

精神分裂症的护理方法

▲ 中江县精神病医院 蒲铃江

精神分裂症是一种常见的精神疾病。精神分裂症病因复杂，尚未完全阐明。多起病于青壮年，表现为感知、思维、情感、意志行为等多方面障碍，精神活动与周围环境和内心体验不协调，脱离现实。一般无意识障碍和明显的智能障碍，可有注意、工作记忆、抽象思维和信息整合等方面认知功能损害。病程多迁延，反复发作，部分患者发生精神活动衰退和不同程度社会功能缺损。

由于受到症状的支配，精神分裂症患者经常处于兴奋、躁动或者淡漠等状态中，不仅没有规律的睡眠和饮食，而且往往没有一定的卫生自理能力，因此在护理精神分裂症患者时要应用独特的护理方法。这就要求相关的护理人员不仅要掌握一般的护理知识，还要对专业性的精神病学知识以及一些相关的操作技能进行有效的把握，并根据精神分裂症患者的实际情况以及病情程度采取针对性的特殊护理措施。

晨晚间护理 首先，要督促患者按时起床和睡觉。当患者起床以后，护理人员要积极督促患者进行洗漱。对于不能独立完成洗漱的，护理人员要加以协助，特别是对于生活不能自理的患者来说，护理人员更要积极地协助。有的患者一直处于昏迷状态，这时护理人员还应该每天对患者进行口腔护理。最后帮助患者清理床铺被褥等，并检查周围是否有危险物品。要根据医生的指导，督促病人按时按量服药，避免患者自行减药或加药，如果发现病情有复发现象，要及时与医生联系，便于更好地改善治疗方案。

定时洗澡与更衣 在用精神药物对精神分裂症患者进行治疗时，会产生一定的副作用，从而会使患者的皮脂腺分泌异常，过分亢进，这就容易导致囊肿的发生。对于年龄比较大的患者或者体质比较差的患者来说，他们的抵抗力一般比较差，也不能进行良好的周围循环，从而导致褥疮的发生。因此，

要特别注意护理患者的皮肤。

为了使患者保持良好的个人卫生，就要督促患者及时洗澡、更衣、理发等。由于夏天比较炎热，最好让患者每天都洗澡，冬季可以合理地减少洗澡的频率，比如每周洗一次。在洗澡之前，护理人员要组织好患者维持好秩序，并做好准备工作的，还要把换洗的衣物和用品都准备好，把水温调到合适的温度，从而防止水温过高，出现烫伤的情况，同时患者在洗澡时要安排专门的护理人员对他们进行帮助。如果浴室的条件有限，就要安排患者分批进行洗浴，对于那些行动不便、年龄大体质差的患者要格外进行照顾，防止在洗澡时发生意外情况。

皮肤及毛发卫生护理 对于精神分裂症患者的护理来说，首先要对患者的皮肤进行仔细检查，确认患者是否有皮肤病或皮肤是否出现损伤；如果患者身上出现虱子，应用醋或者百部根浸酒精对虱子进行除灭；对于

患者的头发不可任意进行修剪；有的患者汗腺分泌旺盛，经常使面部油腻发光，护理人员每天早上可使用香皂等协助患者洗脸；要做好盆浴的消毒工作，在进行盆浴的过程中，对于有皮肤病的患者要做好隔离工作，防止交叉感染；患者床铺要保持平整，被子、褥子之类的用品要经常进行更换和清洗，如果患者已经大小便失禁，应该勤换患者的衣物并保持患者身体的洁净；对于不能够下床活动的患者，要经常给他们翻身，并定期给他们进行按摩，这样可以有效防止褥疮的发生。

此外，每天在患者睡觉之前，要用热水对脚进行浸泡和清洗，这样一方面可以达到清洁的目的，另一方面有利于提高患者的睡眠质量，并使患者更快地入睡。患者的头发要经常进行清洗，特别是在夏天的时候，还要及时进行修剪，要尽量修剪得合适美观。要特别注意的一点是，不能给女性患者佩戴发夹，以免发生意外

滴虫性阴道炎要注意什么？

▲ 成都新世纪妇女儿童医院 蒋婷照

滴虫性阴道炎要注意什么？这是非常值得关注和重视的问题。滴虫性阴道炎危害很大，要想减少疾病危害的发生，就必须正确把握疾病的治疗方法，要想早日康复治疗，还要掌握滴虫性阴道炎的保健方法。

滴虫性阴道炎的病因

滴虫性阴道炎主要是由阴道滴虫引起的阴道炎症。滴虫性阴道炎是最常见的女性阴道炎类型，其病原体为阴道毛滴虫。它不但会感染阴道，还可以感染尿道旁腺、尿道和膀胱，甚至肾盂和男性的泌尿生殖器官。阴道毛滴虫在 25℃ ~40℃ 的环境中容易生长繁殖。3℃ ~5℃ 可存活三周，脱离人体后可存活数小时。因此，阴道毛滴虫极易传播。阴道毛滴虫在 pH 值 5.5~6.0 时，最容易生存。当 pH 值上升或下降时，都会影响其生存。当 pH 值大于 7.5 时，滴虫的繁殖会完全停止，但不会死亡；当 pH 值在 4.5 以下时，滴虫会停止繁殖甚至死亡。在妊娠期和月经来临前后，阴道 pH 值升高，有利于阴道毛滴虫的感染与繁殖。

阴道毛滴虫的传播途径 （1）间接传染：同住人员有毛滴虫疾病，在一起睡觉、共同沐浴、使用公共物品等，可能发生传染；（2）性交传播：一方患有毛滴虫疾患，进行性生活时可以传染给另一方。。

主要症状是白带增多、外阴瘙痒、尿路感染，如尿频、尿急，甚至血尿；白带带有臭味。典型的白带呈黄绿色样白带，泡沫状，稀薄，有臭味。严重时，白带还混有血液。

滴虫性阴道炎的危害

（1）滴虫性阴道炎如不能及时治疗，炎症可能加重感染，引起女性附件炎、盆腔炎或宫颈炎；（2）阴道滴虫长期存在于阴道内，消耗或吞食阴道上皮细胞中的糖原，阻碍乳酸的产生，不仅破坏阴道的弱酸性环境，还可能引起阴道细胞发育异常，诱发癌前病变；（3）滴虫性阴道炎具有传染性。如果女性感染滴虫性阴道炎后继续发生性行为，可能会传染给男性。这是男女需同

时治疗滴虫性阴道炎的原因。若只是一人治疗，另外一方仍可带菌，可能会导致复发。

滴虫性阴道炎的治疗措施

全身用药 初次治疗可以选择甲硝唑，两克单次口服或者是替硝唑两克单次口服，或者是甲硝唑 400 毫克每日两次，连服七天，甲硝唑在用药期间及停药 2 小时之内，治疗期间禁止性生活及盆浴，哺乳期用药不可继续哺乳。

性伴侣的治疗 滴虫性阴道炎主要通过性行为传播，不管性伴侣有无症状，性伴侣应同时治疗，并按疗程治疗。

治疗失败的随访和处理 因为滴虫性阴道炎患者的感染率很高，可考虑在初次感染三个月后再次筛查滴虫性阴道炎的性活跃女性。对于甲硝唑两克，单次口服治疗失败，而且要排除再次感染者，可以增加甲硝唑的疗程和剂量，仍然有效。妊娠合并滴虫性阴道炎的治疗可导致胎膜早破、早产和低出生体重儿。妊娠期滴虫性阴道炎的治疗可减轻明显症状，减少传播，预防心力衰竭、呼吸道和生殖道感染。

对症治疗的注意事项 大多数有复发症状的病例都有反复感染情况。为避免反复感染，除治疗外，要把内衣、内裤、床单、被罩多次烫洗以达到灭菌效果。

滴虫性阴道炎的日常护理

（1）发现滴虫性阴道炎后，进行性生活时要戴避孕套，避免交叉感染；（2）治疗期间，女性如果进行了阴道塞药，应禁止性生活；（3）男女用药一定要按疗程治疗，女性阴道塞药疗程需要在医生指导下进行，不要过长时间滥用药物，避免影响阴道菌群带来新的问题；（4）在饮食方面，注意不要吃辛辣、生冷食物；（5）不要使用刺激性沐浴露清洗外阴，避免盆浴，以淋浴为主。洗脸、洗脚及清洗会阴的盆具应分开，避免混合使用。反复感染注意事项 如果治疗不彻底，不注意性生活的清洁，会导致反复感染，所以一定要夫妻双方共同治疗，禁止不洁性生活。

妊娠期糖尿病对孕妇和胎儿的影响

▲ 成都新世纪妇女儿童医院 赵秋容

妊娠期糖尿病（GDM）是妊娠期最常见的并发症之一。顾名思义是指在妊娠期间首次诊断或确认的糖耐量异常，并且不符合妊娠期显性糖尿病诊断标准。妊娠期糖尿病诊断标准：孕 24~28 周 75g OGTT 的诊断标准：服糖前及服糖后 1h、2h，3 项血糖值应分别低于 5.1、10.0、8.5mmol/L，任何一项血糖值达到或超过上述标准即诊断为 GDM。另一种情况为孕前糖尿病（PGDM）：即糖尿病合并妊娠，妊娠前已确诊为糖尿病的患者或妊娠期首次发现且血糖较高，已经达到糖尿病标准；这两种情况均对孕妇以及胎儿的影响极大，母儿的近期、远期并发症较高。

妊娠期糖尿病对孕妇的影响

流产率升高 一旦孕妇出现妊娠期糖尿病，便会出现由于高血糖导致的胚胎发育异常甚至死亡。在这种情况下，孕妇的流产率便会增加。这是因为一旦孕妇出现糖尿病症状，便会使自身的身体部位出现一定程度的变化，这种变化使胎儿的生长环境受到不利因素的影响，因此便会提升胎儿的流产率。

突发高血压疾病 临床研究发现，在孕期出现妊娠期糖尿病孕妇比未患糖尿病孕妇，出现高血压相应疾病的概率高出 2~4 倍。

感染 如果孕妇在妊娠过程中未注意控制好自身血糖，就会很容易出现感染问题，而一旦出现感染就会加重糖尿病代谢紊乱，进而会加重糖尿病的病情，甚至在一定情况下会出现酮症酸中毒的症状。

羊水过多 糖尿病孕妇羊水过多发生率是非糖尿病孕妇的 10 倍，其原因可能与胎儿高血糖、高渗性利尿导致胎儿尿液排出增多有关。

巨大儿发生率增高，导致孕妇难产、产道损伤、剖宫产率及产后出血风险均增高。

妊娠期糖尿病对胎儿的影响

巨大儿 由于胎儿通常处于高血糖所致的高胰岛素血症环境中，促进蛋白、脂肪合成，抑制脂解作用，导致身体过度发育，时间一长便会使胎儿的胰岛素代谢速度逐渐增加，加快胎儿的发育增长速度，以至于出现糖尿病巨大儿的情况，不利于孕妇的生产。

胎儿生长受限（FGR） 孕早期高血糖有抑制胚胎发育的作用，导致胚胎发育落后。糖尿病合并微血管病变，胎盘功能下降，影响胎儿发育。

胎儿窘迫和胎死宫内 如果 GDM 控制不良或未治疗，引起空腹血糖升高，则会导致死产（孕晚期），可能是由于中晚期发生的糖尿病酮症酸中毒所致。

妊娠期糖尿病对新生儿的影响

呼吸窘迫综合征 妊娠期出现糖尿病的孕妇，所生出的婴儿可能出现呼吸窘迫综合征的整体概率比健康的孕妇高出 6 倍左右。高胰岛素血症有促进肺泡 II 型细胞表面活性物质合成和释放，使胎儿肺成熟延迟。

低血糖 由于孕妇的血糖较高，其体内的葡萄糖便会大剂量的通过胎盘而输送到胎儿的体内，这种情况下便会促使胎儿的胰岛 B 细胞不断的增生，从而导致胎儿体内分泌的胰岛素过高，以至于出现高胰岛素血症，而一旦胎儿出生，便会使葡萄糖的输送跟不上胰岛素的水平，从而出现新生儿低血糖的情况。

远期风险 糖耐量受损、2 型糖尿病、超重或肥胖等风险均增加。

改善妊娠期糖尿病的方法

孕妇一旦被确诊为妊娠期糖尿病，首先便需对自身的饮食进行调整。这种情况下孕妇的饮食除需保证自身以及胎儿的能量需、保证孕妇适度体重增加及胎儿正常生长发育，还需将血糖维持在正常水平，避免发生酮症，降低母儿并发症。可少食多餐，选择血糖指数较低的食物摄入；其次孕妇也应当注意适量的加以运动，最好以有氧运动为主。可以适当的出去散步或者练习瑜伽等，但不能进行剧烈的运动。最好每天坚持运动，20~30 分钟为宜。

