

■ 护 理 管 理

延续性护理 提高慢性病患者生活质量

□郭广武

目前,延续性护理服务被诸多专家学者认为是时间上的高质量医疗护理服务。随着社会不断进步,科技的不断发展,医疗保健慢慢形成局部化、专业化和学科化态势,延续性护理核心含义是指随着时间进展,护理者与被护理者之间持续性的、无缝隙的照顾转移。

对慢性病患者实施延续性护理的意义

国内学者认为:如果要使护士在护理实践中更好地实施延续性护理,一个必不可少的措施就是要不断加强护士实施延续性护理意识,从形态意识上强化,同时要加强护士对延续性护理知识的掌握,以及加强护士实施延续性护理的技能。对于出院后对居家护理要求较高的患者来说,延续性护理意义重大,对于再入院率较高的患者亦是如此,虽然大部分患者在住院期间已经基本把健康问题解决了,但是部分患者在出院回到家里仍然有着不同程度的健康问题。因此,他们对出院后的护理需求是迫切的,并且需求率较高。国内外逐渐有了大量有关延续性护理方案的文献和报道,其在慢性病(慢性阻塞性肺疾病、糖尿病等)护理中的应用逐渐增多,称其能够有效提高慢性病患者的生活质量和护理满意度,对再入院率的降低效果明显。据相关研究表明,慢性心力衰竭患者虽然在出院后能进行自我管理,但效果不明显,成效有待观察,并且患者的自我管理会随着时间推移,慢慢淡化,导致自我管理效果不佳,且逐渐下降。因此延续性护理对出院后的患者来说意义重大且有其必要性。

延续性护理的部分措施

虽然大部分患者在住院期间已经解决了大部分健康问题,但出院后生活质量较低下。对此可以有针对性地对患者制定延续性护理举措。

定期家访:家访内容包括近期心理状况、近期用药种类剂量、家庭吸氧的氧流量、疾病发作情况。对患者问题缺陷进行具体的健康教育,如各种口服药治疗原理及副作用、药物使用方法、家庭吸氧注意事项等。对出院1个月内的患者每周进行1次家访,每次10分钟~15分钟,保证有效家访又尽可能不打扰患者正常生活。1个月后再放缓家访频率,每两周1次,持续4次,后改为每个月1次。

电话回访:与家访穿插进行,可于家访后2天~3天进行,主要用于巩固家访内容,并初步罗列下一次家访重点。

医院复诊:详细了解一般情况,对复诊者进行血常规、血凝系列、心电图、心脏超声等检查,并就检查结果给予复诊者相应的健康教育和指导。指导其每4周~8周末医院复诊1次,若在6个月病情稳定,可改为每6个月来医院复诊1次,其间若有病情异常应随时就诊,时间持续1年。

各种不良心理护理:1.恐惧心理护理。各种慢性病急性发作期都有严重的一面,如冠心病心梗发作、气管炎慢阻肺急性发作等,疾病发作时,患者会有恐惧心理,这时就要求护理人员保持镇定,让患者感觉没有太大的问题,用亲切的语言安抚患者的情绪,消除患者的恐惧心理。2.焦虑心理护理。患者在第一次发病后,会时刻担心疾病再次急性发作,因此长期处于焦虑状态,极易引起疾病发作,此时护理人员要安抚病人,同时向患者解释保持良

好情绪状态,对疾病恢复有着至关重要的作用,如果长期处于焦虑状态,反而容易诱导各类疾病再次发病。帮助患者找到一些可以转移注意力的方法,如根据患者的兴趣爱好选择适合患者的娱乐方式,从而转移患者注意力,缓解焦虑情绪。3.绝望心理的护理。部分患者病程长,治疗预后效果不佳,如肺间质纤维化、尿毒症等患者,认为疾病治疗无望,会表现为情绪异常敏感甚至产生绝望心理。对此,护理人员应给予理解和支持,经常陪伴患者,以理解、同情、鼓励的态度对待患者,劝导家属不要在患者面前表现出情绪波动而干扰患者情绪,以减少患者心理负担。以上仅为护理措施举例,随着延续性护理持续发展,一定会有更多更好的护理措施来帮助患者提高生活质量。

(作者供职于登封市人民医院)

■ 小 发 明

泌尿系统腔内仿生碎石机器人

□魏 燕 文/图

目前,泌尿系统上尿路结石碎石操作主要通过输尿管软镜或硬镜完成,或者通过经皮肾镜手术完成,对术者技术要求较高,操作难度大,易出现输尿管医源性损伤,甚至引起出血、休克等严重并发症。本发明通

过仿生学原理,通过远程控制仿生机器人,使机器人以类似蠕虫或者蚯蚓运动方式进入泌尿系统进行镜检,或者携带能量如激光光纤进行碎石操作;手术学习曲线短,大大减少并发症,为泌尿外科常见的结石

病提供一种全新治疗方式。

作品应用价值及意义:

1.仿生机器人进入人体自然腔道,远程控制操作,大大简化手术难度。

2.仿生机器人可以直接进入肾盂、肾盏自由伸缩和转向,

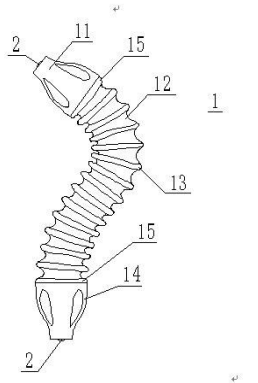
消除手术盲区。

3.减少腔镜手术对泌尿系统造成医源性损伤等并发症的发生概率。

作品材料经费预算:

因牵扯到自动化控制芯片、远程充电、远程控制等研发应用,研发经费较高,预计600万元~800万元,制造成本根据初步核算在5万元左右。

(作者供职于河南省职工医院)



科、皮肤科、中医科等,并且收治的患者多是疑难杂症。在张勇看来,疼痛科医生不是简单地扎针,而是需要专业的理论知识和操作技能,首先针对患者各种疼痛,进行明确诊断,只要是诊断正确,对症治疗,就能够使患者的疼痛得到缓解、消除,甚至是治愈。

张勇说,未来新郑华信民生医院人民路院区疼痛科将继续提升技术水平,进一步落实规范化诊疗、细化科室建设、加强人才培养,引进外来人才为科室发展注入新鲜血液,更好地服务于患者,服务于社会。



张勇:25年潜心提升医术

本报记者 杨 须 通讯员 杨东红

“技术上追求精益求精,服务上追求全心全意。”这句话是新郑华信民生医院(原新郑市人民医院)人民路院区疼痛科主任张勇的从医格言。自1996年踏上医学这条路,25年以来,张勇秉承医者初心,他整天往返于门诊和治疗室之间,满脑子装着患者的事,说话总透露出儒雅与平和,脸上始终带着微笑,让人感觉亲切。

为了让患者不花冤枉钱,尽量少受罪。张勇不断加强学习,提高医疗技术,他曾先后到河南中医药大学第一附属医院、河南省人民医院进修学习,带领科室开展一系列特色技术:侧隐窝神经阻滞疗法治疗腰椎间盘突出症,颈椎旁神经阻滞疗法治疗颈椎病,枕神经+颈2横突神经阻滞疗法治疗偏

头痛,颈源性头痛,椎旁神经阻滞疗法治疗带状疱疹后神经痛,神经阻滞疗法+三阶镇痛药物治疗晚期癌痛,特色注射疗法治疗肩周炎、增生性关节炎,小针刀疗法治疗狭窄性腱鞘炎等。

自2011年疼痛科开科以来,每年有效治疗各种顽固性疼痛患者超过千例。人到中年的王大姐,因忧思忧虑导致其患上顽固性失眠多年,日常头晕头沉,精神恍惚惚惚,一天哪怕是吃上5片安眠药也只能睡2小时左右,失眠的痛苦令她抓狂。她辗转多家医院,但治疗效果并不甚理想,听朋友说新郑华信民生医院人民路院区疼痛科针灸疗法治疗失眠不错,抱着试一试的态度,找到了张勇。

张勇对患者的情况进行详细了解后,知其夜间易醒,醒后难入睡,虚烦不安,心悸怔忡,每晚睡眠2小时左右,神疲健忘,舌苔薄黄,根据以上症状,对症施针,治疗3个疗程后,患者失眠被治愈,王大姐激动地握着张勇的手,连声感谢……

患者李女士,患有腰椎间盘突出突出症,因不够手术指征,想保守治疗。多方寻医,在多家医院和诊所尝试了多种针灸疗法,全身上下留下了大大小小的针眼,但是效果甚微,到了急性发作期吃止痛药也很难压制。张勇根据她的身体情况施针,通过针灸穴位秩边穴、环跳穴、志室穴等,在经历连续治疗3个疗程后,患者疼痛明显减轻,大呼神奇!

张勇说,疼痛被现代医学列

为体温、脉搏、呼吸、血压之后的第五大生命体征。随着人口老龄化和生活电子化,患疼痛病的人越来越多,每个人的一生当中可能都经历过颈肩腰腿疼痛,轻则让人数天或者数周感觉不适,重则影响生活和工作。在外行人看来,疼痛科无非就是治疗关节痛、颈肩腰腿痛等。其实疼痛科的治疗范围很广,有内科、外科、妇科、儿

河南省洛阳正骨医院郑州院区公益惠民活动

为保障青少年身体健康、更好地服务人民群众,体现公立医院公益性,河南省洛阳正骨医院(河南省骨科医院)郑州院区开展以下公益惠民活动:

一、脊柱侧弯筛查

- 1.活动对象:5岁~25岁适龄人群。
- 2.活动时间:即日起至2021年10月31日。
- 3.活动项目:免费进行脊柱侧弯筛查及体格检查;需要拍片检查的,脊柱全长拍片半价;免费培训脊柱侧弯矫形操;脊柱侧弯手术患者可申请基金会救助项目。
- 4.联系人:刘医生
电话:18530085810
王医生
电话:15037917626

二、婴幼儿髋关节脱位(DDH)筛查

- 1.活动对象:0~6个月婴幼儿。
 - 2.活动时间:即日起至2021年12月31日。
 - 3.活动项目:免费彩超查体,给予治疗方案。
 - 4.联系人:陈医生
电话:15890130735
- ### 三、身高筛查及管理项目
- 1.活动对象:3岁~18岁适龄人群。
 - 2.活动时间:即日起至2021年10月31日。
 - 3.活动项目:骨龄评估及超声检测脊柱骨骺项目半价。
 - 4.联系人:苏医生
电话:13073775507
- 地址 郑东新区永平路100号
咨询电话 0371-88820000

河南省洛阳正骨医院(河南省骨科医院)是在具有220余年历史的平乐郭氏正骨基础上发展起来的一所集医疗、教学、科研、产业、文化于一体的三级甲等公立骨科医院,被老百姓亲切地称为“洛阳正骨”“平乐正骨”“白马寺正骨”。2013年经省政府批准挂“河南省骨科医院”。医院在郑州、洛阳设有4个院区,现分为郑州院区、洛阳东花坛院区、洛阳康复院区(河南省康复医院)和河南省洛阳正骨医药科技股份有限公司4个区域。其中,郑州院区位于省会郑州郑东新区,规划用地247亩(1亩=666.67平方米),编制床位1500张,一期开放床位600张,已于2014年11月正式开诊,二期项目预计2021年底投入使用。

郑州院区坚持传承创新“平乐郭氏正骨”的传统特色,在突出“平乐郭氏正骨”精髓的“三原则”(整体辨证、筋骨并重、内外兼治)和“四方法”(治伤手法、固定方法、药物治疗、康复锻炼),强化原有传统优势的同时,积极利用现代科技开展骨科诊疗新技术,在中医、中



西结合治疗各类创伤、复杂骨折及骨病方面,效果显著,主要诊治颈椎病、腰椎间盘突出症、肩周炎、骨关节炎、类风湿关节炎、骨质疏松、股骨头坏死、断肢(断指)再植、脊柱畸形、半月板损伤、先天性骨关节发育不良、足踝部畸形、骨质增生、骨肿瘤、骨髓炎、强直性脊柱炎、全身各部位骨折及韧带损伤等。

广告



中国经济的发展,人们生活水平的提高,带来了食品、药品、保健品行业的飞速发展。现时,多数家庭都会有个小药箱,以治小伤小病。药箱里放了许多家用常备药品,药片、膏药、胶囊、中草药、鱼肝油……你是否不管品种,不管材质,将所有的药品一股脑装进药箱呢?然后,在某一天感冒了,去翻找感冒药,却发现药品已经过期了或者明明药品还在有效期内却没了疗效呢?明明药品没有拆开包装却好像变了质呢?药品按要求放冰箱里却损坏了呢?

今天我们就来聊一聊药品保存的相关问题。

如何认定药品变质

大家都知道家庭药箱需要定期检查有效期,清除过期药品。但是,需要注意的是药品有效期≠保质期。有些人可能会感到迷惑,明明还在有效期内,为什么会变质、不能用了呢?其实药品和食物一样,也有一定保质期,并且很多药品都需要特定的保存条件,因此我们平时居家用的一些药品也要注意保存方法,错误的保存方式会引起或加快药品变质。那么,大家如何初步判定药品变质了呢?不同的剂型有不同的表现。

胶囊剂:软化、碎裂或表面发生粘连现象。

丸剂:变形、变色、发霉或有臭味。

药片:表面出现花斑、发黄、发霉、松散或结晶。

糖衣片:表面已褪色露底,出现花斑或黑色,或者崩裂、粘连或发霉。

颗粒剂:受潮、结块或溶化、变硬、发霉。

粉剂:吸潮后发酵发臭,药膏已出现油水分层或有异臭。

口服溶液剂、糖浆剂:不论颜色深浅,都要求澄清,如果出现絮状物、沉淀物,甚至发霉变色,或产生气体,则表明已经变质。

滴眼剂:除了极少数混悬滴眼剂外,一般都要求澄清,而且不得有一点纤维,也不能有混浊、沉淀、变色等,否则可认定为变质。

注射液:不允许有变色、混浊、沉淀或结晶体出现等现象。

一般药品怎么保存

须知,药品很“矫情”,保存需注意!要如何找到药品的储存条件呢?药品说明书最后一般都印有贮藏项,也有直接印在药盒上的。药典上规定的药品保存条件有以下几种:

常温:指温度为10摄氏度~30摄氏度(如果未特殊说明就是常温保存)。

冷处:指温度为2摄氏度~10摄氏度,也就是家用冰箱的保鲜层即可,切记不是冷冻。

凉暗处:指避光并不超过20摄氏度(注意与阴凉区分)。

阴凉处:指不超过20摄氏度。

遮光:指用不透光的容器包装,例如棕色容器或黑色包装材料包裹的无色透明、半透明容器。

避光:指避免日光直射并不超过20度保存(注意与遮光区分)。

密封:指将容器密封,以防止风化、吸潮、挥发或异物进入。

熔封或严封:指将容器熔封或用适宜的材料严封,以防止空气与水分侵入并防止污染。

常见储存药品错误方法及正确储存方法

不同性质的药品有不同的储存方法,如易潮解、风化、挥发或氧化的药品,应当放在玻璃瓶中,盖紧瓶盖密闭保存,瓶口要封严,不能用纸盒贮存,否则易变质;易受温度影响的药品应当低温保存,放在阴凉处;遇光易变质的药品应当避光保存。日常生活中常见的不恰当药品储存方法有以下几种:

1.光照下的药品。光照会加速药品降解、变质,导致药效降低,甚至产生毒性物质,特别是维生素和抗生素类药品。如鱼肝油(维生素AD)、维生素C、硝酸甘油遇光后药效会降低,因此为避免药品遇光变质,最好原包装、置于暗处保存。

2.常温下的益生菌。益生菌类是人们常用的助消化、治腹泻药品,这类药品一般都需要冷处保存,服用时也需要用凉白开送服,不能使用热水送服。

3.冰箱里的药品。很多人以为温度越低,药品越安全,习惯性将药品放在冰箱里,但实际上并非所有药品都需要低温保存。糖浆剂如果放到温度过低的冰箱里,会降低药品的溶解度,出现所服的药品和标注的药品浓度不符合的情况;外用乳膏剂,一旦温度过低,会导致基质分层,影响药品的均匀性和药效。因此,这些药品放在室温下保存即可。未使用的胰岛素制剂冷藏保存,正在使用的胰岛素制剂应在室温下保存,不必冷藏。

4.招蚂蚁的中药。中药剂型多为膏、丹、丸、散类制剂,在制作过程中,蜂蜜是常用的添加剂之一,因此特别招虫子喜欢。日常家庭储存中药非常容易生虫,最好不要大量囤积,吃完再买、少量多次是最好的办法。

5.遇潮的药品。一些药品在潮湿的空气中,会吸收空气中的水分而潮解,可出现溶化、发霉、发酵、粘连等现象,导致药品变质而不能继续使用,如散剂、颗粒剂、酵母片、维生素B₆、葡萄糖酸钙及一些含糖多的糖衣片、胶囊剂等。因此,应尽量密闭,并置于干燥处保存。

保存药品时,需要注意哪些事项

正确保存药品,除了要严格按照包装上已注明的方法执行外,还应注意下面这几个问题:

- 1.药箱宜放置于清洁、干燥、避光的地方。
- 2.定期检查药箱内药品的有效期,过期失效的药品应及时丢弃,决不可服用。进口药品外包装上的有效期用“EXP”表示,后面紧随的就是药品的有效期。
- 3.保存好药品标签、说明书,标签不清楚要及时更换或不用。
- 4.药品最好分类存放,内服、外用药分开放置,急救药固定位置。
- 5.丢掉药罐子里的棉花。有些药瓶中放有棉花或干燥剂,主要是避免运输过程中的碰撞使药品粉化和阻止水汽进入,但一旦开封,反而会变成吸附水汽的“凶手”。美国国家药典规定,药品一旦开罐,罐内所附的棉花和干燥剂,就必须立刻丢弃,否则它们成为药罐内的一项污染源。
- 6.药品开封后最好尽快服用,不要长期存放。说明书标示的有效期是未开封状态下的期限,一旦开封后,保存期限就会缩短。
- 7.将药品放在儿童不能接触的地方。

必须提醒的是,家庭里如果存有毒性的药品,要特别注意严密保管。一方面不要装在带有其他药品瓶贴的旧瓶中,这样容易被他人误服;另一方面要放在比较安全的地方,以防错用,特别是提防小孩拿到而造成误服中毒。

至此相信大家对于药品的储藏方式有了一定了解,那么希望大家在生活中能够多关注这些小事问题,避免因储藏不当造成的用药问题。

(作者供职于郑州市第一人民医院)

扫码看视频

