

卵巢癌化疗护理的几个注意事项

卵巢癌是女性常见的恶性肿瘤之一，而化疗是卵巢癌治疗的重要环节。在接受化疗期间，护理人员和患者均需要特别关注护理措施，以减轻患者的不良反应并提高生活质量。本文将介绍卵巢癌化疗护理时需要注意的关键事项，以帮助患者和护理人员更好应对化疗过程中的副作用，提高治疗效果。

卵巢癌化疗护理时会出现哪些问题

- 1. 恶心和呕吐** 化疗药物可能刺激胃肠道，引发恶心和呕吐。
- 2. 乏力和疲劳** 卵巢癌化疗可能导致身体虚弱和疲劳感，呕吐严重者会发生严重的电解质紊乱，加重虚弱和乏力。
- 3. 毛发脱落** 部分化疗药物对发根细胞有影响，可能导致头发脱落。
- 4. 免疫抑制** 一些化疗药物可能影响免疫功能，增加感染的风险。
- 5. 消化道问题** 化疗可能引起口腔溃疡、口干、腹泻等问题；止呕药物可能引起腹胀、便秘等问题。

6. 心理和情绪问题 面对卵巢癌化疗的挑战，患者可能经历焦虑、抑郁等心理问题。

7. 骨髓抑制 某些化疗药物可能对骨髓造血功能产生不良影响，导致白细胞、血小板下降、贫血、易出血和感染风险增加。

卵巢癌化疗护理的注意事项

1. 了解化疗方案和药物

(1) 与医生沟通：详细了解化疗方案，包括药物、剂量、频

率和疗程等信息，并与医生进行沟通和咨询。

(2) 阅读相关病情资料：获取与所用药物相关的宣传资料，了解可能的副作用和应对方法。

2. 营养和饮食管理

(1) 保持良好饮食：均衡饮食对于提供足够的营养和能量至关重要，多摄入富含蛋白质、维生素和矿物质的食物，如新鲜水果、蔬菜和全谷类；尽量避免在输入化疗药物时进食，可以在两餐之间进食。

(2) 避免刺激性食物：避免辛辣、油炸和刺激性食物，以减少恶心症状和消化不良等问题。

(3) 足量饮水：保持足够的水分摄入，以防止脱水，促进身体的排毒功能。

3. 个人卫生和康复护理

(1) 皮肤护理：保持皮肤清洁和干燥，避免使用对皮肤有刺激性的产品。如果出现皮疹或继发感染的迹象，请及时就医。

(2) 口腔护理：保持良好的口腔卫生，定期刷牙、漱口，并注意口腔溃疡或出血的情况，及时向医生汇报。

(3) 注意休息与锻炼：合理安排工作和休息时间，避免过度疲劳。参加适量的运动或伸展



活动，有助于增强体力和提升精神状态。

4. 心理支持和交流

(1) 心理健康：面对化疗可能带来的压力和情绪波动，应积极寻求心理咨询和支持。多与家人、朋友分享感受，参加患者支持团体等活动，以帮助缓解压力和焦虑。

(2) 积极交流：与医生和护理团队保持沟通，及时报告和解决不良反应和问题。

总之，卵巢癌化疗护理需要全面了解治疗方案、管理生活方式和饮食、注意身体护理和副作用应对，提供心理支持和康复护理，将有助于患者更好地应对化疗过程中的挑战，提高治疗效果和生活质量。

湖南省肿瘤医院 任钰铃

长期服用高血压药对人体伤害大不大？

高血压是一种常见的慢性疾病，全球范围内有大量患者需要长期依赖药物进行控制。然而，很多人对长期使用高血压药物是否会对人体造成伤害存在疑虑。在本文中，我们将探讨高血压药物长期使用对人体的潜在伤害，并了解如何最大限度降低可能的副作用，以确保药物治疗的安全性与有效性。

高血压及常见药物及服药的必要性

常见的高血压药物主要包括利尿剂、钙离子拮抗剂、ACEI 抑制剂和 ARB 受体拮抗剂、 β 受体阻断剂。这些药物的作用机制各不相同，但主要目标都是降低血压水平并减少心脑血管疾病发生的风险。

药物治疗能够调节血管阻力、改善心脏泵血功能、减少体液潴留等，对于患者来说是必要的。通过合理的药物治疗，可以降低血压水平，控制病情，减少并发症的风险。与仅依靠生活方式改变相比，药物治疗能够更迅速、有效地降低并稳定血压。

高血压药物长期使用潜在的副作用

1. 利尿剂（例如氢氯噻嗪） 长期使用利尿剂可能导致电解质紊乱，如低钾、低镁等，并增加尿频情况。

2. 钙离子拮抗剂（例如氨氯地平） 长期使用钙离子拮抗剂可能引发胃肠道不适、头痛和水肿等不适反应。部分人还可能会出现心悸或脚踝肿胀。

3. ACEI 抑制剂（例如卡托普利） 长期使用可能引发低血压和乏力等症状。极少数人可能会出现刺激性干咳、皮疹或肾功能不全等问题。

4. ARB 受体拮抗剂（例如氯沙坦） 长期使用可能出现明显的血压下降，进而引发头晕、头痛等。该类药还可能引起消化系统不适，极少部分人服用后会出现皮疹。

5. β 受体阻断剂（例如美托洛尔） 长期使用 β 受体阻断剂可能导致低血压、心率过缓等副作用。部分人还可能出现疲劳、失眠、性功能障碍或抑郁等问题。

如何最小化高血压药物的潜在伤害

1. 准确地遵循医生的指示和处方，按时按量服用药物。不要自行调整剂量或停止药物。

2. 除了药物治疗外，生活方式的改变也是控制血压的关键。健康的饮食、适度运动、限制钠摄入、戒烟和减少饮酒等都能有效降低血压。

3. 定期联系医生进行复诊和血压监测至关重要。这有助于跟踪患者病情和治疗效果，并根据需要调整药物剂量或类型。

4. 了解所服用的高血压药物的常见副作用，并及时向医生报告任何不适或变化。医生会根据情况评估药物的效果和潜在风险，并做出必要的调整。

5. 告诉医生正在使用的其他药物、补充剂或中草药，以避免与高血压药物之间的不良相互作用。

6. 密切关注身体出现的不良反应，如头晕、呕吐、排尿困难、视觉变化等。如果出现这些情况，请及时咨询医生。

7. 某些高血压药物可能会影响电解质水平和肾功能。因此，定期进行电解质测定和肾功能检查，可以帮助医生及时发现异常，调整用药。

益阳市安化县第二人民医院 周菊红

尿常规报告中的“+”号，都是什么意思？

尿常规是一项常见的临床检查，用于评估患者的泌尿系统功能和健康状态。尿常规可以检测尿液中是否存在白细胞、尿红细胞和细菌等指标，从而帮助确定是否存在泌尿系统感染；可以检测肾小球滤过率、蛋白质等指标，以评估肾功能的健康程度，并帮助筛查肾病等疾病；可以检测尿液中是否存在葡萄糖，对筛查糖尿病进行初步评估；还可以观察尿液中特定药物代谢产物的存在与否，以评估药物治疗的效果。尿常规是一种简单、非侵入性的检查方法，为泌尿系统健康检查提供许多重要信息。

尿常规的主要意义有以下几个方面：一是检测泌尿系统感染，帮助确定是否存在泌尿系统感染，这有助于早期发现和治疗感染，防止其进一步扩散和并发症发生；二是评估肾功能，尿常规可以检测尿液中的蛋白质、肌酐等指标，以评估肾功能的健康程度，并帮助筛查肾病等疾病，肾功能评估

对于及早发现和管理慢性肾脏疾病非常重要；三是观察尿液特征，尿常规可以观察尿液的颜色、透明度、比重等特征，帮助评估尿液的浓缩能力、水电解质平衡和泌尿系统的健康状况，异常的尿液特征可能与肾脏疾病、尿路结石等有关；四是筛查糖尿病，尿常规可以检测尿液中是否存在葡萄糖，对糖尿病诊断进行初步评估，葡萄糖阳性结果可能提示患者需要进一步进行血糖测试来确诊糖尿病；五是监测药物治疗效果，尿常规可以观察尿液中特定药物代谢产物的存在与否，以评估药物治疗的效果。

那么尿常规报告中的“+”号，都是什么意思呢？尿常规报告中的“+”号通常用来表示某些指标的阳性结果，表示该指标在尿液中存在异常。下面是一些常见指标的解释：

亚硝酸盐 NIT (+) 代表尿液中存在细菌，提示可能尿路感染或其他细菌感染。

白细胞 LEU (+) 代表尿液

中存在白细胞，可能是炎症或感染的迹象。

潜血 BLD (+) 代表尿液中存在隐血，可能与泌尿系统出血有关。

蛋白质 PRO (+) 代表尿液中存在异常的蛋白质含量，可能与肾脏疾病、泌尿系统感染等有关。

葡萄糖 GLU (+) “+”越多说明尿液中葡萄糖含量越高。

酮体 KET (+) “+”越多酮体含量越高，常见于糖尿病酮症酸中毒，还可能因饥饿、严重腹泻、脱水、营养不良等引发。

胆红素 BIL (+) 尿胆红素阳性常见于肝实质或阻塞性疸。

尿胆原 URO (+) 尿胆原阳性常见于病毒性肝炎、溶血性黄疸等。

需要注意的是，“+”号的数量可能表示指标的程度或浓度，通常使用一个或多个“+”表示不同程度的阳性结果，如“+”表示轻度阳性，而“++”或“+++”表示中度到重度阳性。

永州市宁远县人民医院 陈丽芳