

## 你要知道的人流后果那些事

王 蓉

四川省南充市嘉陵区妇幼保健院 四川南充 637000

[中图分类号] R169.42 [文献标识码] A [文章编号] 2095-7165 (2019) 07-100-01

正常情况下,怀孕对于具有生育需求的女性而言,是一件十分值得高兴的事情。但对于没有生育需求而意外怀孕的女性而言,则会造成极大的困扰和烦恼。解决这个问题的唯一方式就是终止妊娠,实施人工流产。尽管人工流产可以彻底有效地解决意外妊娠带来的一系列问题,但干预方式始终会对女性造成或多或少的伤害。如何将伤害降至最低,或者如何避免再次受到不必要的伤害,是一个值得女性朋友高度重视的重要问题。

在接受人工流产手术前,必须要进行严密正规的术前检查。

流产属于在不得已条件下所采取的避孕补救措施。实施流产处置,终归是一种创伤性手术方式。在实施人工流产手术干预前,必须做好充分的准备,避免由于手术操作为孕妇带来更大的麻烦。在妊娠后,孕妇的抵抗力明显变弱,患病几率明显上升,因此,在接受人工流产术前,必须几首体检以及全面的妇科检查。针对存在生殖系统感染的患者,首先要采取有效方式控制炎症。针对存在生殖器官急性炎症以及慢性炎症急性发作期者,诸如外阴炎、阴道炎、宫颈炎、子宫内膜炎以及盆腔炎等,在实施人工流产术前必须接受抗生素药物系统而足量的治疗,在炎症完全得到有效控制之后再实施手术干预。是手术前三天,要严禁性生活。术前一日沐浴,更换内衣内裤。

在完成手术操作后,更有很多细节值得注意。

一是要注意保持外阴清洁。术后两周属于受术者全身相关系统复原的时间。在完成流产处理后,由于机体内环境发生改变,容易感染,同时寄生在身体其他部位的细菌以及感染灶的病原体,将有可能经血液循环播散或者接触传播至生殖道进而导致感染。因此,在接受手术过后,要严格按照医嘱使用抗生素,并要注意

休息。一个月内必须禁止性生活;拒绝盆浴,勤换卫生纸垫,保持清洁。

二是要认真观察术后出血情况。如果术后阴道流血超过一周,甚至还并发有下腹痛、发热以及白带混浊有臭味等相关异常表现,则需要及时到医院复查并积极实施对症治疗。

三是要坚持做好避孕。在完成手术干预后,卵巢和子宫功能逐渐恢复,卵巢将实现按期排卵。如果没有做好避孕措施,则很可能又会怀孕,进而造成困扰。所以,术后必须及早选择可靠的避孕措施。要知道,人流手术仅仅只可以作为避孕失败后不得已条件下而采取的补救手术。这种方式,绝对不应该被作为避孕的方式。

四是要注意休息,增加营养。流产将对女性健康造成极大的影响,由于流产对身体本身就存在一定的损伤,不仅导致一定的血量丢失,同时还为女性带来心理上的压力和肉体上的痛苦,进而导致流产后的身体虚弱,部分女性甚至产生贫血表现。所以,要根据实际情况,予以适当的补养。在饮食的选择上,要注意对食物的数量、质量以及相互搭配上进行合理安排,以有效满足机体对蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素、无机盐、水和纤维素的需要。蛋白质是属于抗体的重要组成成分,术后 15 天之内,蛋白质每千克体重应给 1.5-2 克,每日量约 100-150 克。可多吃些鸡肉、猪瘦肉、蛋类,奶类和豆类、豆类制品等。由于术后身体较虚弱,易出汗。因此需要补充水分,应少量多次,减少水分蒸发量;并多吃新鲜蔬菜、水果,以有效防止便秘。此外,需要在正常饮食的基础上,适当限制脂肪。术后一周内脂肪控制在每日 80 克左右。要忌食辣椒、酒、醋、胡椒、姜等刺激性食物,并忌食螃蟹、田螺、河蚌等寒性食物。

## 浅析推拿正骨法治疗骨折后功能障碍

冯玉松

自贡市贡井区中医医院 四川自贡 643020

[中图分类号] R274.9 [文献标识码] A [文章编号] 2095-7165 (2019) 07-100-02

骨折主要是指由外力引起的骨的断折。骨折引起疼痛、压痛,甚至断折部位不能使用。患部畸形、肿胀并变色以及活动异常,对此,必须防止在愈合过程中承重,断骨间活动和产生油质状新组织以致使碎骨难以结合在一起,主要并发症有骨折不愈合、愈合错位或者愈合良好却丧失功能。关节处骨折是一种非常严重的损伤,往往需要手术治疗。对于骨折,可以使用推拿正骨法治疗进行医治,所谓的“推拿”是中医正骨法之一,又称为“按摩”,即用手或者上肢在人体一定部位进行推、拿、按、摩、滚、揉、摇、扳、拍击等以防治疾病的一种方法,具有调和气血、疏通经络、促进

新陈代谢、提高抗病能力、改善局部血液循环和营养状态等作用。正骨则是对骨折位置进行校正,以此实现准确的复位,同时,消除骨折部位的肿胀问题,对瘀血进行驱散,解除粘连,促进人体循环(营养物质、呼吸气体和代谢产物在整个生物体内转运的过程。人类的血液在一个封闭的心血管系统中循环。心脏将富氧血高压泵向动脉,动脉不断分支,最后形成毛细血管网,分布在全身各种器官、组织中。各种营养物质和代谢产物之间的物质交换就是在毛细血管完成的。完成了物质交换的脱氧血从毛细血管汇入小静脉,然后,再经过大静脉返回心脏。左、右心室分别把血液送

入肺循环和体循环。在肺循环中,血液从心脏进入肺,它带走氧气,释出二氧化碳;在体循环中血液被从心脏带到身体其他部位,携带氧气、营养物质、代谢产物和废物等)。不可忽视的是,在用推拿正骨法治疗法医治骨骼的过程中时常会遇到功能障碍问题,从微观视角来看,出现这一问题的原因有以下五种:

1、骨折没有整复,或者因为整复效果不佳,所以遗留下骨骼错位、短缩和成角等畸形愈合问题,严重影响肢体功能与患者身体健康。

2、附着断骨的肌肉与韧带,导致骨折后失去了原来的张力,进而产生挛缩,出现疤痕与骨质钙化以及骨质疏松问题,给肢体功能带来多种负面影响。

3、如果是闭合性骨折,周围的软组织内就会有大量的出血与渗出问题。某些患者需要用手术进行整复,而在手术中,难免会诱发大量出血与渗出问题。而出血与渗出物会导致纤维素沉着,诱发血肿机化,进而导致骨折部位与附近关节发生粘连与强直,进而严重影响肢体的活动功能。如果是开放性骨折,功能障碍就更为严重。

4、因为骨折部位在医治过程中处于长时间固定状态,所以被固定的肢体内血液循环并不顺畅,进而导致纤维素沉着。与此同时,骨折部位在长期固定之后,会使关节滑膜产生粘连,身体肌肉出现萎缩与挛缩,最终导致身体活动功能出现严重障碍。

5、如果骨折症状并发有神经与血管损伤,必然会诱发肢体功能障碍。

对于推拿正骨法治疗骨折后功能障碍,应全面分析滋生障碍的原因,全面优化推拿正骨法治疗骨折应用方案。目前,推拿正骨法治疗骨折的方案分为以下四种:

第一,在骨折后正确运用手法进行整复,对于用小夹板固定的患者,在打开固定板换药时,就可以对骨折部位与整个伤肢进行推拿。需要注意的是,在推拿过程中,应精确分析骨折的原因,将推拿作为防治功能障碍的重要方法,并科学判断是否有利于实现骨折对位,做好整复工作。对于部位骨折状况,适宜采用牵引进行治疗,完成牵引后,可以对骨折部位与伤肢进行推拿。如果无须整复或者不用进行固定的骨折病症,就可以对骨折部位与伤肢实施推拿。在完成手术整复后或者在开放性骨折处理中,需要对手术创口周围与整个伤肢进行推拿。少数患者依然需要使用石膏予以固定,这样只能在固定以外的肢体部位进行推拿。

第二,在应用推拿正骨法治疗骨折的同时运用环形钢丝张力附带单独内进行固定治疗,有医学研究者指明,采用经皮闭合复位 Pylford 对闭合性骨折进行治疗,效果最佳,而且,有助于让患者进行早期行走练习,促进人体循环,驱散周边瘀血,尽快恢复关节的功能。

第三,在应用推拿正骨法治疗骨折的同时适当运用 A0 张力附带内固定进行治疗,这种治疗方法将中西医相结合,恢复效果较好,必要时刻,要对骨折进行有效固定,避免骨折块发生旋转转移问题。

第四,做好骨折愈合后的推拿工作。对于骨折部位和整个伤肢,应采用适当的揉、捏进行医治。同时,可以使用单手或者双手,从远心端到近心端进行推拿,对于上肢可以使用搓法,在下肢运用拿法。必要时刻,适合采用轻振、掌振与轻拍法进行医治,进而使推拿作用能够深达肌肉。此外,对于伤肢的所有关节,适宜采用伸、抖、摇、屈等被动运动手法进行医治。在推拿过程中,医护人员必须集中注意力,认真观察患者伤肢关节的活动可能性,推拿用力不能过猛。

## “老健忘”不一定是痴呆

裴进春

彭州市第四人民医院 四川成都 611933

[中图分类号] R161 [文献标识码] A [文章编号] 2095-7165 (2019) 07-101-02

随着我国老龄化的不断加深,老年疾病的发病率也越来越高,尤其是高血压、心脏病、糖尿病等疾病,严重的危害到老年人的身体健康。除此之外,老年痴呆也成为了影响老年人正常生活的又一大病症。很多老年人在日常生活中会表现出“忘性大”“老健忘”等情况,记忆力下降的确是老年痴呆的早期症状,但是“老健忘”不一定是痴呆,还有可能是其它原因造成,因此在诊断中要仔细辨别。下面我们就一起了解一下关于“老健忘”不一定是痴呆相关的知识吧!

### 一、产生“老健忘”的原因有哪些?

导致老年人记忆力衰退的原因有很多,记忆力衰退的确是早期老年痴呆的主要症状,但是并非所有的记忆力衰退都会引起老年痴呆。造成老年人的记忆力衰退的原因有很多,随着年龄的增长,身体内部各器官的老化,尤其是大脑功能的降低,都有可能导致老年人健忘。一般情况下,良性的老年遗忘症主要与年龄有关,也是老年人的一种自然生理现象,是机械性的记忆衰退。这种遗忘症主要表现在老人对较远的记忆深刻,但是对近期发生的事情记忆能力不强,只能记住印象深刻的事物。

其次,良性的老年遗忘症不会影响老人的智力、思维、语言表达能力以及生活自理能力等,在与他人交流沟通时不会出现障碍,借助场景再现以及其它方式能够帮助老人重新获得记忆。但是,老年痴呆患者随着病情的逐渐加重,除了记忆力不断下降之外,还会出现智力、思维、语言等方面的障碍,严重的会导致老人无

法与他人进行正常的交流以及生活不能自理等等。

### 二、老年痴呆的早期症状主要有哪些?

以脑萎缩引发的老年痴呆为例,早期的老年痴呆症状主要可以分为五类:首先,患者的记忆力会逐渐下降,刚刚做过的事情就会忘记,说的话也会不记得,比如:买了菜忘记带回家。其次,患者的计算能力下降,对简单的数学计算会算的很慢,复杂的不会算。其三,辨别方向的能力降低,离家稍微远一点的地方就容易迷失方向,甚至几次经过家门也分辨不出家的位置。有时还会将东西放错位置,自己也难以找到。第四,人际交流出现障碍,语言表达能力不如从前,思维反应迟钝,有时还会出现自言自语的情况,反复的诉说一件事情。第五,老人的性格以及情感发生变化,比如出现脾气暴躁、胆小、多疑或者固执等。还有部分患者会出现精神状况不佳等症状。

### 三、预防老年痴呆的方式有哪些?

#### (一) 规律作息

预防老年痴呆首先要养成良好的生活习惯,规律作息,按时休息,不熬夜。据统计,经常熬夜会影响人体的脑部功能,睡眠不足会增加老年痴呆的发病几率。保证充足的睡眠还能够消除导致老年痴呆的  $\beta$  类淀粉蛋白,帮助老年人预防痴呆。

#### (二) 戒烟、戒酒

吸烟对人体造成极大的损害,不仅影响肺功能,还会使动脉收缩,影响大脑的供血功能,加快了脑部萎缩,使大脑发生病变,