

头部外伤后，中间清醒期不能掉以轻心

日常生活中，头部外伤是一种常见的意外伤害，在交通事故、体育运动、跌倒等场合中更为常见。许多人在遭遇头部外伤后，可能会出现短暂的昏迷后又自行恢复清醒，但随后可能再次昏迷，这种现象在医学上被称为“中间清醒期”。然而，这个看似“好转”的阶段往往隐藏着不容忽视的巨大风险。本文将带领大家进行深入探讨，为大家科普相关知识。

什么是中间清醒期

中间清醒期，是指在头部外伤后，患者先出现一段时间的昏迷，随后在数分钟至数小时内逐渐恢复意识，甚至完全清醒，但随后由于颅内血肿的形成导致脑受压加重，患者可能再次陷入昏迷。这一现象常常见于硬膜外血肿患者，其典型表现为“昏迷—清醒—再昏迷”的病情变化过程。

中间清醒期的形成机制

中间清醒期的形成与颅内血肿的形成密切相关。头部受到外力撞击，当原发性脑损伤很轻，但血管破裂出血时，患者受伤时只有短暂昏迷后可出现意识好转或完全清醒的情况。但这些血液如果积聚在颅骨内板与硬脑膜之间，就会形成硬膜外血肿。如果血肿发展较快，将迅速增大并压迫脑组织，导致颅内压升高，逐步进入继发性昏迷，甚至形成脑疝，危及生命。

中间清醒期的迷惑性

中间清醒期之所以容易让人掉以轻心，是因为在这一阶段，患者往往能够恢复部分或全部的意识，似乎没有大碍。然而，这并不意味着患者的伤情已经稳定或好转。相反，这是颅内血肿正在形成或扩大的阶段。因此，患者和家属不能仅凭短暂的清醒就认为没有问题，从而延误了最佳的治疗时机。

头部外伤后的应对措施

1. 立即就医 无论头部外伤轻重，都应立即就医进行检查。即使患者出现了中间清醒期，也应保持高度警惕，避免自行处理或延误治疗。
2. 密切观察 在就医前或等待急救过程中，应密切观察患者的意识状态、瞳孔变化、呼吸和脉搏等生命体征。一旦发现异常情况，如再次昏迷、头痛加剧、恶心呕吐等，应立即就医。
3. 头颅CT检查 头颅CT扫描是目前诊断硬膜外血肿最常用



的检查手段。它能够清晰地显示颅内血肿的位置、大小和形态，为医生制定治疗方案提供重要依据。

4. 及时治疗 对于确诊的硬膜外血肿患者，应根据出血量、患者意识障碍程度及颅内压等综合判断，及时进行手术治疗。

综上所述，头部外伤后的中间清醒期是一个容易迷惑人的阶段，但它往往隐藏着巨大的风险。因此，我们必须提高警惕，不能掉以轻心。无论患者还是家属，都应充分认识到其危险性，并在发生头部外伤后立即就医，并进行检查和治疗，最大限度减少颅脑外伤对患者造成的伤害和后遗症。

湖南省益阳市人民医院
神经外科 陈建刚

股骨颈骨折手术后的护理

股骨颈骨折是骨科的一种常见损伤，多见于老年人，其治疗过程涉及手术、康复及长期的调养与护理。正确的调养和护理对于骨折的愈合、预防并发症以及恢复患者的日常生活能力至关重要，以下将详细介绍股骨颈骨折手术后的调养与护理方法。

手术后的基本护理

1. 密切观察伤口情况

手术后，需密切观察伤口是否有渗血、红肿、热痛或感染迹象。一旦发现异常情况，应及时联系医生，进行相应的处理，避免感染等并发症的发生。

2. 及时换药

为预防感染，应定期对伤口进行消毒换药，并遵循医生指导使用抗生素等药物。换药时应确保无菌操作，以减少感染风险。

3. 卧床护理

手术后患者应尽量卧床休息，避免下床活动，以防止骨折位置移位或影响愈合。卧床期间应注意保持床单的清洁干燥，定期翻身，避免产生褥疮。

饮食调养

1. 早期饮食

手术后早期，由于骨折部位

存在淤血肿胀和气血阻滞，饮食应以清淡为主，如蔬菜、水果、蛋类和鱼汤等。避免酸辣、油腻及燥热的食物，避免过早食用骨头汤等滋补食物，以免加重淤血积滞，影响骨痂生长。

2. 中期饮食

随着瘀血被逐渐吸收，中期饮食应增加营养，补充蛋白质、钙及多种维生素。此时可以适量食用骨头汤、动物肝脏等食物，以促进骨痂的生长和骨折的愈合。

3. 晚期饮食

晚期阶段，骨折部位已基本愈合，饮食上可以更加丰富，适当食用补益肝肾、气血的食物，如鸡汤等，有助于巩固骨折的愈合，促进关节功能的恢复。

康复锻炼

1. 早期锻炼

术后早期，应进行肌力练习和活动度练习，以减轻疼痛、肿胀，并避免关节黏连和肌肉萎缩。患肢应置于伸直位，并用枕头垫高，以促进血液回流，预防肿胀。

2. 中期锻炼

中期阶段，应强化关节活动和肌力练习，逐步尝试患腿负重，以改善步态和提高关节稳定性。

性。但需注意，负重应在医生指导下进行，避免过早负重导致骨折愈合不良或股骨坏死。

3. 后期锻炼

后期，应全面恢复日常的生活各项活动，强化肌力和关节稳定性。注意避免进行深蹲等可能加重关节负担的动作，防止关节脱位或再次受伤。

预防并发症

1. 预防感染

术后应密切观察体温、伤口情况及排泄物变化，及时发现并处理感染迹象，保持个人卫生，减少感染风险。

2. 预防血栓

长期卧床患者易发生静脉血栓，可通过穿着弹力袜、进行肌肉活动、按摩等方式预防，必要时，可在医生指导下使用抗凝药物。

综上所述，股骨颈骨折手术后的调养与护理是一个综合性过程，涉及饮食、康复锻炼、并发症预防及心理调适等多个方面，只有全面、科学地进行调养和护理，才能促进骨折的愈合和患者身体功能的恢复。

湖南省张家界市中医院
重症医学科外科护理 全丽

中西结合治疗艾滋病的前沿探索：

个性化方案，全面关怀

艾滋病全称为获得性免疫缺陷综合征（AIDS），是由人类免疫缺陷病毒（HIV）引起的一种高病死率的慢性传染病。随着医学科技的进步，中西结合治疗艾滋病已成为一种前沿探索，旨在通过个性化方案和全面关怀，为患者提供更有效的治疗途径。

中西结合治疗的理论基础

中医药作为中国传统医学的瑰宝，其治疗理念注重整体观念和辨证论治，在治疗艾滋病方面，中医药根据艾滋病的病证特点和临床表现，将其归入中医“疫毒”“虚劳”等范畴。中医药可以调节人体阴阳平衡、增强机体免疫力，对预防或抑制艾滋病毒感染及其并发症有一定的辅助治疗作用。

现代西医则通过抗病毒药物抑制HIV复制，控制病情发展。高效抗逆转录病毒治疗（HAART）即“鸡尾酒疗法”，是目前治疗艾滋病的主流方法，该疗法通过联合使用多种抗病毒药物，最大限度地抑制病毒复制，降低病毒载量，从而延长患者生存期，提高生活质量。

个性化治疗方案

1. 病毒载量与免疫状态评估 通过血液检测评估患者的病毒载量和免疫状态（如CD4+T细胞计数），了解病情严重程度，为制定治疗方案提供依据。

2. 抗病毒药物选择 根据患者的病毒载量和耐药情况，选择合适的抗病毒药物进行HAART治疗。常用的抗病毒药物包括核苷类逆转录酶抑制剂（如拉米夫定）、非核苷类逆转录酶抑制剂（如奈韦拉平）以及蛋白酶抑制剂等。

3. 中医药辅助治疗 在西医治疗的基础上，选用适当的中药方剂进行辅助治疗。例如，对于免疫功能受损的患者，可选用黄芪、党参等补气药以及熟地、当归等滋阴中药，以增强机体免疫力，缓解症状。

4. 营养与心理支持 良好的营养状态和心理状态对艾滋病患者的康复至关重要，个性化治疗方案还应包括营养支持治疗和心理支持治疗。一方面通过提供高蛋白、高维生素的饮食或口服营养补充剂，维持患者的生命活动；另一方面通过心理支持治疗帮助患者应对压力和情绪困扰，促进心理健康。

全面关怀的重要性

1. 身体关怀 除药物治疗外，还应关注患者的身体状况，要定期检查各项指标，及时发现并处理并发症，指导患者进行适当的锻炼和休息，保持良好的生活习惯。

2. 心理关怀 艾滋病患者常伴随心理问题，如抑郁、焦虑等。心理支持治疗能够通过倾听、鼓励、支持等方式帮助患者缓解心理压力，树立战胜疾病的信心。

中西结合治疗艾滋病是一项复杂而艰巨的任务，需要医学界和社会各界的共同努力。通过不断探索和实践，我们有理由相信，在不久的将来，艾滋病将不再是不治之症，患者将能够享有更加健康、美好的生活。

湖南衡阳市衡东县中医院
内二科 王维