



# 患者怎样配合医生做好血液透析

近年来随着我国人民生活水平的不断提高,尿毒症及血液透析患者逐年上升,绝大多数患者在接受血液透析治疗时因缺乏专业的知识,易产生焦虑、恐惧、悲观的心理。市六院血液净化科主任胡掌朝讲解患者应如何做好血液透析的配合工作。

1.造瘘侧肢体应避免抽血、静脉注射及测量血压,平时避免提拉过重物品,勿穿过紧的衣服。2.平时常以手触摸或者用听诊器检查瘘管是否通畅,有无明显的震颤感,如果内瘘搏动弱,要在血透次日多做握拳运动,若发现静止无音,应立即就医处理。3.血液透析前、血透结束24小时后,用热毛巾清洗,湿敷内瘘和静脉穿刺处

每天2~3次。4.血液透析当天针口切勿弄湿,应保持干燥,避免感染,养成良好的卫生习惯。5.自我观察有无内出血的情况,大小便的颜色,皮肤有无瘀斑,出血点等,若针孔出血时,应立即以纱布或者棉球按压出血点止血,若出血不止应立即到医院就诊处理。6.中心静脉留置导管是血透专用,一般不宜抽血、输液等。7.颈部静脉留置导管者头部不宜剧烈转动,以防止导管滑脱。颈内静脉或锁骨下静脉置管者应尽量穿开襟上衣,动作幅度不要太大,不要过猛,以免脱衣服时将留置管拔出。8.如有股静脉临时导管,应多卧床休息,以防导管断裂和脱落。9.接受长期透析治疗的患者应注意饮食

方面的控制,避免进食含水量过高以及含磷、钾、钠等过高的食物,多食优质蛋白,注意体重的控制,同时要保证充足的休息。10.要按时接受透析,不可随意终止,以免加重病情。

近日,市六院血液透析中心举办了“关爱肾友,快乐透析”活动,邀请省内专家为患者答疑解惑。

市六院血液净化科开展血液透析、血液灌流、血液透析滤过等血液净化治疗技术,特别针对多脏器功能衰竭、药物中毒、心肾综合征、高钾血症、脓毒血症等急危重症患者的救治,开展连续性床旁血液滤过等相关治疗,为急危重症患者的救治提供了强有力的保障。

王丹

## 简介



胡掌朝,市六院消化内科主任、血液净化科主任,副主任医师,本科学历;从事内科临床工作二十余年;熟练掌握内科各系统常见病、多发疾病的诊断及治疗、开展无痛胃镜和普通胃镜检查;擅长各种消化系统疾病、肾病及血液病的诊治。科室电话:0395-5962507  
胡掌朝电话:13503951727

百姓看得起病的城市二级医院  
漯河市第六人民医院  
相约六院  
健康常伴  
地址:漯河市八一路东段83号  
急诊科:5962087 病人服务中心:5966002

## 疼痛越早治疗效果越好

很多人认为疼痛只是一种症状,不是一种疾病,这种观点是不正确的。疼痛具有保护性和防御性功能,能警告机体正在遭受某种伤害,提醒机体摆脱伤害。

疼痛如此普遍存在,以至于人们有时对它不以为然,痛就忍着点,别那么娇气。然而,“忍痛”危害极大,不仅使患者遭受痛苦,而且会造成心理上的影响,更重要的是可对人体各个系统和器官功能造成明显的不良影响,带来各种并发症。例如:疼痛导致焦虑、恐惧、抑郁、失眠、产生无助感,使患者生活质量下降,阻碍社交活动。疼痛导

致患者血压升高、心动过速和心律失常,冠心病患者疼痛还可能会导致心肌缺血,甚至心肌梗死,胸腹部疼痛引起的肌张力增加,可造成患者通气功能下降。疼痛可导致淋巴细胞减少,白细胞增多和网状内皮系统处于抑制状态等免疫系统的改变,使患者的抵抗力降低。疼痛导致高血糖、蛋白质和脂质分解代谢增强,可使糖尿病患者的病情加重。慢性疼痛可使患者丧失工作能力和生活能力,持续的疼痛还会缩短寿命。

由此可见,疼痛不仅给病人造成伤害,急性疼痛如果不及时

治疗可以转变成慢性疼痛,形成一种“记忆痛”。科学实验证实,当疼痛一产生就开始治疗,急性疼痛会得到控制,避免转化为慢性疼痛,疼痛也不会维持太久。因此,当疼痛产生的时候,越早治疗效果越好。

慢性疼痛的治疗目标是解除或缓解疼痛,提高生活质量和社会适应能力,避免和减少不必要的镇痛药,防止或减少疼痛复发。医生会通过安全有效的方法综合治疗疼痛,常用治疗方法有药物治疗、神经阻滞或注射治疗、微创治疗、物理治疗、康复治疗和心理治疗等。

据健康网

## 听信土鳖虫泡酒治风湿 引发中毒

张先生患有风湿病,听说用土鳖虫泡酒治风湿非常有效,于是照方泡制,并在泡好当天服用了近100毫升。服用后1个小时,张先生出现了头晕、胸闷、心慌、四肢麻木等不适,很快还出现了呼吸急促、烦躁不安、神志恍惚等状况,家人赶紧将其送往医院。

医生介绍,药酒主要是以酒为引、以中药治病保健,张先生所用的土鳖虫是一种为鳖蠊科昆虫地鳖或冀地鳖的雌虫干燥体。捕捉后,置沸水中烫

死,晒干或烘干。具有破血逐瘀,续筋接骨之功效。用于跌打损伤,筋伤骨折,血瘀经闭,产后瘀阻腹痛,癥瘕痞块。药酒的泡制过程中对酒和中药都有很高的要求,特别是中药,有严格的配伍禁忌,用药、用量、用法因人而异,各种成分一旦搭配出现问题或者储存不当,极易产生毒性,服用后会出现不良反应,甚至危及生命。另外,有些中药本身就有很强的毒性,需要长时间煎煮后才能使其毒性成分分

解,简单用酒泡制并不能降低毒性,饮用后容易出现各种中毒症状。

作为普通市民,由于没有中药认知和组方常识,也不具备毒性检验和风险排除的条件,因此不建议自制或盲目饮用药酒。如需泡制或饮用药酒,需在专业中医医师指导下进行,特别是患有癌症、心脏病、肝肾功能不全、高血压、冠心病、糖尿病、癫痫等疾病的人群,服用药酒更须谨慎。

据健康网



### 健康问答

## 打耳洞后长出小米粒该咋办

近日,一名年轻的女性患者因3年前打耳洞后出现米粒大小肿物,逐渐增大,耳部肿块竟然已经增大到鹌鹑蛋大小的坨。

医生介绍,刚刚打完的耳洞,医学上可称为“贯通伤”,需要精

心护理,预防感染。月经期、哺乳期、孕期的女性应禁止穿耳洞,穿耳洞容易导致出血和感染。疤痕体质的人穿耳洞容易引起纤维组织增生,形成疤痕疙瘩,影响美观。

据健康网

## 跷“二郎腿”致腿麻 是中风吗

32岁的小孟喜欢跷二郎腿,经常一靠就是2~3个小时,常用的姿势也是右腿架在左腿外侧麻木;还有长时间使用鼠标会导致“鼠标手”等,这些都是长期不良姿势或者生活习惯导致的神经损伤。

医生表示,其实不只是跷二郎腿这种动作会损伤神经,像经常伏

案午睡有可能损伤尺神经;手腕上戴镯子、木珠或手表腕带太紧,可能压迫尺神经造成手掌外侧麻木;还有长时间使用鼠标会导致“鼠标手”等,这些都是长期不良姿势或者生活习惯导致的神经损伤。

对于神经损伤的治疗,医生建议大家,不要老是处在一个姿势,经常动一动,出现症状后可适当服用促进神经修复的药物。

据健康网

## 糖尿病患者尿蛋白高如何治疗

糖尿病患者常常会

发生糖尿病肾病,这也不是绝对,有些糖尿病患者会伴发其他原因的肾脏损害,如感染性疾病、肿瘤性疾病、自身免疫性疾病等。

医生建议,患者应尽早到正规医院的肾内科就诊,配合医生进行病史采集、体格检查,

并完善血液和尿液的相关检查,尽量查明原因,然后制定合理的治疗方案。另外,糖尿病患者血糖控制好是治疗的首要目标,也是对肾脏的保护。医生可为患者制订合理的饮食方案,以辅助肾脏病的治疗。

据健康网