

维持性血液透析患者 合并皮肤瘙痒 怎么办?

维持性血液透析(MHD)是一种常见的肾脏替代治疗方法,可以帮助患者维持生命,并缓解肾功能衰竭所导致的一系列症状。然而,MHD患者常伴有多重并发症,其中皮肤瘙痒是一种常见的症状,严重影响患者的睡眠、精神状态和生活质量。那么,维持性血液透析患者合并皮肤瘙痒怎么办?

维持性血液透析患者 皮肤瘙痒的原因

高磷血症 MHD患者由于肾脏功能失调,难以排除体内多余的磷酸盐。长期高磷血症会导致钙磷代谢紊乱,形成皮肤钙化灶,刺激皮肤神经末梢,从而引起皮肤瘙痒。

血液透析过程中的刺激 血液透析过程中,透析器和管路等材料的接触会激活血液凝血和免疫系统,释放出一些炎症介质和过敏物质,刺激皮肤神经末梢,引起皮肤瘙痒。

代谢产物的堆积 MHD患者由于肾脏功能失调,难以排除体内代谢产物,如尿素和肌酸酐



等。这些代谢产物在体内堆积,刺激皮肤神经末梢,引起皮肤瘙痒。

干燥皮肤 MHD患者由于血液透析过程中水分的丢失,易导致皮肤干燥。干燥的皮肤容易刺激皮肤神经末梢,引发皮肤瘙痒。

维持性血液透析患者 皮肤瘙痒的预防和治疗方法

控制血磷水平 高磷血症是引起MHD患者皮肤瘙痒的重要原因之一。建议患者遵循低磷饮食,尽量减少摄入高磷食物。同时,根据医生的建议使用磷结合剂等药物控制血磷水平,以降低皮肤瘙痒的发生率。

保持透析充分 保持透析充

分,可以有效减少体内代谢产物的堆积和血液透析过程中的刺激,从而预防皮肤瘙痒的发生。建议MHD患者按时进行透析,并根据医生的建议调整透析频次、时间和血流量等参数,以保证透析充分。

保持皮肤清洁 保持皮肤清洁,可以有效预防皮肤感染和瘙痒的发生。应该避免使用过度刺激性的香皂、洗发水等清洁用品,以免刺激皮肤,加重皮肤瘙痒的症状。

应用外用药物 外用药物可以缓解皮肤瘙痒的症状,帮助保持皮肤湿润。也可以使用含有激素或非激素类的局部止痒药物。但长期使用激素类药物可能会引起一些副作用,如皮肤萎缩、色素沉着等。

物理治疗 物理治疗可以缓解皮肤瘙痒的症状。例如,使用冰敷或温敷可以缓解局部皮肤瘙痒的症状。光疗则是利用特定波长的紫外线照射皮肤,可减轻瘙痒和刺激感。

神经调节治疗 神经调节治疗也可以有效缓解皮肤瘙痒的症状。例如,采用放松训练、音乐疗法等方式进行神经调节治疗,可以缓解精神压力,从而缓解皮肤瘙痒的症状。

湘南学院附属医院 何阶德

高血压患者

生活注意事项及饮食指南

高血压被称为“隐形杀手”,是一种常见的慢性疾病。它可以引发多种疾病,如心脑血管疾病、肾脏疾病等,严重危害人们的身体健康。因此,对于高血压患者来说,健康的生活习惯和饮食习惯,可以降低高血压的发病率和死亡率。

高血压的患病因素

1. 不合理的饮食习惯:摄入过多的盐分、脂肪和糖类等饮食习惯,会导致血压升高。此外,缺乏维生素和矿物质等营养素,也会影响血压调节机制的正常运作。

2. 不健康的生活方式:长期的不良生活方式,如长时间坐着、缺乏运动、过度饮酒、吸烟等,都会导致血压升高。此外,精神紧张、睡眠不足等,也会对血压产生不良影响。

3. 遗传因素也是导致高血压的重要原因之一。研究表明,高血压患者的亲属中,高血压的发病率较高。因此,遗传因素可能会影响个体对高血压的易感性。

4. 随着年龄的增长,血管

的弹性逐渐下降,血管壁的厚度逐渐增加,血压调节机制也会出现问题,这些都会导致血压升高。因此,随着年龄的增长,高血压的发病率也相应增加。

5. 某些疾病也会导致高血压的发生,如肾脏疾病、内分泌疾病、心血管疾病等。这些疾病会影响血压调节机制的正常运作,导致血压升高。

高血压患者生活注意事项

1. 定期测量血压:高血压患者需要定期测量血压,以便及时调整治疗方案。

2. 合理控制体重:体重过重是导致高血压的重要原因之一,因此高血压患者需要合理控制自己的体重。

3. 停止吸烟和饮酒:吸烟和饮酒会加重高血压病情,因此高血压患者需要停止这些不良习惯。

4. 注意避免精神紧张:精神紧张会导致血压升高,高血压患者需要注意避免过度紧张。

5. 定期进行运动:适当的运动可以帮助高血压患者降低血压,增强身体健康。

高血压患者饮食指南

1. 低盐饮食:高血压患者需要避免食用过多的盐类,以减少对血压的影响。

2. 多吃蔬菜水果:蔬菜水果富含维生素和矿物质,有助于降低血压。

3. 控制脂肪摄入:高血压患者需要控制脂肪摄入,尤其是饱和脂肪酸和胆固醇。

4. 适量饮茶:茶叶中含有多种物质,如茶多酚、儿茶素等,有利于降低血压。

5. 避免过度饮用咖啡和浓茶:过度饮用咖啡和浓茶会导致血压升高,因此高血压患者应该避免这些饮品。

总的来说,高血压是一种可以通过良好的生活习惯去预防的疾病。科学的饮食和健康的生活习惯,可以有效降低高血压的发病率和死亡率。在生活中,我们每个人都应该关注自己的身体健康,注意日常习惯,特别是饮食和生活方式方面的习惯。

邵阳市新宁县人民医院
护理部 李小琴

慢阻肺患者如何选用止咳化痰药?

慢阻肺是一种慢性呼吸系统疾病,常见于老年人和长期吸烟者。患者常常会出现咳嗽、气促等症状。剧烈的咳嗽会对患者日常生活和睡眠造成很大的影响。剧烈而持久的咳嗽可能会造成患者胸壁软组织的损伤,甚至肋骨骨折;同时还可引起胸膜腔内压显著增加,某些患者可出现咳嗽性晕厥。因此,选用合适的止咳化痰药,对于缓解这些症状非常重要。

什么是止咳化痰药?

止咳化痰药是指能够缓解咳嗽和促进痰液排出的药物。根据其作用机制不同,可分为中枢性止咳药、周围性止咳药、黏液溶解剂、黏液促进剂、支气管扩张剂等几类。

慢阻肺患者

能使用的止痰化咳药有哪些?

●氨溴索:氨溴索是一种中枢镇咳药物,它可以刺激呼吸中枢,促进痰液排出;还可以缓解咳嗽和胸闷等症状,但可能会引起头晕、口干等不良反应。

●祛痰宁:祛痰宁是一种中成药,它由多种中草药组成,具有清热解毒、润肺化痰的作用。它可以改善慢阻肺患者的痰液排出,减少咳嗽和胸闷等症。但需要注意的是,祛痰宁可能会引起过敏反应,如皮疹、荨麻疹等。

●氯化铵:氯化铵是一种刺激性止咳药物,它可以促进痰液排出,缓解咳嗽和胸闷等症。但需要注意的是,氯化铵可能会引起口干、头晕、恶心等不良反应。

●氨溴清:氨溴清是一种非处方药,它可以缓解咳嗽和胸闷等症,促进痰液排出。它适用于急性呼吸道感染、慢性支气管炎、肺气肿等疾病的治疗。但需要注意的是,氨溴清可能会引起口干、头晕、恶心等不良反应。

如何选择止咳化痰药?

●干咳:干咳是指没有痰液或痰液很少的咳嗽。对于患有干咳的慢阻肺患者,可以选用中枢性止咳药。中枢性止咳药能够抑制咳嗽中枢的兴奋,从而缓解咳嗽症状。常见的中枢性止咳药有可待因、福尔咳定等(为依赖性镇咳药),还有非依赖性镇咳药:如右美沙芬、喷托维林等;这些药镇咳作用明显,但不能长期服用。

●湿咳:湿咳是指有大量痰液的咳嗽。对于患有湿咳的慢阻肺患者,可以选用黏液溶解剂和黏液促进剂。常见的黏液溶解剂有溴化铵、盐酸氨溴索等;常见的黏液促进剂有异丙托溴铵等。

慢阻肺患者使用止咳药的注意事项

●根据患者的咳嗽类型进行选择。患者不可乱用药,应根据自己的病情选择合适的药物,并遵循医生的指导合理使用这些药物。

●避免不必要的药物组合,尤其是避免使用含有麻黄碱和茶碱等成分的药物,因为这些药物可能会导致心血管系统的不良反应。

●不要滥用止咳药。

●注意药物副作用。

郴州市桂东县中医院 方克敏