

# 胆囊术后的护理要点

▲ 乐山市沙湾区人民医院 魏凤平

对于很多胆囊疾病的治疗，目前阶段最为直接和有效的治疗方法就是采用胆囊切除术。在胆囊手术中，腹腔镜胆囊切除术给患者带来的创伤小、术后恢复快，因此在临床手术治疗胆囊性疾病中的应用率越来越高。为了提升胆囊切除术对患者的治疗效果，降低术后并发症的发生率，可以在术后的饮食护理上进行配合。

胆囊切除术是目前治疗肠道外科疾病最为常见的手术治疗方法，主要针对的是各种急性、慢性胆囊炎症，以及胆囊结石、胆囊隆起性病变等，均可起到良好的治疗效果。胆囊肿瘤、胆囊炎、胰腺炎等疾病，都会给患者带来程度较大的痛苦。根据中国胆结石病的调查报告显示，我国胆囊疾病的发病率逐年上升。通过对我国各省市大量的胆结石患者调查，胆结石疾病的分布和类型，与胆结石患者的饮食等生活习惯、职业、多处地区有很大的联系。所以对胆囊疾病从饮食层面护理是至关重要的。

## 胆囊手术后的常规护理

胆结石患者术后应注意平卧位休息，如果患者不存在休克症状，在术后的次日可以半坐位休息。对于腹胀、呕吐症状较轻的患者，在术后的次日，可以适量食用流质饮食，在术后的早期阶段可以逐渐增加饮食量。对于腹胀症状较为严重的患者，在术后的1~2天内应禁食，并加以胃肠减压辅助缓解腹胀，在此期间继续静脉输液和应用抗生素。患者在术后应保持积极的心理状态，可通过转移注意力的各种方式疏解焦虑、忧郁等不良情绪。术后两三个月内，可适当增加小幅度的体育锻炼，有助于促进机体恢复。术后要按照医生要求定期复诊。

## 胆囊手术后的饮食护理

**合理安排饮食** 在术后饮食方面，应让患者多食用易于消化的食物。在早期阶段，可以在患者的饮食结构中，添加充足的优质

蛋白、维生素和微量元素，避免食用高脂肪、高胆固醇的食物，这一阶段的时长需要控制在2周以上。在早期阶段过渡完成后，可以适当增加脂肪的摄入，但是每日食用量不可超过30g，胆固醇每日摄入量不可超过300mg。食物的烹饪方式也应注意，以清炖、清蒸等方法为宜，避免油炸和油煎食物。

**保证多种营养物质的摄入** 患者术后的膳食结构，对于提升术后恢复效果十分重要的。术后，患者不可以只吃自己喜欢的食物。在术后恢复期之内，应保证清淡饮食，但这并不意味着在吃饭这件事上可以偷懒，每顿饭都只吃咸菜配白粥，是万万不可的，必须保证多种必要营养的摄入。可以多食用富含蛋白质和维生素的食物，对于促进患者恢复具有重要帮助。对于低脂肪高蛋白的食物，可以少量多次食用，例如海鲜、瘦肉、豆类食物。在患者实在无法接受上述食物时，可以让患者服用高蛋白营养品，保证患者可以

摄入高质量的蛋白质。同时也可以让患者适量服用适合的维生素片，保证维生素摄入。

**每天少吃多餐** 术后3~6个月是胆囊术后恢复的关键时期。患者可适当增加吃饭次数，最佳的进食次数是一日四次。另外，还可多食用玉米、小米等富含膳食纤维食物，促使胆汁的排泄。

**忌烟忌酒** 有饮酒和吸烟习惯的患者，术后应尽量戒烟戒酒，降低肝脏负担及胆结石的复发率。

胆囊疾病患者，在术后的的身体状态较为虚弱，在饮食方面更是要格外注意。重视人体恢复所必须的营养物质摄入。勤于打理对于术后患者身体的恢复具有重要意义，无论是患者本人还是患者家属，都应重视起来饮食护理。为了避免术后病情的复发，患者应重视术后的复查。患者要想确诊胆囊疾病，到网上查阅资料，依靠自己的主观判断是不行的，有胆囊疾病的可疑症状，应及时到正规的医院就诊，在医嘱下进行治疗和护理。

# 如何做好消毒供应中心的优质服务？

▲ 眉山市人民医院 文艳梅

一些医院的消毒供应中心，由于各种原因经常出现各种各样的问题，导致工作质量难以提高，无法为各个科室提供有效服务，使得医院感染问题产生上升。从目前情况来看，很多供应中心人员为对科室提供优质服务认识不够深刻，并没有明确消毒供应中心存在的价值，导致在日常工作中经常不按照流程以及规范进行工作。另外，缺乏专门人员对消毒供应中心工作的管理以及安全监控，使得器械消毒工作难以得到全面保障。作为新时代下的消毒供应中心，要如何为临床科室提供更加优质的服务，已经成为消毒供应中心需要重视的核心问题。

## 提升认知水平

积极组织消毒供应中心人员对优质护理涉及到的内容进行学习，这就需要了解优质服务具体的内容。作为医院的消毒中，心首先应明确基本需求以及已经存在的问题，了解优质服务在开展中人们的反应，并对服务进行改善。以此为基础，制定优质服务规划，并使得医院消毒中心人员可以形成对其的统一认识，明确优质服务工作开展的基础目标。并以服务临床为基本原则，拓展消毒供应中心工作的范围，在以往消毒供应中心工作开展期间，一些临床部上的护理人员来供应中心进行物品的领取浪费了较多时间，而通过对服务内容的制定以及落实，一般供应室的人员对器械核对工作超过3次，将时间节省，利用节省的时间，护理人员可以从事其他服务工作，或是对服务工作开展中面临的挑战问题进行研究，分析问题产生的原因，并提出改善措施，在保障灭菌物品质量的同时，将感染发生控制在一定的范围内，将部分人员认识水平提升的同时，为消毒供应中心优质服务开展提供支持。

## 加强工作管理

消毒供应中心要为不同科室提供高品质服务，应明确供应中心在现阶段工作中

面临的挑战，并根据实际情况提出积极的改善措施。消毒供应中心工作主要对于手术以及部分医疗器具进行整理以及清洁，保障每环节整体安全。因此，应重视对消毒供应中心的监督以及监控管理，认真对待每一步物品以及医院器械，保障工作安全性。对工作的核心，应合理安排人员对关键环节以及人物进行考察、培训以及指导，将工作产生的问题进行研究，了解问题产生的原理，并依据管理制度规定对部分人员实施奖励以及惩罚，使得消毒供应中心的人员的专业技能以及工作效率得到有效提升，减少投诉问题的发生。

## 提升专业服务水平

消毒供应中心人员应积极进行新知识的学习，将自身的协调以及沟通能力极大提升，同时增强对工作的耐心以及责任心。在进行优质服务中，应该学会尊重对方，保持对彼此的信任，保障自身提供的优质服务满足医院不同科室工作需求。制定调查问卷，将其发放到不同科室，并积极听取科室的建议以及意见，明确自身工作存在的欠缺，并不断完善自己，提升自身的整体服务质量，保障为医院提供更加优质的服务。对别人提出的疑问或是问题，自己应作出反省，如果真的存在这方面的问题，应与上级领导商讨或是自己提出解决问题的措施，保障消毒供应中心为临床科室提供的服务更加有效。

## 重视工作的安排

消毒供应中心要积极有效的做好日常工作开展，应根据实际情况针对性的进行工作时间以及工作量的安排，尽量避免身心疲惫。对部分经常护理人员，要是保障工作不能过于疲惫，可需结合医院实际情况，与各个科室大力配合，使得护理人员工作状态时刻保持清醒，精神饱满状态下投入工作们，对于工作人员工作热情的激发有积极促进效果，这可以在无形中使消毒中心整体服务质量获得提高。

# 视网膜脱落的治疗方法

▲ 会东县人民医院 王世梅

眼睛是我们最重要的器官之一，但是在生活中，眼睛的健康会受到各种因素的影响出现疾病。视网膜脱落就是生活中很常见的眼部疾病，随着我国眼部疾病逐渐高发，人们需要加强对眼部疾病的重视。

## 视网膜脱落的分类

视网膜脱落可简单的理解为视网膜上皮与色素上皮之间出现分离。一般来说可以依据疾病病因情况分为两类。一是孔源性视网膜脱落，这种疾病发生的主要原因是由于视网膜出现了破孔，在出现破孔后玻璃体腔内的液体就会进入到视网膜的下腔内部，进而导致疾病的发生。二是非孔源性视网膜脱落，这种情况的发生还可以分为两部分，一部分是因为把玻璃体出现增生，出现病变导致视网膜被拉伸到视网膜神经上皮层，与色素上皮分离。这种情况下患者极有可能出现糖尿病性视网膜病变，视网膜炎症以及玻璃体混浊等，严重影响患者眼部健康。还有一部分是渗出性疾病，主要症状为视网膜下积液，但并不会出现视网膜裂孔的情况。

## 视网膜脱落的高发人群

眼睛严重近视、眼部受到严重外力损伤、早产儿童、糖尿病患者等都是视网膜脱离的高发人群。严重近视的患者很容易出现玻璃体后脱离，对视网膜造成一定牵拉。眼部创伤性疾病通常会造成患者的视网膜脱落。早产儿在母体胚胎发育过程中视网膜发育不完全，而且早产后需要给予吸氧，造成动脉血压升高，也加重了发生视网膜脱落等疾病的风险，最后是患有糖尿病疾病史的患者也很容易出现疾病，因为糖尿病很容易导致增殖性视网膜膜病。

## 视网膜脱落的常见症状

**眼前黑影** 通常患有视网膜脱落的患者会出现眼前黑影，这种症状主要是由于眼内玻璃体的无色透明功能消失导致，如果患者的黑影逐渐增多，就会进一步影响患者的视力情况。

**闪光感觉** 这种症状主要是因为牵引玻璃体造成引起视网膜异常的典型。

**视野缺损** 正常情况下人可直视前方并且清楚观察四周环境，但是患病患者在观察四周以及直视情况下很容出现黑幕遮挡感觉，而且随着疾病的加重，黑幕遮挡的感觉就越强烈。

**视力降低** 视力降低是视网膜脱落的常见症状，也是典型的眼部疾病症状，导致这样情况发生的原因可能是视网膜脱落后对黄斑出现影响，进而降低患者的视力情况。

## 视网膜脱落的治疗方法

目前，视网膜脱落通常使用手术方法进行治理。手术治疗主要是为了修复视网膜撕裂、孔洞和脱离，减少玻璃体的牵拉，减少积液，使视网膜复位，从而恢复视力，但是除了手术治疗方法之外，还可使用药物治疗。

**手术治疗** 通常在手术过程中使用巩膜扣带术、玻璃体切割术、充气性视网膜固定术等治疗，可对疾病症状起到一定的改善效果。

**药物治疗** 药物治疗可分为抗菌治疗与抗炎治疗。前者使用药物主要是环孢菌素A。这种药物可有效地预防感染发生，且在葡萄膜炎以及全葡萄膜炎的疾病治疗过程中较为实用。后者患者可使用依那西普治疗疾病，但是在疾病治疗过程中，需要注意患者药物过敏以及患有严重肿瘤疾病患者慎用。

**物理治疗** 该方式也是常见治疗方法之一，治疗措施主要以激光治疗，冷冻治疗为主，激光治疗可通过激光光凝无血管区和新生血管区，减轻增生组织的牵拉和预防视网膜脱离范围扩大。

总之，视网膜是眼睛的重要组成部分，如果患者出现视网膜脱落将会对视力产生严重的影响，目前可以通过药物治疗、手术治疗、物理治疗等方法帮助患者恢复视力。

