结石的患者当中有一半的患者都有腰部疼痛的症状。第二，在肾结石患者当中有五分之四的的患者都会出现血尿的情况，在这些患者当中有十分之一的患者在泌尿过程当中可以全程看见血尿。另外也有一些肾结石患者发生肾积水和慢性肾功能不完善的现象。

肾结石的日常护理

肾结石患者一旦发生肾结石疼痛，往往疼痛难忍，所以平时要注意做好以下几方面的日常护理：第一要增加患者的饮水量，增加患者体内的水分可以有效改善在患者体内的结石成分的浓度，降低沉淀成结石的几率，促使在患者体内的小结石能偶尽快排除，同时也有利于感染的引流，因此肾结石的病人要养成多喝水的习惯，在每天的饮水量当中大约控制在 2000 到 3000ml 以上，有力降低在身体内部的尿 PH 值。第二是控制泌尿系统的感染，主要是由于在患者体内结合阻塞或者感染的情况下非常容易形成恶性循环，若一旦发生色红合并感染的情况，就要控制好感染到

医院去进行正规的结石检查和治疗。第三是适当的进行体育活动，例如一些跳跃活动等有利于结石的排出。在对患者的日常护理的过程当中，要时刻注意排石的现象，若发生有绞痛部位下移的情况，说明在患者体内的结石有下移，疼痛突然发生消失，就有可能结石移动到膀胱当中，这时就要鼓励患者努力将结石排出，若患者一旦发生有心慌和胸闷的情况，就需要注意有可能是由于患者的大量饮水导致的心脏负担过重，这时就应该立刻送至医院进行治

肾结石的饮食调理

在患有肾结石的患者尽量少吃一些牛肉、鸡肉、驴肉、鱼类、虾等肉类和动内脏，主要是由于这些肉类当中含有丰富的蛋白质，对于患者肾结石康复是十分不利的。蔬菜当中的甜菜、芹菜、香菜和菠菜含有大量的草酸，这些都不能够过量食用。水果当中龙眼、荔枝、芒果、菠萝这些富含草酸盐的物品也尽量少吃。

患者的治疗过程当中主要以清淡、低蛋白和低脂肪的食物为主要饮食，在饮食的过程当中要丰富多样化的食物，富含营养和维生素的食物，例如新鲜的蔬菜黄瓜，多补充在患者体内的维生素 A，主要包括有一些胡萝卜、南瓜以及红薯等。患者也可以对吃一些黑木耳，尤其是对于体内刚有结石的患者，每天吃一到两次的黑木耳能够在两到四天之内缓和恶心以及呕吐的现象，主要是由于在黑木耳内部含有一种特殊物质，能够促进人体内的消化道和泌尿道各种腺体的分泌，从而有利于患者体内的结石排出。另外，患有肾结石的患者也要少饮酒，喝酒过多很容易引起在体内肾结石的发何时能个，并且喝酒也会影响在体内的新陈代谢，干扰到体内环境的酸碱度。最后是患者要定期到医院当中去进行查看结石的动向，以配合进行下一步的治疗。