

静脉炎的防治及护理

静脉炎是一种常见的血管疾病，它由静脉内壁发生炎症而引起。静脉炎不仅会导致局部红肿、疼痛等症状，还可能引发严重的并发症，如深静脉血栓形成。为了预防静脉炎的发生以及避免其复发，针对性的防治措施和正确的护理非常重要。本文将探讨静脉炎的防治及护理，并提供一些实用的建议，帮助读者了解如何有效预防静脉炎的发生，并提供适当的护理方法，以促进康复。

静脉炎的预防措施有哪些

保持良好的血管通畅 均衡饮食、合理运动和正确躺姿可以帮助促进血液循环，保持血管通畅，减少静脉炎的发生。

避免长时间坐卧不动 长时间保持一个姿势不动容易导致血液淤积和血栓形成，进而引发静脉炎。尽量避免长时间久坐或久卧，适时伸展肢体或走动，促进血液循环。

注意穿戴舒适的衣物 过紧或过松的衣物都可能影响血液循环，增加静脉炎的风险。选择合适、宽松的衣物，尤其是袜子，有助于减少静脉炎的发生。

静脉炎如何治疗

1. 药物治疗

(1) 抗生素。如果静脉炎

由细菌感染引起，医生可能会开具抗生素来消除感染。常用的抗生素包括青霉素类、头孢菌素类、氨基糖苷类等，选择药物会根据细菌的敏感性进行调整。

(2) 非甾体消炎药(NSAIDs)。这类药物可以减轻炎症引起的疼痛、红肿和肿胀。常见的NSAIDs包括布洛芬、萘普生、对乙酰氨基酚等。使用时应遵循医生的建议，并注意可能的副作用。

(3) 抗凝血药物。防止血液在静脉中形成血栓是治疗静脉炎的重要部分。医生可能会开具抗凝血药物，如华法林或肝素，以帮助预防血栓的形成，并促进血液循环。

2. 物理疗法

冷敷和热敷是缓解静脉炎症的有效物理疗法。冷敷能够减轻疼痛和肿胀，而热敷则有助于促进血液循环和纤维溶解。患者可以根据自身情况选择适当的物理疗法，并在医生的指导下正确使用。

静脉炎的护理措施

保持休息和卧床 在治疗期间，尽量减少活动可以减轻对受影响区域的压力，促进更快地恢复。适当的休

息和卧床有助于减轻疼痛和炎症。

提高患处的血管护理 保持受影响区域的清洁和干燥，并定期更换敷料。避免刺激性的物品接触，以免进一步感染或引起过敏反应。

提升局部抗炎能力 可以使用具有抗炎功效的药膏或乳液进行局部涂抹，以缓解肿胀、疼痛和瘙痒等症状。

总之，静脉炎的防治及护理需要综合考虑多方面因素。通过保持良好的血管通畅、避免久坐不动、穿戴舒适的衣物，我们可以预防静脉炎的发生。同时，及时就医并接受合适的治疗方法，采取正确的护理措施，可帮助加速康复过程，减少并发症的风险，并降低静脉炎复发的可能性。

湖南省坪塘强制隔离戒毒所
综合门诊部 刘丽平



上消化道出血的症状及治疗方法

上消化道出血是指胃、食管或十二指肠等消化道上部的出血。这种情况在临幊上是紧急且严重的，并需要及时地治疗和干预。当发生上消化道出血时，患者可能会出现一系列特征性的症状表现，同时需要采取适当的治疗措施以控制出血并防止进一步的并发症。

上消化道出血的症状表现

呕血 呕血是上消化道出血特征性表现，患者在呕吐时将咽下的血液一起排出。呕出的血液可能呈鲜红色、鲜明的血块或柏油样黑红色，具体颜色取决于出血的程度和出血位置。

黑便 如果出血位于食管以上的消化道，血液经过消化道运行时已经发生了转变，最后在大便中呈现为黑色、暗红色甚至是咖啡色的出血物，被称为“黑便”。这是因为血液暴露在胃液中引起的变化。

腹痛 上消化道出血时，由于胃黏膜受到刺激，患者可能会出现腹痛或不适感。痛感的程度

和性质因个体差异而异，有些患者可能会出现剧烈和尖锐的腹痛。

乏力和虚弱感 大量失血会导致机体缺氧，从而引起乏力、虚弱和倦怠感。患者可能会感到无力、身体沉重以及无法正常参与日常活动。

头晕和低血压 失血过多可能会导致血容量不足，造成血压下降，这会引起头晕、晕倒和低血压等症状。这是因为血液的流动受到严重影响，导致脑部缺血。

上消化道出血的治疗方法

支持疗法 对于失血过多、血容量不足的患者，需要迅速进行静脉输液，补充体液和纠正电解质紊乱。有时，可能需要输血或血浆制品（如红细胞悬液）以恢复血液的容量和正常功能。

止血药物 有时，医生可能会使用止血药物来控制出血。常见的药物包括质子泵抑制剂（降低胃酸分泌）、抗酸药（减少胃液腐蚀性）以及抗生素（对抗感

染）。这些药物的使用需在医生指导下进行。

内镜治疗 内镜治疗是一种经过导管插入手内，通过内窥镜观察和操作消化道的方法。常见的内镜治疗包括止血措施，如黏膜下注射、热凝止血和夹取止血等。这些操作可以直接针对出血的部位进行处理止血。

外科手术 在严重的情况下，可能需要进行外科手术来控制上消化道出血。手术中，医生会找到出血源并采取相应措施来停止出血。

支持性护理 患者在治疗期间需要进行适当的休息，避免剧烈活动，以减轻胃肠道的负担。饮食上，可以根据医生的建议进行适度的饮食调整，并避免暴饮暴食和摄入辛辣、刺激性食物。

总之，上消化道出血是一种严重的状况，病情复杂多变。及早就医，接受专业治疗是关键。只有在医生的指导下，采取合适的治疗方法，才能尽早止血、纠正失血状态，并防止并发症的发生。

株洲市渌口区人民医院 余蔚

肺癌晚期临终关怀怎么做

肺癌是一种常见且致命的恶性肿瘤，晚期肺癌患者面临着极大的身体和心理压力。在这个阶段，提供适当的临终关怀对于患者的舒适和尊严至关重要。肺癌晚期临终关怀旨在缓解症状、提供心理支持以及制定终末关怀计划，以确保患者能够得到最佳的护理和照顾。本文将介绍肺癌晚期临终关怀的重要性，并提供一些指导，帮助患者、家人和医疗团队更好地理解如何实施临终关怀。

缓解症状管理

疼痛管理 晚期肺癌患者常常经历剧烈的疼痛。医生应根据患者的疼痛程度和类型选择合适的药物管理方案，例如吗啡类药物。此外，还可以使用其他治疗方法如放松技巧、按摩和瑜伽等，改善痛觉体验。

呼吸困难的缓解 肺癌晚期患者常常出现呼吸困难。通过保持室内通风良好、使用吸氧器、采用姿势调整、使用支气管扩张药等方法可以缓解呼吸困难。

恶心和呕吐控制 晚期肺癌患者可能经历频繁的恶心和呕吐。医生可以考虑使用抗恶心药物，配合借助成分较轻、易消化的食物来减轻患者的不适感。

心理支持

沟通和信息共享 与患者和其家人建立良好的沟通渠道，定期评估他们的需要和关切，并提供疾病方面的相关信息。同时尊重患者和家属之间的意见和选择。

心理咨询和支持 提供专业的心理咨询和支持服务，帮助患者和家属面对情绪的波动和压力。这可以包括个人咨询、家庭治疗或参加癌症患者支持小组。

给予关爱和安慰 给予患者和家人足够的关心、理解和关怀，让他们感受到他们并不孤单。在这个阶段，提供情感上的支持和温暖可以帮助缓解患者的恐惧和焦虑。

终末关怀计划

制定终末关怀计划 与患者和家属一起制定终末关怀计划，该计划应考虑患者的个人价值观、信仰和文化背景。确定患者的喜好和关注点，以致力于提供最佳的关怀。

家庭支持团队 组建一个综合的关怀团队，包括病理学家、医生、护士、社工、心理咨询师等。他们应密切合作，并与家庭一起协商和执行关怀计划。

病患舒适和安宁 确保患者在最后的日子里得到最佳的舒适和安宁。为患者提供物理上的照顾，如疼痛管理、清洁身体、保持皮肤健康等。

总之，肺癌晚期临终关怀旨在提供最佳护理，减轻患者的不适症状、提供心理支持，并制定适当的终末关怀计划。这样的关怀方案需要由医疗团队、患者和家人共同合作制定和执行，以确保患者在生命的最后阶段得到最好的关注和照顾。通过提供全面的临终关怀，我们可以帮助患者平静和安详地度过他们的最后时光。

南华大学附属长沙中心医院
呼吸内科 王敏