

远离术中压力性损伤，重在“防”

▲ 登封市人民医院 弋彩贤

近年来，随着技术的发展，外科手术更加精细而复杂，从而出现了手术时间延长、强制性体位等问题，使压力性损伤的发生率显著增加。压力性损伤不仅会使患者皮肤受损，延长恢复和住院时间，还会增加患者心理和经济负担。因此，术中压力性损伤的预防成为重要且亟待解决的难题之一。

什么是术中压力性损伤？

压力性损伤，即压疮，是由于局部组织受压，引起血液循环障碍，发生持续缺血、缺氧，以及营养不良而导致的组织损伤，通常位于骨隆突处，或是由于使用的医疗器械导致，严重时还可造成继发感染，引起败血症，从而危及患者生命。术中压力性损伤是患者在手术中或手术结束后几小时至6天内发生的皮肤损伤，大多发生在术后1~3天。压力性损伤在手术过程中有两个特殊类别：（1）医疗器械相关性压力性损伤：指由于使用用于诊断或治疗的医疗器械而导致的压力性损伤，损伤部位形状通常与使用的器械形状一致。（2）黏膜压力

性损伤：指由于使用医疗器械导致相应部位黏膜出现的压力性损伤，包括鼻黏膜、口腔黏膜等。

术中压力性损伤的因素是什么？

压力、摩擦力、剪切力 垂直压力时引发术中压力性损伤最危险的因素，产生的力度越大，损伤发生率越高。

手术时间 当手术时间超过2 h且皮肤的承受压力大时，可能会发生不可逆的损伤，时间越长，发生损伤的几率越大。一方面，手术时间越长，麻醉时间越长，麻醉药物会抑制神经系统，使机体自主调节作用丧失，感受功能受限，导致受压部位血管扩张，血压降低，组织灌注减少，造成缺血、缺氧；另一方面，术中长时间强迫体位，极易引起局部血液循环障碍，造成组织缺血坏死，引起压力性损伤。

手术体位 体位决定了患者的受压部位，如仰卧位、侧卧位、俯卧位、侧卧俯位等手术体位发生压力性损伤概率较高。

手术室温度 由于手术中患者部分皮肤

需要暴露在外，手术室环境温度过低会造成患者体温下降，容易导致血液循环不畅，降低皮肤抵抗力，增加术中压力性损伤发生率。但同样，手术室温度过高，患者体温过高，可能发生缺氧，同样会增加压力性损伤的危险性。

手术患者：老年人、婴幼儿、营养不良、糖尿病、外周血管疾病、肝肾功能合并症患者等人群，更容易发生压力性损伤。

不良习惯 冲洗液外溢、术中出血、渗液过多、将未脱完的衣服压于患者身下等手术相关人员行为造成的压力损伤。

医疗器械 如呼吸面罩、气管插管、尿管、手术体位架、监测导线、指脉氧夹等造成的皮肤损伤。

哪些能预防术中压力性损伤？

术前 进行术前患者压力性损伤危险因素评估，如手术时间、体位、手术部位等，区分患者是否为术中压力性损伤，针对不同风险在术中采取相应措施；检查全身皮肤情况，了解患者皮肤特点，询问基础疾病。

术中 使用预防性敷料进行皮肤防护，消减压力，在骨突出及受压部位充分使用防压力损伤的功能敷料进行防护，减轻垂直力、摩擦力和剪切力；关注患者受压部位，注意保持卧位稳定、肢体舒展，若手术时间较长，在不干扰手术进行前提下可对受压部位给予按摩，适当调节手术床改变体位，调整手术床倾斜；结合手术情况与大概时间，选择适合的体位护理用具或者防压贴，尽量不用约束带；手术过程需要充分做好防潮工作，维持手术部位周围干燥，预防消毒液、冲洗液等液体对受压部位皮肤形成刺激。保持体位垫干燥、平整、无皱褶，避免因潮湿环境造成压力性损伤，可在术前应用粘贴型手术巾进行切口周围皮肤保护。将手术室温度控制在25℃左右。术中对输注液体预先加温，以维持正常体温，预防温度变化增加压力性损伤风险。

术后 手术完成后检查全身皮肤情况，对所有受压部位的皮肤状况进行细致检查，若发现压力损伤，及时做好记录并与病房护士做好详细交接。

中西医结合治疗慢性胃炎

▲ 河南科技大学第二附属医院 刘晓燕

慢性胃炎是一种常见的胃部疾病，很多人都正在遭受慢性胃炎的折磨。但发病疼痛时，大多数人都会选择忍忍过去，觉得慢性病没法彻底治愈，结果就导致病情变得越来越严重。那么，慢性胃炎应该怎么治？

慢性胃炎症状

慢性胃炎主要由于感染、机械损伤、化学损伤以及某些免疫和遗传等因素引起。其中，幽门螺杆菌（Hp）感染是慢性胃炎的主要诱因，加之患者饮食结构不合理，作息时间不规律等，会加重患者胃的损伤，甚至促进胃黏膜产生病变。长此以往，患者就会出现上腹疼痛、饱胀感、反酸、烧心、呕吐、食欲不振、乏力，甚至还会引发消化道出血等症状。

西医治疗慢性胃炎

药物治疗 幽门螺杆菌感染是慢性胃炎的常见病因。幽门螺杆菌容易复发，所以杀灭幽门螺杆菌有利于胃黏膜的修复，改善胃部炎症反应，阻止或延缓黏膜萎缩，甚至有可能部分逆转萎缩。此类患者一般使用质子泵抑制剂、两种抗生素以及保护胃黏膜药物联合治疗，如：奥美拉唑、阿莫西林、甲硝唑等药物。

伴胃黏膜糜烂的慢性胃炎，患者症状较为明显，如：烧心、腹急痛、消化不良等，还会出现消化道出血、呕血，甚至休克等情况。此类患者的治疗方法：使用抑制胃酸分泌药物奥美拉唑、雷贝拉唑等；同时使用保护胃黏膜的药物，如硫糖铝片、铝碳酸镁等对胃黏膜具有保护作用的药物治疗；还可以配合使用促进胃肠动力药物，如枸橼酸莫沙必利片、多潘立酮片等。

胆汁返流性胃炎是由于胆汁、胰液等液体，从十二指肠逆行进入胃部后造成损伤所致。此类患者的治疗方式是：使用促进胃动力药，如如莫沙必利、盐酸依托必利等，加强胃肠蠕动，抑制胆汁返流入胃。同时使用胃黏膜保护剂，如硫糖铝片、铝碳酸镁等，防止胃黏膜持续受到损伤。

注射治疗 对于部分存在胃黏膜营养因子缺乏的患者，可能就需要通过输液补充复合

维生素。

手术治疗 长期慢性胃炎，部分黏膜发生糜烂，会造成黏膜萎缩，最后导致慢性萎缩性胃炎。这时候就需要通过手术，切除患病病变组织。

中医治疗慢性胃炎

中医学将慢性胃病归纳为“胃脘痛”，常由于外邪侵胃、饮食不当、脾胃需要等原因导致胃炎发生。中医学将慢性胃炎分为5种证型进行辨证治疗。

脾胃湿热型 患者感到胃脘灼热胀痛、口干发苦，还会出现便黄等症状，针对这类患者临床的治疗常用清热化湿类中成药。

肝胃不和型 患者出现胃脘隐痛，两胁撑胀疼痛以及泛酸等症状。此类患者的治疗常用疏肝理气、健脾安胃类中成药。

脾胃虚寒型 患者会出现胃脘坠胀、食欲不振、呕吐酸水、隐痛、神疲乏力等症状，治疗方式是宜用补中益气，健脾温胃类中成药。

胃阴亏虚型 患者胃脘灼热疼痛、口干口渴、大便艰涩。治疗常用疏肝健脾、益阴养胃类中成药。

瘀滞伤胃型 患者出现胃脘刺痛、胃部灼热、舌质暗紫等症状。临床治疗常选用活血化瘀、行气理胃类中成药。

中西医结合治疗慢性胃病

西医常用抑制胃酸类、抗菌类药物治疗慢性胃病，都具有很强的抑酸、抗菌作用，但由于病灶位于胃部，前期有很好的治疗效果，长期会产生药物副作用和耐药性，并不能完全解除症状和根治慢性胃病，甚至手术切除胃部病灶，当时会取得很好的治疗效果，但后期由于部分组织的缺失，会给患者带来其他不良影响。中医对慢性胃炎辨证治疗，通过疏肝健脾、活血温胃等中成药，激活患者自身免疫能力，多方面调理治疗，但一般见效慢，特别对于胃炎导致胃穿孔，无法起到明显作用，还会延误病情。所以，将中西医结合治疗慢性胃病可以起到更好的疗效。

中医教你调护腰椎间盘突出症

▲ 河南科技大学第二附属医院 郭明柯

随着人们生活及工作习惯的改变，

腰椎间盘突出症变的越来越常见。腰痛是腰椎间盘突出症最先出现的症状，有时还会伴有不同程度的腰部活动受限，从而影响正常的生活工作。因此，对腰部护理很重要。

中医对腰椎间盘突出症的认识

腰椎间盘突出症是指椎间盘各部分发生不同程度的退行性改变，使椎间盘的纤维环破裂，髓核部分向外突出，刺激或压迫周围神经，引起腰腿疼痛等症状。临床表现多为腰痛或者坐骨神经放射性疼痛。中医学认为引起腰椎间盘突出有以下原因：

外伤 由于外力作用使腰部过度屈伸,引起软组织损伤,导致腰部气血瘀滞、经络不通，从而造成腰椎间盘突出。

慢性劳损 长期弯腰、久坐以及重度劳动，致使气血瘀滞、脉络不通，导致肌肉僵硬、关节屈伸不利，最终引起腰椎间盘突出。

肝肾亏虚 肾虚或肝肾两虚，气血内耗,引起腰部僵硬、疼痛以及活动受限。

寒湿入侵 寒、湿入侵腰部，使经络受阻，气血瘀滞，长期可能会发展成腰椎间盘突出。

中医调护腰椎间盘突出症方法

中药 根据患者腰椎间盘突出症的类型以及发展情况，针对性用药，既能缓解头痛,还能舒筋活络,促进血液循环。

膏药外敷 通过对患处外敷含有活血化瘀、通经止痛的中草药成分的膏药，经皮肤直接吸收，可以有效缓解疼痛，促进气血疏通。

针刺治疗 根据腰椎以及下肢症状的不同，对后溪穴、膈穴等特殊穴位针灸治疗，可以有效改善患者腰部疼痛和下肢麻木疼痛等症状，缓解腰部肌肉痉挛，进而减小腰椎间盘突出对患者正常

生活的影响。

针刀治疗 对于适合针刀治疗的腰椎间盘突出症患者，采用针刀对患者腰损部位粘连的肌肉、韧带等组织进行切割，可以减轻腰椎间盘突出对神经的压迫，从而消除肌肉痉挛，缓解疼痛，促进血液循环。

手法调护 对特定部位进行推拿或按摩，采用揉、推、按、拨等手法，可以舒经通络，促进局部血液循环。

锻炼调护 （1）倒退行走法，即在走路时尽量往后倒行，这种锻炼方法简单，可以缓解腰椎间盘突出症状，但要注意适度运动量；（2）仰卧蹬车法。患者可以仰卧在床，双腿向上呈蹬自行车状，每天早晚各做一次，每次15分钟左右，这也是患者最为推荐的一种方式；（3）挺腰训练。患者平躺在床，用头、肩、手肘、脚为支点，慢慢挺直腰背向上抬起，保持姿势持续5秒，再慢慢放下腰部，放松腰部肌肉，注意腰部不要用力过猛。

进行腰椎间盘突出症的相关理疗，一定要去正规机构，在专业中医医师的建议下进行调护治疗,特别是选择针灸、推拿等治疗方式，如果方式不当，可能会加重病情，造成更严重的后果。

在平常生活，我们一定要注意腰部保护，养成良好坐姿，坚持锻炼，特别注意腰背部肌肉的锻炼，减少对腰椎部位的损伤。

