

加, 心脏负荷增加, 需氧量就得多, 那样子心脏就容易受累, 也容易诱发心肌梗死。

四、不好的情绪还会给机体带来很多疾病

1. 精神疾病

抑郁症, 目前有抑郁症的人越来越多, 主要表现是: 情绪低落, 对前途悲观失望, 无助感比较强烈, 精神疲惫, 自我评价降低, 躯体症状复杂多样, 比如面容憔悴苍老、目光迟钝、不爱吃饭、体质下降、汗液唾液分泌减少、便秘、性欲减退、闭经等。其他关于精神方面的疾病还有自闭症、精神分裂症等。有的精神分裂症几乎没有什么暴力倾向, 主要的表现就是自言自语, 自吟自唱, 到处乱走, 不分干净肮脏。但是又比较狂躁的, 这种就是有明显的暴力倾向, 如打人毁物, 骂不绝口, 狂躁易怒, 登高而歌, 弃衣而走等。

2. 免疫系统疾病

类风湿性关节炎、干燥综合征、系统性红斑狼疮、硬皮病、结缔组织病等一些疾病, 这些疾病都属于比较难治的疾病, 可以算的上是疑难杂症, 单从病因上来说就是比较复杂的, 恐怕和遗传以及环境都是有关的, 心理和情绪的因素对这些疾病的治疗效果会产生很大的影响, 不可忽视。

3. 心血管疾病

心理因素会直接影响情绪, 情绪的不好也是疾病的间接原因, 会导致高血压、低血压、冠心病、阵发性心动过速、心率过缓等心血管疾病的发生。

4. 高血压

现在大多数的人都会有高血压, 但是大多数都是出在社会经济低下或者是长期居住在犯罪率高的风险地区, 而居住在社会和谐的环境当中的人群, 血压整体水平都会低一些, 这主要是因为, 生活在社会经济低下以及犯罪率高的地方会使人们心理高度紧张, 产生心理刺激, 所以才会导致高血压。

5. 冠心病

情绪和心理因素如紧张、恐惧、愤怒、焦虑等可以导致外周血管和冠状动脉收缩, 从而可以导致心肌缺血、心律失常等。

五、如何控制不好的情绪

1. 自我鼓励法

经常看一些励志的文章, 通过文章的那种积极向上的态度, 也来鼓励自己。

2. 语言调节法

可以朗诵滑稽、幽默的诗句来消除悲伤。用“制怒”、“忍”、“冷静”等自我提醒、自我命令、自我暗示也能调节自己的情绪。

3. 环境制约法

情绪压抑的时候, 到外边走一走, 能起调节作用。心情不快时, 到娱乐场做做游戏, 会消愁解闷。

4. 注意力转移法

把注意力从消极方面转到积极、有意义的方面来, 心情会豁然开朗。

5. 能量发泄法

该哭时应该大哭一场; 心烦时找知心朋友倾诉; 不满时发发牢骚, 愤怒时适当地出气; 情绪低落时可以唱唱欢快的歌。

如何检测是否得肺结核

杨令芝

四川省都江堰市人民医院检验科 611830

【中图分类号】R446

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2021) 01-085-02

结核病是一种慢性传染性疾病, 主要由结核分枝杆菌引起, 其中最常见的是肺结核。据 WHO 统计, 一年我国增加肺结核病人达 80 万, 且还在逐年递增。我们国家的结核病得病率非常高, 在世界排名上来说是位于第二的, 这种疾病在费用和开支的消耗上也是巨大的。目前, 结核病对我们正常居民的生命与安全是一个非常大的威胁。因为这种疾病很容易通过空气就传染给别人, 所以, 处于传染时期的病人即便是在平时咳嗽、打喷嚏, 甚至大声的与别人交谈, 这时产生的飞沫都会让其他人感染这种疾病。肺结核的耐药性特别强, 单独应用治结核病的药物很难再起作用, 所以我们在临床上一一般采用多种药物联合应用, 以防止耐药菌株的出现。对于结核疾病, 我们要做到三早, 即早诊断, 早发现, 早治疗。为了提高结核病的患者的临床诊断准确率, 我们工作者不断去探寻新的检测方法。

肺结核是结核病中最常见且发病率最高的一种疾病。伴随着科技的发展, 临床上的诊断技术也在不断的进步。

1 肺部 X 片

对于肺结核的诊断, X 胸片是临床上最常用的一种诊断手法。CR 和 DR 等新技术的应用在临床上, 以让我们观察的更加清晰。对于早期的一些轻微的病变, 胸片是首选。胸片可以让我们确认发生某部位是否发生了病变, 病变时这部分的组

织细胞的形态是否也跟着发生了变化; 除此之外, 还可以明确发生病理变化的细胞是否有扩散的可能, 有没有空洞记忆其大小等等。关于肺结核确诊时, 胸部 X 片经常使用的可能就是正、侧方摄影, 这种摄影方法能将心影, 肺门等这些比较遮掩的部位显示清晰。

2 痰结核分枝杆菌检查

痰结核分枝杆菌检查是确诊肺结核病的主要临床诊断方法, 是简单, 快速, 可靠的一种检测手段。我们取患者数次排痰后的标本进行送检。然后, 采用齐-尼抗酸染色法进行染色。该法具有省时、省力和方便的优点, 适用于大多数医院的检查。但是, 阳性的痰涂片反应也只是能够表明痰液中含有一定量的抗酸杆菌, 但是不能够区分到底是是不是结核分枝杆菌, 一般情况下, 非肺结核分枝杆菌出现的比较少, 所以, 在痰液的检查中发现分枝杆菌对肺结核的诊断具有非常重要的含义。

3 PPD 实验

结核杆菌在感染我们人体后, 会发生迟发性超敏反应, 但在一些免疫力低弱的人群中是不会发生的。PPD 实验可以作为一种辅助诊断肺结核的方法。因为是免疫反应, 在成人中, 可以帮助我们检测出以往是否接触过结核分枝杆菌感染的情况。PPD 实验强阳性者, 可以对肺结核病有明确的提示作用。该试验在儿童患者的准确率要明显高于成人。当然, 它也有一定

的劣势,在免疫力低弱患者中,比如 HIV 和结核性脑膜炎患者,不会引起该实验的阳性。另外,其他的不会引起疾病的结核菌群同样含有结核菌蛋白。这就会造成假阳性的存在。

4 痰结核分枝杆菌的培养

因为患者在不同的时间,排痰量的不相同,所以我们需要采集患者在晨痰。采集标本前,我们要告诉病人要用凉白开水漱口后,最大程度地咳出气管里面的痰液。然后再再不同的时间段分别采集三次。选其中的两次进行送检。我们将这两份都接种在罗氏培养基上。因为结核分枝杆菌的生长十分缓慢。它的繁殖的速度也是十分的缓慢,所以一般培养时间都是 2—8 周。

5 PCR 方法检测结核杆菌

PCR 能早期诊断结核菌血症,在结核感染的早期,特别是

在结核病灶通过血源性外传播时、及在外周血中存在极少量的结核时,PCR 就能给予扩增并确诊;PCR 检测时间短,仅需 2-4h,同时提高了敏感性和特异性,有利于鉴别诊断;对于肺结核来说,PCR 检测这类标本,其极高的特异性和敏感性可以很容易地确定结核性脑膜炎及结核性胸腹水。另外,对于肾结核、泌尿生殖系统结核的诊断,采用定量 PCR 法能确切地评价抗痨药物的疗效及残存菌的数量和活性度。

总之,肺结核传染病是一种发病持续时间较长的疾病,将传染的源头扼杀在源头对于防治来说也是非常重要的。及早发现及早治疗不仅对肺结核病人恢复健康来说是有好处的,而且在疾病的预防和控制上也很必要。但是,以目前情况来看,肺结核对于药物作用的耐受性很强,这使患者的负担也比较重,所以防治任务仍然艰巨。

门诊护理日常工作有哪些

吴 萍

自贡市中医医院 643000

【中图分类号】R473

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2021) 01-086-01

门诊是医院面向患者最重要的窗口,是医院诊疗工作的重要部分,而门诊护理是患者就医接触的第一站,其工作贯穿于病人预检、挂号、候诊、诊断、检验、放射、注射、治疗、取药等整个诊疗过程,在门诊运营中起到非常重要且主导的作用,门诊护理工作的好坏不仅影响病人的就医,而且直接关系到整个医院的发展。那么门诊护理日常工作究竟有哪些呢?

1 预检分诊

预检分诊护士在患者进入医院后,首先应简要询问患者的病史,并观察患者病情作出初步的判断,再给予合理的分诊,做到先预检分诊,然后综合患者的具体情况指导患者挂对应的专科号,缩短病人的候诊时间,使患者能尽快得到最准确的治疗。

2 安排候诊和就诊

在医生开诊前,首先需要检查候诊、就诊环境,备齐各类检查器械及检查用物。医生开诊后,安排患者根据挂号的先后顺序有序就诊,并收集整理初诊、复诊患者的病例资料和检查报告。根据病人的病情测量体温、呼吸、脉搏、血压等,并登记在病历本上,必要时协助医生进行诊察。随时观察候诊病人的情况,如果遇到呼吸困难、高烧、剧痛、休克、大出血等情况,应立即采取相应的措施,安排患者进入“绿色通道”的就诊流程或送急诊室紧急处理。对于病情相对比较严重或年老体弱、情况比较紧急的患者可适当调整就诊顺序。一般情况下,由于医院就诊的病人相对较多,应在候诊室安抚好病人及家属的情绪,及时协调解决病人遇到的问题或给予答疑解惑。在门诊诊疗结束后,护理人员要回收门诊病历,收拾、整理、消毒诊疗室内的环境及物品。

3 开展健康教育

通过患者在候诊、诊疗、诊断、检查、治疗过程中及离诊时,开展门诊健康教育。内容可以根据患者的病情或季节等特点灵活的开展,健康教育的形式应多种多样,可采取单独沟通、分发宣传册,在 LED 屏幕播放录像,或制作宣传展板等方式,使病人及家属在就诊过程中得到系统的、专业的健康指导,并掌握有关的防治知识,提高自我保健意识,降低疾病的复

发率,缩短病程,影响和改变病人的健康行为,使病人从被动接受治疗和护理转为可以主动采取预防疾病,从疾病的护理扩展到疾病预防。

4 实施治疗

患者就诊后,大多数情况下需要在门诊进行治疗,如类似于各种注射、换药、导尿或穿刺、中药外敷、物理治疗等门诊治疗,护理人员在治疗过程中应严格遵守操作规程,确保治疗的及时、安全及有效。

5 严格消毒隔离

门诊具有患者多、病种复杂、人流量大、人员密集等诸多特点,容易发生院内交叉感染。对于传染病或疑似传染病的病人,应当及时分诊到感染性疾病门诊,并详细记录情况,做好疫情报告。同时,也要指导护士认真负责的做好诊疗区域的空气、地面、墙壁、各种物品的清洁和消毒工作,开窗通风,保持空气的流通,以减少交叉感染的发生。

6 做好保健门诊的护理工作

保健护理是门诊护理工作的重要组成部分,包括对防治体系部队的预防保健和医院工作人员的预防保健两个部分。门诊护士在经过培训后,可以参与到健康体检、疾病普查、健康教育、预防接种等保健工作。对自觉健康的就诊者进行健康咨询,定期健康体检、心脑血管疾患、癌症普查等;对婴幼儿的保健指导,开展母乳喂养的宣教、预防接种工作;对院内工作人员的防病、保健工作及家庭病床的访视工作。

7 总结

有人认为,门诊护理工作都是小事、杂事,其实不然,门诊护理工作也不仅仅是单纯的分诊、维持就诊秩序等简单工作,还要负责患者的门诊治疗、健康教育、保健门诊、诊疗环境的消毒、门诊综合协调等工作。由于门诊护理是医院的门面,代表着医院的服务形象和服务品牌,因此高质量、快速的门诊护理工作决定着整个医院医疗工作的开展,这就要求我们要更新护理服务理念,优化门诊护理工作流程,不断改进门诊护理工作,使护理工作更贴近患者,为患者提供满意服务。