



心系病患 甘于奉献 用高质量护理服务守护健康

——访大同守佳消化病医院护理部主任齐润花

本报记者 杜一博 通讯员 郭承宗

现代医疗模式中,护理对于患者的康复和整体健康至关重要。包括消化系统疾病在内的多种疾病往往涉及复杂的病理变化和较长的治疗周期,这使得护理工作在整个治疗过程中变得尤为突出,护理不仅是诊断治疗的重要环节,更是患者康复过程中的关键支撑。大同守佳消化病医院以其在消化系统疾病领域的专业而著称,同时也是患者寻求高质量医疗服务的理想选择。本期记者专访了大同守佳消化病医院护理部主任齐润花。

齐润花,主任护师,大同守佳消化病医院护理部主任,在同煤集团总医院从事临床护理及管理工作多年,曾荣获国家卫生部优质护理先进个人、山西省卫生厅劳动模范一等奖、四川抗震救灾一等功、抗击疫情先进个人,多次获得大同市卫生健康委大同市民营医院协会“优秀护理管理者”称号。获全国优质护理示范工程“山西省劳动模范”“首批全国优质护理服务示范病区”称号。

记者:您在护理领域积累了丰富的经验,请分享一些您护理的理念,让我们对护理工作有更多了解。

齐润花:护理工作的独特性主要体现在对复杂疾病的多面护理需求。我

们的工作不仅涵盖常规的病理护理,还涉及到营养指导和心理支持等全方位病情管理方案。比如:个性化护理计划:每位消化病患者的病情都不尽相同,比如同样是消化病患者,可能患有消化道溃疡、炎症性肠病等不同的疾病,这需要护理团队制定个性化的护理计划,确保每位患者的特殊需求都得到满足。同时患者因为个体原因,对疾病的治疗接受程度和心理状态并不一样,例如,对于一名患有严重胃病且不愿意配合治疗的年轻患者,我们的护理团队首先通过细致的饮食规划和心理疏导,帮助他逐步配合治疗方案,进而实现了预期的康复。

全程健康管理:在复杂的消化系统疾病治疗中,护理不仅在住院期间发挥作用,更要延续到患者的出院后。许多患者在回归日常生活后,仍需要长期的饮食管理和定期检查,此时护理团队的随访服务显得尤为重要。例如,一位克罗恩病患者在出院后,由于缺乏病情管理的经验,遇到了诸多生活上的困难。医院护理就需要通过持续的电话随访,为他提供必要的建议和支持,最终帮助他显著提高了生活质量。

心理支持和辅导:面对终身性的疾病诊断,消化病患者常常会感到恐惧和

焦虑。护理人员不仅是生命体征的监护者,更是患者心理健康的重要支持者。护理过程中,理解和关心每一位患者的心理需求,对他们的康复起到至关重要的作用。

记者:在专业护理和创新方面,您所在的医院有哪些具体实践?

齐润花:对于每一位患者,这里不仅是医院,更是康复过程中的温暖驿站。专业护理和创新方面,我认为一个好的团队至关重要。针对每一位病患,大家都积极合作,充分发挥专业特长,大家积极配合,充分发挥专业特长。无论定期的病情评估,还是调节用药策略,以及生活方式建议,我们的团队都在每一次研讨和演练中提高面对复杂病例的应对能力。在高压环境中,我们依赖清晰的分工和高效的沟通机制。每位团队成员都有各自明确的职责,并在日常护理责任中密切合作。我们重视对团队成员的持续培训,增强他们的技能和知识储备。今年年初,我们接收了一名复杂性胆管癌患者,术后需要长期的营养支持和心理疏导。团队立即为其安排了集成的护理项目,其中包括专人对其监测术后营养摄入,心理辅导员定期进行情感支持。通过团队的共同努力,患者不仅术后恢复良好,生活质量也得到了显著提高,他的配合度

和满意度都非常高。

此外,大同守佳消化病医院南丁格尔志愿服务支队自2019年12月15日成立以来,大力弘扬人道、博爱、奉献的红十字精神,立足护理专业,不断拓展志愿服务内容,广泛开展健康科普教育、急救技能培训、慢病入户指导、护理专业服务志愿服务项目,在学校、社区、街道、公园、商超、乡村、煤矿等传播正能量。无论何时何地,我院护理志愿者总是以饱满的热情、高度的责任感全身心投入,勤勤恳恳、不辞辛苦,表现出高尚的无私奉献精神,在2023年大同守佳消化病医院全年完成46次志愿服务项目,受助人近千名,被山西省护理学会评为2023年度南丁格尔志愿服务支队“成绩突出支队奖”和“成绩突出个人奖”,得到社会及群众的高度认可。

记者:感谢齐主任详细的分享,最后,请您对刚进入护理行业的年轻人说几句话。

齐润花:对年轻护理者们,我想说,保持学习的心态和对患者的热情是至关重要的。在这条路上,你们会面临许多挑战,但你们也会收获无数感动和喜悦。相信自己,悉心护理每一位患者,你们的努力将会被看见并铭记。



血脂一直降不下来要重视

血脂水平降不下来,血液的黏稠度就会增加,也就容易形成斑块,当斑块脱落以后,就会逐渐地形成血栓,血栓形成在什么地方,就会给那个地方带来沉重的“打击”。大同五洲心血管病医院张民成大夫提醒,血脂一直降不下来要重视。

引发心脑血管疾病
血栓比较容易在两处形成,一个是心脏,另一个就是大脑。当心脑血管动脉硬化之后,心脑血管疾病也就可能随时上门,甚至有些急性的,会危及生命。

而一些长期形成的损伤,并不会很快致命,却会影响到心脏、大脑以及神经的正常工作,从而引发一系列的问题。比如头晕、头痛、偏瘫、中风、心梗、冠心病。

引发肾病
血脂一直降不下来,对肾脏也会造成比较大的损伤,主要是肾脏工作也需要较多的血液供应,而肾动脉硬化容易导致肾脏供血不足。没能得到充足血液供应的肾小球,功能变差,肾脏负担增加,时间久了,可能引发比较严重的肾病。

加重糖尿病并发症
除了肾病,也要小心血脂高连带出糖高的问题,血液的黏稠度上升,对于本身血糖就高的糖尿病患者,可能会更加容易引发并发症。

血脂降不下来这4种食物要忌口!
1. 胆固醇含量高的食物
尤其血脂控制得不是很好的人,若过多摄入高胆固醇食物,容易破坏低密度脂蛋白水平的稳定性,从而给心血管带来更多压力。胆固醇含量较高的食物,包括动物内脏、肥肉、浓汤、蟹黄等,这些食物再好吃,也要管住嘴。



腰腹部疼痛快就医 别把肾“拖”没了



处置,徐阿姨的疼痛暂时止住了。她适合接受输尿管软镜钬激光碎石术,来解决输尿管结石和肾结石,这是个微创手术。

术后,看着取出来的结石,徐阿姨有些惊讶:“两年前体检,几颗结石还只有绿豆大小,怎么现在都有玉米粒大小了?”原来,徐阿姨在两年前体检时就发现有结石,但没有不适,就没有听医生体外冲击波碎石术的建议,结果不仅结石长大了,还长出了新的结石。

姬俊鹏介绍,一旦发现结石,即使没有任何症状,也应该尽快采取措施,排出结石。否则结石一旦进入输尿管,会引起输尿管痉挛、梗阻,诱发腰部疼痛,即肾绞痛。同时,还会出现肾积水,对患者肾功能造成损害。

腰腹部疼痛需及时就医

65岁的王先生在体检中发现,其左

肾有严重的积水,成了一个大水囊,左肾功能也丧失了。

姬俊鹏判断,王先生之前一定有过腰腹部疼痛。果不其然,“有,四年前有一次,左侧腰腹部疼过。”王先生回忆说,当时吃了止痛药,过了一会儿就不疼了,他就没在意。

姬俊鹏介绍,王先生应该早就有了肾结石,四年前那次腰腹部疼痛,可能就是结石掉了,输尿管所致。后来虽然疼痛消失了,但病情却一点点加重了,直到在左肾已经完全丧失功能。姬俊鹏提醒,出现腰腹部疼痛后,要及时就医,查清病因,“别把肾‘拖’没了”。

明明没食欲肚子为何却变大了

72岁的张大爷,5年前出现排尿费力的情况,被诊断为前列腺增生,选择用药物控制。近半年,张大爷起夜频繁,排尿也更加困难,但和身边老友一交流,张大爷发现大家或多或少都有类似的问题,就没有在意。

后来,张大爷尿频越发严重,排尿也越来越困难,甚至需要挤压肚子帮助排尿,还出现了尿床、尿裤子现象。特别是近一周,张大爷食欲大减,小肚子却越来越大。怀疑长了肿瘤,张大爷就让人陪他到医院就诊。

经查,姬俊鹏判断张大爷是前列腺增生、慢性尿潴留,肾功能受损。他之所以吃不下饭,是因为尿把肾憋坏了。“正常人的膀胱储尿量为350ml-400ml,而张大爷长期憋了2000ml尿量,肯定是要出问题的。”

姬俊鹏介绍,膀胱堵塞严重,导致肾积水,就会损害肾功能。这个过程是日积月累逐渐形成的,张大爷没有明显的不舒服,直到出现食欲不振。

在姬俊鹏的指导下,张大爷经过一段时间的调养,肾功能恢复正常,姬俊鹏随后为其做了经尿道前列腺1470nm激光汽化剜除术,这是目前治疗前列腺增生较佳的手术方式。

据《大健康报》

乱吃感冒药 小心这种病

感冒发烧,很多人会自己吃药,有的人心急,一种药不见效就换另一种,有的人甚至两种药齐上阵,殊不知这样非常危险,有可能导致“药物超敏反应综合征”这种少见且可危及生命的药物不良反应。日前,26岁的小文就不幸中招,所幸经过及时有效的治疗,他终于转危为安。专家提醒,感冒、发热千万不要随意吃药,特别是同时服用多种药物,以免出现药物超敏反应综合征。



两种感冒药一起吃 小伙肝功能严重超标

26岁的小文感冒了,因为家里的药箱常备有感冒药,他就没去就医,自行用药。谁知吃了一天,一点好转都没有,他又找出一种感冒药,两种一起吃,但还是不见好转,鼻塞、头痛等症状严重,身上还起了红疹。他赶紧到附近的医院去检查,检查结果显示,肝功能值竟然严重超标——谷丙转氨酶800U/L,谷草转氨酶大于80U/L,总胆红素46umol/L,间接胆红素24umol/L,再拖下去可能肝衰竭了!医院立即给予积极的抗感染、护肝治疗。但小文还是发热,皮肤还

越来越黄了。在医生的建议下,小文果断转到广州市第一人民医院,入住呼吸与危重症医学科。

该院呼吸与危重症医学科钟维农主任医师、张梅春主任医师、黄晓梅副主任医师经过讨论,高度怀疑小文是药物超敏反应综合征。经过激素抗炎、抗过敏、输注丙球及护肝等治疗,小文转氨酶一路下降,皮疹逐渐消退。转危为安的他坦言:“听医生的话,再也不敢乱吃药了!”

可危及生命 专家:千万不能乱吃药

何为药物超敏反应综合征?

钟维农介绍,药物超敏反应综合征(DIHS)又称嗜酸性粒细胞增多和系统症状的药物反应(DRESS),是一种少见且危及生命的药物不良反应,其特征是潜伏期较长,伴皮疹、血液系统异常和内脏损害。常见致敏药物包括抗癫痫药物、抗生素、解热镇痛药(布洛芬)、别嘌醇等。

其常见表现主要有三点:

1. 皮疹
发病数天前,常出现瘙痒和发热的前驱症状,持续数周。早期皮损多为泛发的麻疹样斑疹或斑丘疹,也可有湿疹样或荨麻疹样,少数可出现无菌性脓疱和紫癜等损害,严重者可出现类似剥脱性皮炎等皮损。

2. 发热
体温可波动在38℃~40℃。
3. 脏器受损
DIHS可累及多个不同的脏器系统,最常累及淋巴结、血液系统和肝脏。肝脏是最常受累的器官(发生率75%~94%),表现为肝肿大,丙氨酸转氨酶(ALT)、天冬氨酸转氨酶(AST)和碱性磷酸酶(ALP)升高。
4. 血象
多数患者可出现外周血白细胞增多,部分患者早期出现白细胞或淋巴细胞减少。大部分患者可出现外周血嗜酸性粒细胞计数和比例升高。

钟维农提醒,平时生活中,如果服药后出现发热、皮疹、淋巴结肿大,一定要及时到医院就诊,如检查结果提示内脏器官受累和嗜酸性粒细胞升高时,应高度怀疑药物超敏反应综合征。此时一定不能大意,应及时治疗,还要排查有无其他引起发热、皮疹的疾病,如与病毒感染相关疾病(如传染性单核细胞增多症、麻疹、川崎病)、其他类型药疹(剥脱性皮炎、SJS/TEN)、急性泛发性发疹性脓疱型药疹等)和淋巴瘤相关疾病(如血管免疫母细胞淋巴瘤、淋巴瘤性红斑病、药物性假性淋巴瘤)、普通药疹等相鉴别。

他再三提醒大家,感冒、发热千万不要随意吃药,特别是同时服用多种药物,以免出现药物超敏反应综合征。

据《广州日报》

真实的强迫症情况你了解吗?

你是否会在出门前反复检查门窗是否关好;编辑文字时反复查看是否有错别字或者标点符号使用错误;查看工作文件时反复确认,生怕自己落下什么东西;房间内物品摆放一定要固定整齐……

如果你有以上行为的任意两点,就认为自己是强迫症,那就大错特错了。

强迫症其实是一种精神疾病,医学上就将其分为强迫思维和强迫行为。强迫思维:是指没有现实意义或没必要的想法,比如一听见打雷就忍不住想为什么打雷要下雨、下雨要打伞等;强迫行为:是指明知不合理却不得不做,不做就会寝食难安的行为,比如强迫洗手、强迫整理等。该疾病较轻则会产生行为举止异常,重则足以摧毁一个人正常的生活、工作、社交能力,严重情况下会导致重度抑郁、焦虑症、人格障碍。

导致强迫症的原因千差万别,不同的生理、心理、遗传、环境因素等都可能是诱因。但心理学也有研究发现,有一类人更容易患上强迫症,就是过分追求完美、内向、做事有条理的人,加上家庭的教育和周围的环境,再加上自我严格要求,都是强迫症的潜在因素。

现代社会有强迫症倾向的人不在少数,但如果还没到病态的地步,通过自我心理疏导是能够缓解的。要想远离强迫症,可以这么做:

清晰地认识自己的优缺点,接纳真实的自我,在生活中勇敢地去创新自己的新体验。人无完人,不要苛求自己,自己是什么样就是什么样,不去讨厌自己,不去挖苦和排斥自己。
目标要适度,有自知之明。知道自己能做什么、想做什么、会做什么、应该做什么、可做什么的尽量不去做,学会合理安排好工作和生活的关系。
如果强迫症非常严重,自我调节和心理疏导都没有用的话,那么这时候就一定要寻求精神科医生的帮助了。强迫症是一种远比你想象更有危害的心理疾病,患者会陷入一种无意义且令人沮丧的重复想法与行为当中,内心希望能结束,却又无法挣脱,承受着痛苦强迫自己持续进行。要治好强迫症,也不是一两天的事,需要患者进行长时间不懈的努力。(市六医院)

