

留置双J管患者护理注意事项

相信很多人听到双J管时十分陌生,不清楚它的实际用处、留置在体内的反应及使用注意事项。本文主要针对双J管进行探讨,让大家了解更多关于双J管留置后的护理措施。

一、什么是留置双J管?

双J管也称之为“猪尾巴导管”,是泌尿系结石术后常规使用的一种导管。双J管放置的位置一般位于泌尿系统内。一端在肾盂内经过输尿管后,另一端放置在膀胱内。在临床工作中通常下列情况需要放置双J管:1.输尿管损伤或穿孔;2.输尿管黏膜明显水肿或有出血;3.较大的嵌顿性结石(>1厘米);4.伴有息肉形成;5.伴有输尿管狭窄,有(无)同时行输尿管狭窄内切开术或扩张术;6.较大结石碎石后碎块负荷明显,需待术后排石;7.碎石不完全或碎石失败,术后需行SWL(冲击波碎石)治疗;8.伴有明显的上尿路感染;9.孤立肾;10.由于输尿管口细小入镜失败,留置双J管扩张,1周后再行输尿管镜治疗。

二、放置双J管的目的

1. 双“J”管具有内支架和内引流的作用,能解除输尿管炎症、水肿造成的暂时性梗阻,防

止术后漏尿和输尿管狭窄。

2. 有助于小结石的排出,防止输尿管内结石形成,使尿液排泄通畅,保护肾脏功能。

三、双J管留置后出现的反应

大部分患者在留置双J管后会有一定的排斥反应,一般都能自行缓解,不必过分紧张,临床比较常见的有:

1. 间歇性血尿(淡红色),尤其在活动不当增加时会加重。这是因留置双J管之后,会刺激黏膜,进而出现血尿,但一般不会发生大量出血,且大多与患者的活动有关。

2. 患侧会出现轻微的腰腹部酸痛。

3. 会出现尿频、尿急、尿不尽、尿痛:患者留置双J管后,会刺激体内膀胱三角区,出现排尿不舒服等情况。

4. 如果术后出现发烧症状,低于38.5℃予以对症处理,如无好转需返院进一步处理。

四、留置双J管患者的注意事项

1. 不能憋尿

患者留置双J管后,如果憋尿会引起膀胱内压力增高,尿液会通过双J管反流至肾脏引起泌

尿系感染,所以要勤排尿。

2. 多喝水

留置双J管后,患者应多喝水,尽可能每天饮水达2500~3000毫升以上,可以防止泌尿系感染,预防泌尿系结石。

3. 保持大便通畅

适量增加蔬菜水果等粗纤维的摄入,以免用力排便出血。

4. 避免活动不当

避免活动不当,如剧烈活动、过度弯腰、突然蹲下等。但可以进行正常工作及活动,如散步等,若活动后出现血尿,请暂时减少活动量,多喝水并注意观察。

5. 及时就医

大部分患者在留置双J管后都会出现一定程度的不适,例如血尿、胀痛等,通常不需要另外处理。若出现严重的血尿、腰痛及突起不明原因的寒战高热,应及时到医院就诊。

6. 定期复查

双J管的留置时间是专科医生根据患者的病情决定的,一般普通输尿管和肾结石的手术留置时间为约2~4周左右。输尿管狭窄患者最久可放置3~6个月,有些需要定时更换。患者应严格遵循医嘱,定期到医院进行复查,按时在膀胱镜下取出双J管。

湖南省怀化市溆浦县中医医院
外二科 高飞



高血压患者长期服用降压药,对人体伤害大吗?

高血压属于常见慢性病,很多高血压患者担心长期服用降压药,会对人体产生伤害,下面让我们来详细了解下相关内容。

一、高血压未有效控制危害大

从理论上讲,药物均具有毒副作用,高血压患者长期使用降压药当然也会有副作用。但高血压如果一直未能获得有效控制,很有可能导致脑梗死、脑出血、心绞痛、冠心病、心衰、心肌梗死等严重后果出现,严重时可能会致命。高血压导致的不良后果和降压药产生副作用相比,显然要严重得多。

二、认识高血压药可能产生的不良反应

对原发性高血压患者来讲,长期使用降压药,并不会吃坏身体,当前临床使用的降压药物大多比较安全,患者不需要有过多顾虑。对于药品说明书中提出的常见不良反应,就其发生率来讲,往往为2%~10%,罕见不良反应实际发生概率一般不到0.01%。对于不良反应来讲,其属于小概率事件。

对于多数不良反应来讲,均可对症处理,往往在停止使用药物一段时间以后,不良反应会逐渐消失。服用率较高的尼群地平、硝苯地平,可能会产生脚踝水肿、头痛等不良反应,在使用其它降压药以后,反应便会消失。患者在出现不良反应时,无需过于担心,发生不适时,可找药师、医生帮助。

三、注重高血压日常防治

高血压患者除了使用药物进行治疗,也需注重日常生活管理。

首先,低盐饮食。在患有高血压以及存在高血压家族史的情况下,日常生活中,需注重控制食盐摄入量,每日摄入不超过5克。其次,少食动物脂肪。动物脂肪往往胆固醇比较高,最好不要多吃。再次,控制热量摄入。日常生活中,高血压患者最好每餐不要吃得过饱,达到八分饱为最佳状态。最后,注重摄入钙和维生素。多食用维生素、膳食纤维比较丰富食物。并且注重对钙的摄入,每日达到800~1000毫克,降低高血压升高的概率。

长期服用高血压药物,能够对患者血压进行平稳控制,加强对心脑血管事件的防治,确保患者更好生活,避免高血压对患者心脑血管形成损害。通过综合的科学调理,能使患者生活质量得到保证,也有助于患者寿命延长。

邵阳市大祥区妇幼保健计划生育服务中心 王桂玲

高温易加重慢阻肺症状 夏季护理注意6点

夏季是慢阻肺患者容易出现不良反应的季节,高温和湿度会加重病情,对患者的身体健康产生负面影响。因此,对于慢阻肺患者来说,夏季的护理尤为重要。在这个季节里,我们应该采取一系列的护理措施,以帮助患者缓解症状、减轻不适感,保障患者的身体健康。下面就让我们来了解一下,慢阻肺患者在夏季应该如何进行护理。

慢阻肺患者

在夏季易出现哪些不适症状?

在夏季,由于气温升高和湿度增加,很多慢阻肺患者会出现一些不适症状。下面是四种常见的不良反应。

1. 呼吸急促:夏季气温高,空气湿度大,这使得慢阻肺患者的呼吸更加困难,容易出现呼吸急促的症状。当呼吸急促发生时,患者应该及时采取措施,如坐下来、深呼吸等,以缓解症状。

2. 气喘:气喘是慢阻肺患者常见的症状之一,在夏季尤为明显。气喘会导致患者感到喘不过气来,甚至有些患者会出现胸闷、咳嗽等症状。因此,患者应

该避免在高温和高湿度环境下活动,尽量待在室内通风良好的地方。

3. 疲劳:夏季气温高,空气湿度大,慢阻肺患者更加容易感到疲劳。当患者感到疲劳时,应该尽量减少体力活动,保持充足的睡眠时间和饮食营养。

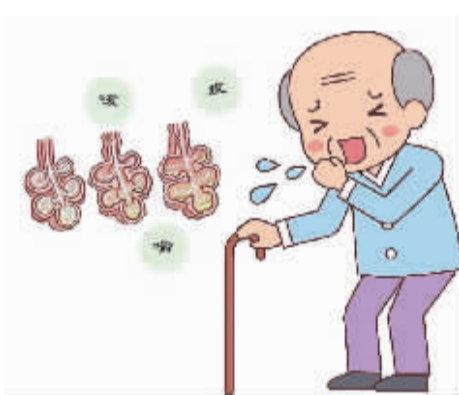
4. 情绪不稳定:夏季高温天气容易让人感到烦躁和不适,对于慢阻肺患者来说更是如此。因此,患者应该保持良好的心态,避免过度焦虑和紧张,可以通过听音乐、看书等方式放松自己的情绪。

慢阻肺患者夏季如何护理?

1. 避免高温天气:高温天气可能会使慢阻肺患者感到更加困难呼吸。因此,在炎热的天气里,最好待在室内或在早上或晚上较凉爽的时间外出。

2. 注意空调使用:空调可以帮助慢阻肺患者保持舒适,但是要注意不要让空调过于寒冷。最好将空调温度设置在25℃左右,并确保空调过滤器清洁。

3. 坚持运动:慢阻肺患者需



要坚持适当的运动来保持身体健康。在夏季,最好选择在室内进行轻度运动,如步行、瑜伽等。

4. 饮食要注意:饮食对于慢阻肺患者来说也非常重要。夏季应该多吃一些清淡易消化的食物,如水果、蔬菜等,避免过度饮酒和吃辛辣刺激食物。

5. 注意保持水分:在夏季,慢阻肺患者需要多喝水以防止脱水。最好每天喝6~8杯水,并避免过度饮用含咖啡因的饮料。

6. 注意药物使用:慢阻肺患者需要按时服用药物,并在必要时向医生咨询是否需要调整药物剂量。

湖南攸县第三人民医院 刘海英