

气胸，一种会呼吸的痛

普海英

宜宾市第一人民医院胸心外科 644000

【中图分类号】R655.2

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2022) 12-113-02

大笑过后、打了一个大喷嚏、进行剧烈的运动后，突然感觉到胸部刺痛难忍，连呼吸都感觉在痛，这可能就是气胸找上门了。那么气胸是什么？得了气胸应该怎么护理呢？让我们跟着文章来看看吧！

一、你知道什么是气胸吗？

说到气胸首先要说肺，肺的主要功能是吸氧和排二氧化碳，维持身体正常地新陈代谢。肺和胸腔中间的小空隙是胸膜腔，气胸是因为患者的肺或者胸膜受到损伤，就像气球漏气了一样，空气会从肺进入胸膜腔，当进入胸膜腔的空气越来越多，就会侵占肺的空间，挤压肺，造成患者咳嗽、胸闷、胸痛，这就是气胸。

造成气胸的原因有外伤、疾病、先天性或者有病久治不愈等。

1. 外伤原因

患者受到外伤，比如胸部发生骨折或者受到锐器刺伤，有的患者在进行肺活检时损伤了肺，也容易引起气胸。

2. 疾病引起

有的患者有哮喘、慢性支气管炎、尘肺支气管炎等，损伤肺部，会引起肺性疾病；还有的患者有支气管肺肿瘤、蜂窝肺等，都易引起泡性的肺气肿或者肺大泡，而这些病症极易引起气胸。

3. 先天性原因

这种气胸多是患者先天发育异常引起肺大泡，肺大泡在破裂后引发气胸。这种类型的气胸多发于体型比较瘦长的青壮年男性。

4. 久治不愈

气胸患者两个月仍然没有完全康复，吸收困难，形成包裹性液气胸。

气胸一般发病较急，患者的病情变化较快，男性多发于女性。对气胸患者可以进行保守、抽气或者手术治疗等，一般预后情况较好。但要减少气胸复发，最重要的是要做好护理。

二、你知道如何进行气胸护理吗？

对气胸患者做好护理，包括日常护理和胸闭式引流护理，同时还要做好预防。

（一）日常护理

1. 检查生命体征

气胸病人在住院后，护理人员要详细了解患者的病情，比如患者的发病原因；马上为患者检查生命体征，测血压、体温、脉搏、呼吸等，要密切观察患者的瞳孔、胸腹体征及肢体情况，查看患者是否有发绀、呼吸困难、气促、胸闷、休克等情况发生，密切关注患者的意识和呼吸，如果患者意识恍惚或者呼吸困难，要马上报告给医生，让医生作出诊疗，以避免患者病情加重或者出现肺性脑病；查看患者是否有胸痛，如果有，还要检查疼痛的地方及疼痛性质；看患者是否有气管偏移现象和开放性的伤口；检查患者的胸部体征，如呼吸音是清晰还是浑浊、有没有鼓音等。

2. 吸氧

急性气胸患者一定要卧床休息，休息时可以采取半卧的姿势，尽量不能活动或者移动，防止咳嗽或者屏气、用力等使胸腔内压增加的活动，以降低氧的消耗。护理人员要根据患者的情况为其选择吸氧的方式，一般的患者可持续吸入低流量氧气，在吸氧时一定要增加巡视的次数，避免患者发生意外。

3. 避免咳嗽和便秘

患者如果咳痰困难，可以让其多喝白开水，如果情况比较严重，可以进行雾化吸入或者使用甲泼尼龙琥珀酸钠等药物。

患者要尽量避免便秘，大便要通畅，患者可以多吃香蕉、青菜等富含维生素及粗纤维、利于通便的食物。为避免病情加重，排便时要避免用力过大，必要的时候可以使用开塞露。

4. 做好皮肤护理

气胸常见的并发症是皮肤水肿，严重的患者会引起窒息，因此患者要做好口腔护理和皮肤清洁，防止出现口腔或者皮肤感染，特别是要防止褥疮等的产生。如果患者皮肤水肿情况较为严重，可以用针进行抽气处理，但要注意做好消毒。

5. 心理护理

患者不能自由呼吸，特别容易引起恐惧、焦虑、高度紧张等不良情绪，从而增加耗氧量，加重病情。因此要密切关注患者的心理健康，多和患者进行沟通，消除其心理障碍，疏导不良情绪。

（二）胸闭式引流护理

1. 引流要保持畅通

患者要保持半卧位，注意固定引流管，保持引流通畅，避免管道堵塞或者受到挤压、扭曲及脱落，特别是在患者翻身活动时一定要再仔细检查一下管道；还要密切观察引流瓶及其上面的水柱情况，如果水柱没有波动，并且检查发现引流管没有脱落、扭曲或者堵塞时，那可能是因为破裂孔闭合了。这时患者一定不能用力，比如不能用力活动、用力大便、用力咳嗽等，以防止闭合孔再破裂。

2. 做好记录

记录引流瓶中的液体液量、色泽等，如果瓶内有液体，患者仍有气胸，可以多更换几次引流瓶，但注意为了防止胸腔感染，更换时需要进行无菌操作，同时避免引流液逆流。

4. 避免感染

有的患者年龄较大身体较为虚弱，抵抗力比较低，容易发生胸膜粘连。这时一定要注意多观察患者的伤口敷料的情况，看切口部位是否发生了感染，注意要每日换药，拔管后要使用无菌纱布和凡士林纱布来包扎。

如果需要移动患者和更换引流瓶，需要用夹子或者止血钳夹闭引流管的上端，防止出现逆流的情况。

三、做好预防

1. 运动适度

气胸患者不能进行剧烈的运动，但并不表明不能运动，适

(下转第 114 页)

阑尾炎的症状是什么？有哪些误区？

孙毅川

金堂县中西医结合医院（金堂县土桥镇中心卫生院） 四川成都 610407

【中图分类号】R57

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2022) 12-114-01

作为一种人们日常生活当中常见的疾病，相信很多人对于阑尾炎这种疾病并不陌生，但由于一些流言与传闻的影响，很多人对于阑尾炎这种疾病都在认知上有一定的误区。那么，你了解阑尾炎吗？关于阑尾炎的症状与这些常见误区，你又知道多少呢？

什么是阑尾炎？

阑尾炎是一种在人体内部盲肠与回肠之间的一段细长弯曲的盲管处发生的炎症病变，属于人们日常生活当中的一种常见疾病，有着发病原因复杂、发病突然以及随着时间发展越发严重的特点，这也导致了阑尾炎的治愈效果与能否及时进行治疗有着密切的关系。根据医学调查显示，阑尾炎患者如果能够在发病的初期得到及时的治疗，那么绝大部分的患者都能够在短期内康复；但如果患者长时间未能得到救治，患者就很容易因阑尾炎的发展而出现多种严重的并发症，严重的时候甚至会导致患者的死亡。

阑尾炎的症状表现

通常情况下，阑尾炎患者可以分为四种不同的类型，分别为急性单纯性阑尾炎，急性化脓性阑尾炎、坏疽以及穿孔性阑尾炎和阑尾周围脓肿，不同类型的阑尾炎在症状表现上存在一定的差异。比如，急性单纯性阑尾炎患者的阑尾只有轻微的肿胀，这说明患者的病情相对轻微，症状上往往也仅有程度较轻的腹痛、食欲下降与恶心乏力等；急性化脓性阑尾炎腹部的疼痛将会加重，并且会随着时间的推移发生转移，最后固定在患者的右下腹，同时还会导致患者出现发热、腹肌紧张以及各种消化道症状；穿孔性阑尾炎患者的症状与化脓性阑尾炎患者大致相似但程度更加严重，同时还会额外导致患者面色苍白、脉搏细弱、血压降低等症状的产生；而阑尾周围脓肿的患者则会因为感染的进一步加重而在上述症状外出现腹膜刺激征的表现，此时患者的整个肚皮都会像模板一样僵硬，按压的时候疼痛明显，而且手离开的瞬间会导致疼痛的进一步加重。

阑尾炎防治的误区，看看你中了几条！

1. 饭后运动会导致阑尾炎

俗话说“饭后百步走，活到九十九”，但有很多人在吃饱喝足之后不愿意动弹，还说“饭后运动只会让食物残渣进入阑尾而导致阑尾炎”，那么事实真的如此吗？实际上，在人们吃完饭之后，食物需要在胃部经过第一轮消化，要等到食物从胃里进入肠道至少需要 6 个小时的时间！即使有少部分的食物进入了肠道，这些食物往往也很难在短时间内进入位于盲肠末端的阑尾的。只有那些因为肠道消化功能不好导致食物残渣留在肠道内的人才有可能因食物残渣进入阑尾而引发阑尾炎。

2. 阑尾炎必须手术切除

目前，医学界对于阑尾炎这种疾病最主要的治疗手法就是手术切除，而这也让许多人产生了误解，觉得只要是阑尾炎就要切除，这其实也是一种错误的认知。在临床治疗当中，适合进行手术治疗的往往只有发病初期的单纯性阑尾炎，而如果患者病情轻微的话甚至只需要接受保守治疗；而当患者的阑尾发生了化脓甚至穿孔的时候，为了避免患者症状的过度扩散，医生也是需要先使用保守治疗进行控制之后再使用手术的方式进行切除的。

3. 阑尾炎疼痛只是右下腹疼痛

很多阑尾炎患者在发病的时候会感到肚脐周围甚至是上腹部疼痛，因此在医院确诊为阑尾炎的时候会产生疑问：阑尾不是在人体右下腹的位置吗？为什么会感到上腹部的疼痛呢？实际上，阑尾炎导致的上腹部疼痛是因为此时的阑尾炎没有影响到阑尾的浆膜层，因此这种疼痛并不属于阑尾的疼痛而是一种内脏神经的反射性疼痛，只有当炎症部位影响到阑尾浆膜层的时候才会准确的定位为右下腹疼痛。另外，可能引发右下腹疼痛的疾病也不只有阑尾炎这一种，因此不要一感觉右下腹疼痛就以为是阑尾炎哦！

作为一种常见的急性炎症疾病，阑尾炎的病情严重程度往往会随着时间而越发危险，因此对患者的治疗宜早不宜迟。另外，大部分患者并非医学专业出身，那些认知上的错误很可能会影响医生的治疗。只有密切配合医生的治疗行为，才能更快的从阑尾炎造成的痛苦当中解脱。

（上接第 113 页）

度的运动可以增强患者的抵抗力，同时还可以提高患者的肺部功能，比如进行侧肢抬高锻炼等。

对于术后的患者，早期要多做咳嗽和深呼吸训练以锻炼肺功能，比如患者在咳嗽训练时，要先深吸一口气，然后收腹屏气，进行咳嗽，护理人员可以拍背协助。当患者血压正常，可以采取半卧姿势；术后的第二天，患者可进行四肢屈伸运动；患者病情稳定，可以酌情散步。

2. 戒烟

吸烟能降低患者的肺部防御能力，增高气胸的复发概率，

所以气胸患者一定要戒烟，并要远离二手烟。

3. 避免呼吸道感染

呼吸道疾病可能引起气胸或者气胸复发，因此患者一定要防止呼吸道发生感染。寒冷季节外出时一定要做好保暖措施，戴好口罩、围巾等，感冒高发季节避免去人群密集的场所。

胸痛难忍、呼吸困难，气胸是一种会呼吸的痛，给患者生活带来诸多不便。如果不幸得了气胸，在积极治疗的同时，一定要注意对患者做好护理工作，减少患者气胸的复发概率，让患者早日恢复健康，自由地进行呼吸。