

# 重症患者感染防控策略

□王亚楠

在重症医学领域,感染的预防和治疗是临床面临的重大挑战之一。重症患者由于疾病本身或治疗手段(如机械通气、中心静脉置管等)的影响,容易成为细菌和其他病原体的易感宿主。因此,有效预防和控制感染,是提高重症患者生存率的关键环节。本文主要介绍重症患者预防和治疗感染的策略。

首先,预防感染要严格执行感染控制的标准操作程序,包括医务人员的手卫生、使用无菌技术进行操作,以及环境清洁消毒等方面。例如,手卫生作为最简单、有效的预防措施,能够显著降

低交叉感染的风险。医务人员要在接触患者前后、进行无菌操作前后、接触患者周围物品后等关键时刻,彻底清洁双手。

其次,对于使用各类医疗器械的患者来说,严格的无菌操作至关重要。以中心静脉置管为例,在操作过程中,医务人员应保持最大无菌屏障,包括穿戴无菌手套、口罩、帽子及无菌服,使用大范围覆盖身体的无菌巾,从而减少皮肤上的微生物进入血液的机会。

再次,合理使用抗生素也是防止感染的重要措施。滥用抗生素不仅导致耐药菌株的产生,还

可能引起患者二次感染。因此,医生通常会根据患者的具体情况,如感染类型、病原体种类、药物敏感性等因素,制定个体化的抗生素治疗方案。

最后,营养支持同样不可忽视。重症患者往往伴有营养不良的情况。良好的营养状态可以帮助患者增强免疫力,抵御感染。肠内或肠外营养途径,可以为患者提供充足的热量和必需的营养素,对预防感染起着积极的作用。

针对已经发生的感染,除了合理使用抗生素之外,还需要及时移除可能导致患者感染的医疗

器械,比如更换或拔除被污染的导管等;同时,监测患者的临床症状和实验室指标变化,评估治疗效果,及时调整治疗方案。

重症患者感染的预防和治疗就像一场没有硝烟的“战争”,医务人员要像侦探一样寻找潜在的感染风险,并采取一切必要的防御措施来保护患者免受伤害。每一个疏忽都可能成为病原体进攻患者的突破口。因此,这场“战争”需要医务人员保持高度的警觉性和精准的战略部署。

总体来说,重症患者感染的预防和治疗是一项系统工程,它涉及多方面的知识和技能。从医

务人员的日常操作到治疗方案的制定,每一个环节都至关重要。标准化操作、合理使用抗生素、营养支持,以及及时的干预措施,可以降低重症患者感染的风险,提高治愈率,守护患者的生命安全。

“未雨绸缪,方能安居乐业。”在重症医学领域,我们应秉持这样的智慧,提前布局,细致入微,以确保重症患者在抗击疾病的同时,不会因为感染而失去宝贵的生命。预防胜于治疗,让我们共同努力,为重症患者营造一个安全、健康的治疗环境。

(作者供职于山东省菏泽市曹县人民医院重症医学科)

# 检验科如何应对突发公共卫生事件

□王光红

在突发公共卫生事件面前,检验科就像医学界的“侦察兵”,肩负着快速、准确检测和诊断传染病等疾病的重任。本文主要介绍检验科如何应对突发公共卫生事件。

面对疫情,检验科工作人员必须迅速进入战备状态。首要任务是确保实验室安全,包括充足的个人防护装备、严格控制实验室环境,以及规范处理废弃物。紧接着,检验科需要建立应急响应机制,包括人员调配、物资储备和应急培训等。

在检测和诊断传染病方面,检验科的“武器库”中有各式各样的高科技设备。PCR(聚合酶链式反应)技术便是其中的“利器”之一,它能在短时间内扩增病原体的遗传物质,使原本难以察觉的病毒变得显而易见。此外,高通量测序技术能够迅速识别病原体的基因序列,为制定有针对性的治疗策略提供了强有力的数据支持。

然而,技术再先进,也离不开工作人员精准的操作和敏锐的判断。检验科的工作人员就像经验丰富的“猎人”,他们通过样本采集、培养分离、生化鉴定等流程,一步步追踪病原体的“踪迹”。在这个过程中,每一份样本都可能是一个“谜题”,而解答这些“谜题”,需要工作人员具有深厚的专业基础和丰富的实践经验。

为了提高检测效率,检验科还会采用批量处理和自动化技术。这就像流水线上的机器人,精确地进行样本分析,大大缩短了检测周期。同时,信息化管理系统的运用,确保了数据的实时更新和共享,使决策更加科学和高效。

在这场与病毒的较量中,检验科还需要与其他科室紧密合作。流行病学的调查结果为检验科提供了检测的方向,临床医生的症状描述为检测结果的解读提供了依据。这种跨学科的合作,就像一场精心编排的“交响乐”,每个部分都发挥着不可或缺的作用。

在疫情防控的关键时刻,检验科还承担着监测病毒变异的任务。检验科工作人员必须不断调整策略,更新检测方法,以确保能够及时发现病毒变异。

检验科的工作不仅是一项技术活,还是一场智力竞赛。它要求工作人员具备敏锐的观察力、严谨的逻辑推理能力,以及快速的应变能力。在这场看不见硝烟的“战斗”中,检验科工作人员用他们的智慧和勇气,守护着人类健康的防线。

总之,检验科在突发公共卫生事件中的应对策略是一个系统工程,它涉及实验室安全、技术应用,以及跨学科合作等方面。技术不断创新和团队紧密协作,能够让检验科发挥不可替代的作用。未来,随着科技的进步和经验的积累,检验科将更加坚定地站在抵御疾病侵袭的最前沿。

(作者供职于山东省东营市利津县陈庄中心卫生院)

# 支气管镜治疗有哪些优点

□王玮

气管狭窄是一种影响呼吸道功能的疾病,可能会给患者带来严重的健康问题。气管狭窄可以是先天性的,也可以是后天性的,常见的原因包括炎症、肿瘤、创伤等。气管狭窄的主要症状包括呼吸困难、咳嗽、喉咙痛等,严重情况下甚至可能危及患者的生命安全。本文主要介绍气管狭窄的主要症状、治疗方法,以及支气管镜治疗的好处。

## 气管狭窄的主要症状

**呼吸困难** 气管狭窄导致空气无法顺畅地通过气道,患者会感到呼吸困难。

**咳嗽** 咳嗽是气管狭窄的另一个常见症状,患者通常伴随有刺激性喉咙痛。

**喉咙痛** 狭窄部位炎症或创伤,可能导致患者喉咙痛,甚至声音嘶哑。

**呼吸音异常** 在检查时,医生可能会听到患者异常的呼吸音,如喘息声或哮鸣音。

**气促** 气管狭窄可能导致气促感,使患者需要更多的氧气来满足身体的需求。

**发绀** 在严重情况下,气管狭窄可能导致患者出现发绀,因为氧气供应不足。

## 气管狭窄的治疗方法

**药物治疗** 对于炎症引起的轻度气管狭窄,药物治疗是有效的选择。抗炎药和免疫抑制剂可以帮助患者减轻炎症,缓解症状。

**扩张治疗** 支气管扩张术是一种常用的治疗方法,通过扩张狭窄的气道,改善患者的呼吸功能。扩张可以通过气管扩张器或支气管镜来实现。

**外科手术** 对于严重的气管狭窄,可能需要外科手术进行治疗。外科手术包括切除狭窄部分、重建气道。

**支气管镜治疗** 支气管镜治疗是一种先进的治疗方法,是运用支气管镜在气道内部进行治疗。

## 支气管镜治疗有哪些优点

**非创伤性** 支气管镜治疗是一种非创伤性的治疗方法,患者不需要进行外科手术。这不仅减少了患者的康复时间,还降低了并发症的风险。

**准确定位** 支气管镜可以直接观察气道内部情况,使医生可以准确地定位狭窄的部位和原因。这有助于制定精确的治疗方案。

**即时治疗** 支气管镜不仅可以用于诊断,还可以用于即时治疗。医生可以在检查中扩张狭窄的气道,改善患者的呼吸功能。

**低风险** 与传统外科手术相比,支气管镜治疗的风险较低,患者不需要进行全身麻醉。

**可重复性** 患者可以根据实际情况,多次进行支气管镜治疗,以确保气道保持通畅。这对于需要长期治疗的患者特别有益。

**减少并发症** 由于支气管镜治疗具有非创伤性等特点,所以患者的并发症较少。

**术后监测** 进行支气管镜治疗后,医生可以定期进行随访和监测,确保气道的状况良好,并采取必要的措施,以预防复发。

气管狭窄严重影响患者的生活质量。支气管镜治疗作为一种非创伤性、准确、即时和低风险的治疗方法,为气管狭窄患者带来了新的希望。通过支气管镜治疗,医生可以精确定位和治疗气管狭窄,改善患者的呼吸功能,降低并发症的风险,提高生活质量。

(作者供职于河南中医药大学第一附属医院呼吸内镜诊疗中心)

# 间质性肺疾病护理知识

□莫惠彬

间质性肺疾病包括多种疾病,如肺纤维化、肺泡蛋白沉积症和非特异性间质性肺炎等。间质性肺疾病的发病机制复杂,临床表现和治疗方法也各不相同。本文主要介绍间质性肺疾病的定义、病因、临床表现和护理知识。

## 定义和病因

间质性肺疾病是一种以肺间质的炎症和纤维化为特征的疾病。肺间质是指肺泡和肺泡周围的结缔组织,其主要功能是支持和维持肺脏的结构完整性。间质性肺疾病的发病机制复杂,包括遗传因素、环境暴露、自身免疫功能和感染等多种因素的综合作用。

## 临床表现

间质性肺疾病的临床表现虽然因疾病类型和个体差异而异,但一般包括以下症状:

**呼吸困难** 呼吸困难是间质性肺疾病常见的症状之一,由于肺泡和肺间质受损,导致患者呼吸功能下降。

**干咳** 患者常常出现顽固性干咳,并且持续时间较长,往往无痰。

**疲劳和乏力** 由于呼吸困难和氧

合不足,患者常感到疲劳和乏力,影响日常生活。

**体重下降** 患者可能出现不明原因的体重下降,这是呼吸困难和代谢率增加导致的。

**疼痛和不适** 部分患者可能出现胸痛、关节痛或肌肉痛等不适症状。

## 护理知识

对于间质性肺病患者,护理是非常重要的。以下是一些护理知识,有助于提高患者的生活质量。

**遵医嘱服药** 患者应遵照医嘱规范用药,定期复查,及时调整治疗方案。

**合理饮食** 患者应坚持合理饮食,增加富含蛋白质食物的摄入量,如鱼类、瘦肉、豆制品和奶制品等。

**戒烟** 吸烟对间质性肺疾病的发展具有负面影响。患者应尽快戒烟,同时避免二手烟暴露。

**适度运动** 适度的体育锻炼,可以帮助患者改善肺功能,增强抵抗力。患者可以选择适合自己的有氧运动方式,如散步、游泳或骑自行车等。

**氧气疗法** 部分间质性肺病患者

者可能需要氧气疗法来改善氧合状态。患者应遵照医生的建议,正确使用氧气设备,并定期检查氧气瓶的剩余量,以确保足够的氧气供应。

**避免接触有害物质** 患者应尽量避免接触有害物质和环境污染,如粉尘、化学物质和污染的空气等。在日常生活中,患者应采取有效的防护措施,如佩戴口罩和使用空气净化器等。

**密切关注病情变化** 患者应定期复查,密切关注病情的变化;如果出现呼吸困难加重、咳嗽加剧、体重明显下降等症状,应及时到医院就诊。

总体来说,间质性肺疾病是一组以肺间质的炎症和纤维化为特征的疾病,其发病机制复杂,临床表现和治疗方法各不相同。对于间质性肺病患者来说,正确护理是非常重要的,包括遵照医嘱服药、合理饮食、戒烟、适度运动、氧气疗法、避免接触有害物质,以及密切关注病情变化等。正确的护理措施,可以提高患者的生活质量,减轻疾病的影响。

(作者供职于广东省中医院珠海医院呼吸与危重症医学科)

# 什么是飞蚊症

□宋展

眼前有黑影飘动,黑影呈烟雾状、点状、片状、带状形态且常常变化,似蚊虫飞舞,故名飞蚊症。

飞蚊症其实是飘动的玻璃体混浊投射在视网膜上的阴影。玻璃体为无色透明胶状物,随着年龄的增长,玻璃体成分改变,导致玻璃体液化和坍塌,最终形成玻璃体混浊,这种混浊叫生理性混浊。

**病理性混浊**,也叫病理性飞蚊症。病理性飞蚊症为眼科常见疾病,患者常因眼前突然出现丝状、点状、条索状或片状黑影飘动而就诊,部分患者可合并某方位视野缺损。除玻璃体液化混浊、玻璃体后脱离能引起病理性飞蚊症外,许多脉络膜视网膜血管性、炎症性疾病(如视网膜静脉周围炎等)也能引起该病。

飞蚊症对视力影响比较大,患者可能出现间歇性视物模糊,干扰阅读、驾驶及工作。患者只有尽早诊断、明确病因、及时治疗,才能避免飞蚊症对身体造成伤害。

## 如何应对

**第一步**:确定视力是否改变,飞蚊感是否突然大量增多,是否还伴随闪光感。当以上答案为否定时,基本上可以确定为玻璃体生理性混浊,通常以观察为主;当以上答案有一项为肯定时,患者应及时到医院就诊。

**第二步**:医生给予患者散瞳后行眼底检查、全视网膜检查,查看有无视网膜脱离、裂孔、脉络膜血管性病变、炎症等。当玻璃体混浊不能清晰地看见视网膜时,患者可以进行眼部B超检查,以确定有无视网膜脉络膜病变。

**第三步**:当看到病变,但不能确诊时,应进行进一步检查,如血液检查等。

**第四步**:明确诊断后,进行精准治疗。

## 怎样治疗

玻璃体切割术能有效改善患者视力。目前,微创玻璃体切割术是在较小的切口下完成,患者的伤口不需要缝合,有效降低了术后并发症的风险,是治疗病理性飞蚊症的主要方法。

玻璃体激光消融术是通过激光汽化作用,将玻璃体混浊灶炸碎成粉末,是治疗生理性飞蚊症的另一治疗方法。这种治疗方式成功率较低,并存在损伤黄斑及晶状体后囊的风险。

视网膜激光光凝术是通过发射激光,精确地灼烧视网膜上的组织,以达到治疗视网膜疾病的目的。该方法主要针对视网膜裂孔及视网膜血管性病变。

视网膜脉络膜炎症性病变引起的飞蚊感,可以适当使用激素来解决。由于大部分飞蚊症不影响视力,所以不能引起人们足够的重视,导致病理性飞蚊症患者错失最佳治疗时机,造成无法挽回的后果。

(作者供职于山东省菏泽市立医院眼科)

# 养肾护肾的方法

□许真

寒冷的天气不仅让人感到不适,还可能对我们的身体健康带来一定的影响。肾脏作为人体重要的排泄和调节器官,尤其需要我们的关注和保护。本文主要介绍养肾护肾的方法。

**室内保持适当的温度** 冬季气温低,为了保护肾脏,应尽量保持室内温暖,避免受凉。冷空气可引起血管收缩,影响肾脏的血液循环,增加肾脏的负担。因此,合理使用取暖设备,穿着保暖衣物,尤其是在睡觉时盖好被子,是保护肾脏的重要措施。

**摄入充足的水分** 虽然冬季出汗较少,但是要摄入充足的水分。摄入充足的水分有助于肾脏排泄体内代谢的废物和毒素,维持尿液的正常流动。一个人每天要喝约2000毫升的水;同时,应减少酒精和含咖啡因饮料的摄入量,因为它们会增加肾脏的负担。

**合理饮食** 高脂肪、高糖食物会给肾脏带来负担。因此,我们应选择富含蛋白质、维生素和矿物质的食物,如新鲜的蔬菜和水果,以及瘦肉、鱼类、豆类等。此外,减少盐分的摄入量也非常重要。摄入过多的盐会增加肾脏的负担,增加高血压的风险。

**适度运动** 即使在寒冷的冬天,也应坚持适度运动。运动可以促进人体血液循环,增强抵抗力,对肾脏健康起着积极作用。我们可以选择温和的运动方式,如散步、慢跑、瑜伽、太极拳等。

**保证充足的睡眠** 良好的睡眠有助于身体的恢复,包括肾脏细胞的再生。成年人每天应保证7小时~8小

时的睡眠时间;睡前避免过度兴奋,不要玩手机或看电视,创造一个安静、舒适的睡眠环境。

**定期体检** 有慢性肾病或其他相关疾病家族史者,应定期到医院进行肾功能检查。血液检测和尿液检测,可以帮助患者及时了解肾脏的健康状况,早期发现问题并采取相应措施。

**避免滥用药物** 某些药物(如非甾体抗炎药和部分抗生素)可能损害肾脏功能。在没有医生指导下,患者不能随意服用药物,尤其是长期或大量使用止痛药。

**控制血糖和血压** 糖尿病和高血压病是肾脏疾病的主要原因之一。因此,糖尿病、高血压病患者应严格控制血糖和血压至关重要。糖尿病、高血压病患者应定期监测血糖和血压,并遵循医生的建议,调整饮食和生活习惯。

**戒烟** 吸烟不仅对肺部有害,还会增加肾脏疾病的发病风险。烟草中的有害物质会损伤血管壁,影响肾脏的血液供应功能。因此,戒烟有助于改善人体血液循环,减轻肾脏的负担。

**避免压力过大** 长期压力过大可能影响肾脏健康。我们应找到适合自己的放松方式,如冥想、深呼吸或听音乐等。

总之,养肾护肾涉及生活的方方面面。养成良好的生活习惯,可以帮助我们有效保护肾脏。健康的肾脏是身体健康的基石,值得我们投入时间和精力去维护。

(作者供职于山东省东营市广饶县乐安街道社区卫生服务中心)

# CT检查和MRI检查的适用范围

□张磊

随着医疗技术的进步,CT(计算机断层成像)检查和MRI(磁共振成像)检查已经成为我们诊断疾病的重要手段。然而,这两种检查方式各有特点,如何选择成为患者和医生共同关注的问题。本文主要介绍CT检查和MRI检查的原理、优点、缺点,以及适用范围。

## CT检查

**原理**:CT检查是一种X线检查技术,通过多个角度的X线扫描,计算机将数据重建为三维图像。CT检查具有较高的空间分辨率,能够清晰地显示人体解剖结构的

细节。此外,CT检查对骨骼、肺部、腹部等部位的成像效果较好,常用于骨折、肿瘤、炎症等疾病的诊断。

**优点**:1.空间分辨率高,能够清晰地显示解剖结构。2.扫描速度快,短时间内就能完成检查。3.对于骨折、肿瘤、炎症等疾病的诊断价值较高。

**缺点**:1.X线辐射剂量相对较大,对身体有一定影响。2.软组织分辨率有限。

**适用范围**:1.骨折、肿瘤、炎症等疾病的初步诊断。2.胸部、腹

部、骨骼等部位的成像。

## MRI检查

**原理**:MRI检查是利用磁场和射频脉冲,使人体内的氢原子核发生共振,再通过计算机处理形成图像。MRI检查具有无辐射、高软组织分辨率等特点,能够清晰地显示大脑、脊髓、肌肉、关节等软组织结构。此外,MRI检查对于脑部、脊柱、关节等部位疾病的诊断具有重要价值。

**优点**:1.无辐射,对身体无影响。2.高软组织分辨率,能够清晰地显示大脑、脊髓、肌肉等结构。

**适用范围**:1.对于脑部、脊柱、关节等疾病的

诊断价值较高。

**缺点**:1.检查时间较长,需要患者保持静止。2.对于金属植入物敏感,某些情况下需要避免使用。3.检查费用相对较高。

**适用范围**:1.脑部、脊柱、关节等部位疾病的诊断。2.软组织肿瘤、炎症等疾病的诊断。3.某些外科手术前的术前评估。

## 如何选择

了解CT检查和MRI检查的特点后,我们就可以根据实际情况,选择适合自己的检查方式。一般来说,CT检查更适合骨折、肿瘤、炎症等疾病的初步诊断,

尤其是对于胸部、腹部、骨骼等部位的成像。MRI检查则更适用于脑部、脊柱、关节等软组织的精细成像,对于脑部肿瘤、脊髓病变、肌肉炎症等的诊断具有重要价值。

此外,对于孕妇和儿童等特殊人群,应优先选择MRI检查,以免受到X线辐射的影响。对于体内有金属植入物的患者,如心脏起搏器、金属关节等,应避免进行MRI检查,以免造成不良影响。

CT检查和MRI检查是两种不同的影像学检查方式,具有不同的特点和适用范围。在选择检查方式时,医生应根据患者的实际情况综合考虑,如疾病类型、部位、患者身体状况等因素。正确选择CT检查或MRI检查,有助于提高诊断的准确性和可靠性,为患者的健康保驾护航。

(作者供职于山东省烟台市烟台山医院影像科)