

穴位贴敷联合穴位按摩对神经外科患者排便困难疗效及胃肠功能的影响

王永川 元氏县中医院

穴位贴敷和穴位按摩作为传统中医疗法，在治疗排便困难方面展现出潜在的疗效。神经外科患者常常面临排便困难问题，影响其康复进程和生活质量。结合穴位贴敷与穴位按摩可能对神经外科患者排便困难产生积极的影响，促进肠道蠕动、调节胃肠功能，提高患者的舒适度和康复效果。

一、神经外科患者中排便困难问题分析

神经外科患者常常面临排便困难这一常见问题，主要是由于手术、疾病或药物影响引起的胃肠功能紊乱所致。手术后的床位休息导致活动减少，缺乏运动促进肠道蠕

动；严重疼痛或应激状态会导致神经内分泌系统失调，影响肠道排空功能；长期使用镇痛药和抗抑郁药物可能影响肠道蠕动和水平衡，进而造成排便困难。排便困难不仅影响患者生活质量，还可能增加感染和并发症的风险。因此，在神经外科患者中，及时关注排便困难问题，采取有效的预防和治疗措施至关重要。

二、穴位贴敷治疗排便困难

穴位贴敷作为一种传统中医疗法，在治疗排便困难方面展现了一定的疗效。其原理在于通过刺激特定穴位促进脏腑功能的调节和平衡。对于神经外科患者，穴位贴敷

可以选择关联大肠的穴位，如足三里、涌泉等，以促进肠道蠕动和排便功能。此外，穴位贴敷还可能通过调节神经内分泌系统，缓解情绪压力，改善消化吸收功能，从而减轻排便困难症状。

三、穴位按摩治疗排便困难

穴位按摩作为一种传统中医疗法，在治疗排便困难方面展现了一定的疗效。通过对特定穴位进行按摩、刺激，可以促进腹部经络气血流通，调节肠道功能，增强排便能力。在神经外科患者中，选择适当的穴位进行按摩，如足三里、关元等，可刺激肠蠕动，改善胃肠蠕动功能，缓解排

便困难症状。此外，穴位按摩还可能通过调节神经系统和消化系统的功能，改善大便排泄情况，减少排便困难发生的频率。因此，穴位按摩治疗排便困难在神经外科患者中具有潜在的益处，有助于恢复肠道正常功能，改善患者的生活质量。

综上所述，综合应用穴位贴敷联合穴位按摩治疗神经外科患者排便困难问题是一种综合、个性化的护理方式。这种综合疗法有望为患者提供全面、多角度的康复支持，改善排便困难症状，促进胃肠功能的恢复，提高患者的生活质量。

中药煎煮方法及注意事项有哪些

尉兆泓 歙县中医院

中药煎煮是中药制备中的重要环节，通过煎煮方法及注意事项可以关键影响药效的提取和保持。在中医药应用中，煎煮是将中药材加工成汤剂或煎剂的基本技术之一，也是中药制剂中不可或缺的步骤。正确掌握煎煮方法及注意事项，有助于充分发挥中药的药效，确保药物质量和疗效，为临床应用提供坚实的基础支持。

一、中药煎煮方法

中药煎煮是中医药制备中不可或缺的重要环节，正确的煎煮方法对于提取中药的有效成分和保持药效起着至关重要的作用。准备干净的药锅和清水，然后将

中药材洗净，去除杂质，浸泡一段时间。根据药方要求，加入适量的清水，开火煎煮。在整个煎煮过程中，需要不断观察火候，调节火力，确保药材被充分提取。对于不同性质的中药材，煎煮的时间和火候也各有不同，需要根据具体情况进行调整。在煎煮过程中还需要注意搅拌，防止药材黏底糊锅。煎煮过程中的温度和时间都是需要控制的关键因素。对于一些易挥发的药材，需要控制煎煮时间，以免影响药效。而对于一些需要长时间煎煮的药材，则需要适当延长煎煮时间，确保药效能够完全释放出来。煎煮结

束后，需要通过过滤等步骤将药液与渣分离，获取纯净的药液。正确的中药煎煮方法需要遵循药方规定，严格掌握火候和煎煮时间，确保中药的有效成分得到最大程度地提取，从而保证中药制剂的质量和疗效。

二、中药煎煮注意事项

在进行中药煎煮时，有一些重要的注意事项需要特别关注。选择优质的中药材至关重要。应选择干燥、无虫蛀、未霉变的中药材，并在煎煮前进行充分清洗，以确保药材的纯净度和质量。需要注意控制煎煮过程中的水量，避免出现水分不足或者溢

出的情况，从而影响煎煮的效果。煎煮过程中也需要注意环境的安静与整洁，避免外界因素对煎煮的干扰，影响药效提取。在调节火候的过程中，需要严格按照药方要求进行操作，控制煎煮的时间和温度，确保药材中有效成分的有效提取。对于一些特殊的中药材，还需要根据其特点采用相应的处理方法，以充分保障药效。在煎煮结束后，为了获取更清澈的药液，还需要进行过滤等步骤，将药液与渣分离。这些注意事项都是为了确保中药煎煮的质量和疗效，进而保证中药制剂的品质。

儿童常见疾病的早期识别与预防方法有哪些

张薇 元氏双惠医院

儿童是国家的未来，其健康与整个社会的可持续发展息息相关。然而，儿童在成长过程中常遭受各种常见疾病的困扰，因此及早识别并采取预防措施至关重要。保障儿童健康，不仅是家长的责任，也是社会的责任。通过加强对儿童常见疾病的认识和预防意识，我们可以共同努力，为孩子们创造一个更加健康、快乐的成长环境。

一、儿童常见疾病的早期识别

儿童常见疾病的早期识别至关重要，有助于及时采取治疗和预防措施，确保其健康成长。呼吸道感染是儿童常见疾病之一，

其典型症状包括发烧、咳嗽、鼻塞等，家长应密切观察并及时就医。另外，消化系统疾病如腹泻和呕吐也常见于儿童，需留意孩子的饮食情况和大便变化。在日常生活中，皮肤病也容易影响儿童，家长应留意皮肤异常情况，定期给予皮肤清洁和护理。此外，儿童传染病如水痘、流感等也需要引起家长的注意，及时就医和隔离是必要的。

二、儿童常见疾病的预防方法

儿童常见疾病的预防至关重要，家长和社会应共同努力，采取一系列有效措施来保障儿童健

康。首先，疫苗接种是预防儿童疾病的关键手段，家长应确保按照疫苗接种时间表为孩子接种相应疫苗，以增强其免疫力。培养良好的卫生习惯也是预防疾病的重要步骤，包括勤洗手、保持个人卫生和定期清洁居住环境。针对一些特定疾病，如贫血、维生素缺乏等，适量补充维生素和微量元素对于儿童健康发育也至关重要。此外，鼓励孩子进行适量的户外运动和营养均衡的饮食也是预防疾病的重要环节。

三、家长应当关注的健康问题

家长在关注儿童健康时，

应特别关注孩子的生长发育情况，包括生理和心理方面。定期检查孩子的身高体重发育曲线，注意是否有异常迹象。此外，也需要留意儿童的心理健康，及时发现焦虑、抑郁等问题，并给予关爱和支持。家长应促进孩子健康成长，创造积极向上的家庭氛围，注重身心健康的平衡发展，为孩子提供安全、稳定的成长环境和良好的心理支持。通过关注这些健康问题，家长可以更好地保护孩子的身心健康，促进其全面发展。

放射造影在血管及器官检查中的作用

赵少娟 赵县中医院

放射造影作为一种重要的医学成像技术，在血管及器官检查中发挥着不可替代的作用。通过向血管或器官内注射特定的造影剂，结合X射线或其他辐射成像技术，可以清晰地显示血管和器官的结构、功能及病变情况，为临床医生提供重要的诊断依据。在血管检查中，放射造影能够准确描绘血管的轮廓、直观展现血管狭窄、扩张等异常情况，为心脑血管疾病的诊断和治疗提供重要支持；在器官检查中，能够对心脏、肾脏等重要器官进行成像，帮助发现肿块、结石等异常，为肿瘤和疾病的诊断提供数

据支持。

一、放射造影的作用

放射造影在血管及器官检查中扮演着重要的角色，对于血管检查来说，放射造影通过向血管内注射特定的造影剂，能够清晰显示血管的轮廓和管腔情况，帮助医生准确定位病变部位，并发现血管狭窄、扩张、畸形等病变，为心脑血管疾病的诊断和治疗提供重要帮助。在器官检查中，放射造影技术可以对心脏、肾脏等重要器官进行清晰成像，帮助医生了解器官的结构和功能，并发现器官内部的异常情况，如肿块、结石等，为肿瘤和

疾病的诊断提供数据支持。

二、放射造影的原理

放射造影的原理是通过向血管或器官内部注射含有特定成分的造影剂，然后利用X射线、CT等成像技术进行检查，造影剂能够选择性地吸收或散射X射线，使得血管或器官的影像更加清晰。X射线透过组织的能力不同，造影剂在血管或器官内的分布情况，可以产生对比度，从而使医生能够观察到血管的轮廓和管腔情况，也能帮助发现器官内部的病变。

三、放射造影的注意事项

在进行放射造影检查时，需

要注意一些重要的事项。对于可能对造影剂过敏的患者，应当谨慎选择使用放射造影检查，并在严密监测下进行。应当注意合理控制放射剂量，尤其是对于儿童、孕妇等特殊人群，需要根据具体情况选择合适的检查方法和造影剂，避免对患者造成不必要的辐射伤害。此外，在进行放射造影前，需要充分了解患者的病史，特别是肾功能和甲状腺功能等，以便评估患者是否适合接受放射造影检查。同时，医护人员在操作放射造影设备时，需要严格按照操作规程进行，确保检查的安全性和准确性。

针对性护理在呼吸内科患者中的应用效果分析

房红霞 元氏县中医院

针对性护理在呼吸内科患者中的应用已被广泛研究和实践。通过个性化、有针对性的护理措施，可以提供更有效的护理，并促进患者的康复和生活质量的提升。

一、呼吸内科患者的特点

呼吸内科患者往往存在呼吸系统疾病，如哮喘、慢性阻塞性肺疾病等，导致呼吸困难、咳嗽、胸闷等症状。呼吸内科患者常常需要长期持续的治疗和管理，包括药物治疗、物理治疗以及氧疗等，需要护理人员进行持续观察和跟踪。呼吸内科患者在面对突发性加重的症状时，可能需要紧急抢救和处理，因此及时的响应和处理能力十分重要。同时，由于呼吸系统疾病的特殊性，呼吸内科患者在日常生活中需要特别注意避免吸入有害气体和颗粒物，保持良好的室内空气质量，以减少疾病的加重和复发。

二、针对性护理的基本原则

全面评估患者的生理、心理和社会环境，了解其特定的健康需求和问题，以个体化的方式提供护理。根据评估结果，制定个性化的护理计划，明确目标和实施措施，并与患者和家属进行有

效地沟通和合作，关注患者的自主权和参与性，在护理过程中尊重患者的意愿和决策，支持其积极参与自身健康管理。持续监测和评估患者的病情和护理效果，根据需要及时调整护理方案，保证护理的实时性和有效性。与跨学科团队合作，共同协商并提供全方位的护理，包括医疗、康复、心理和社会支持等，以全面促进患者的康复和福祉。

三、呼吸内科患者中应用针对性护理的注意事项

护理人员应充分了解患者的病情和特殊需求，进行全面且准确的评估，确保护理计划具有个体化和针对性。护理过程中要密切观察患者的呼吸状况、症状变化和生命体征，及时发现异常情况并采取相应措施。应定期评估患者对治疗和康复的反应，调整护理方案以达到最佳效果。另外，在与患者进行沟通和互动时，要尊重其个人意愿和隐私，建立良好的护理关系，积极支持患者的自主决定和健康目标。

总之，针对性护理作为呼吸内科患者中的重要护理手段，将会为患者的健康和福祉带来更多的益处。

如何通过饮食调整预防内科疾病的发生

耿少贤 元氏双惠医院

在现代社会，内科疾病如心脏病、糖尿病、高血压等日益成为威胁人类健康的主要“杀手”。而事实上，许多内科疾病的发生都与我们的饮食习惯息息相关。因此，通过合理的饮食调整，我们可以有效预防这些疾病的发生，以下是一些建议，帮助您通过合理的饮食调整来预防内科疾病。

一、了解食物的营养成分

我们需要了解食物中的营养成分，如蛋白质、脂肪、碳水化合物、维生素、矿物质等。这些营养成分在维持人体正常生理功能中起着至关重要的作用。例如，蛋白质是构建和修复身体组织的基本物质；脂肪则是提供能量和维持体温的关键元素。

二、选择健康的食物

为了预防内科疾病，我们应选择富含营养且低脂肪、低糖、低盐的食物。例如，新鲜的水果和蔬菜富含维生素和矿物质，有助于维持身体健康；全谷类食物如燕麦、糙米等富含膳食纤维，有助于降低胆固醇和血糖；鱼肉、豆腐等优质蛋白质来源则有助于维持肌肉和骨骼健康。

三、控制饮食量

除了选择健康的食物外，我们还要控制饮食量。避免偏食或暴饮暴食，而是选择多样化的食物，以获取全面的营养。过度摄入热量可能导致肥胖，进而

增加患心脏病、糖尿病等疾病的风险。因此，我们要根据自身的身体状况和活动量来调整饮食量，保持适当的体重，控制脂肪和盐的摄入。

四、合理搭配食物

我们还要学会合理搭配食物。不同食物之间的营养成分可以相互补充，提高营养价值。例如，豆类食物富含赖氨酸，而谷物中赖氨酸含量较低，但蛋氨酸含量较高。将豆类和谷物混合食用，可以实现赖氨酸和蛋氨酸的互补，从而提高蛋白质的营养价值。增加蔬菜、水果和全谷类食物的摄入，这些食物富含纤维、维生素和矿物质，有助于降低血压、血糖和胆固醇水平。建议每天摄入五种不同颜色的蔬菜和水果，并选择全谷类食品作为主食。

五、养成良好的饮食习惯

养成良好的饮食习惯也是预防内科疾病的关键。注意饮食卫生，避免摄入受污染的食物和水源，注意食品的保存和烹饪方式。选择新鲜、无农药残留的食品。我们应保持定时定量的饮食习惯，避免暴饮暴食；同时，还要细嚼慢咽，充分咀嚼食物，有助于消化和吸收。

总之，通过保持均衡的饮食、增加健康食物的摄入、控制不良营养素的摄入以及注意饮食卫生，可以有效地预防内科疾病的发生。

生理期相关问题的科学认知与处理方式

解江棉 元氏县医院

生理期是女性生理周期中的重要环节，也是女性身体健康的重要指标之一。在这段特殊时期，女性身体会经历一系列生理变化，如卵巢激素水平的波动、子宫内膜的更新和排出等。然而，很多女性在生理期过程中可能会面临一些常见问题，如痛经、月经不调等。科学认知和正确处理方式对于缓解这些问题至关重要。

一、生理期概述

生理期，也称月经周期，是女性生殖系统周期性发生的生理现象。通常以月经周期的开始第一天为基准，周期长短28天左右，但也存在个体差异。生理期是女性生育能力的标志之一，也是子宫内膜周期性脱落和更新的过程。在生理期，卵巢分泌的雌激素和孕激素水平波动，导致子宫内膜增厚并最终剥离，形成月经流出。正常生理期表现为周期规律、月经量适中且无明显症状，反映了女性身体内分泌系统的良好状态。然而，不少女性在生理期过程中可能出现不适症状，如痛经、情绪波动等，需要正确对待和科学管理。了解生理期的周期特征和影响可以帮助女性更好地照顾自己的身体，维护健康。

二、生理期问题的处理方式

在面对生理期问题时，女性可以采取多种科学有效的处理方式。饮食调理是关键，摄入富含蔬果、全谷物和蛋白质的均衡饮食有助于调节体内激素水平。适量运动有助于缓解痛经及改善情绪波动，若症状严重，可以考虑药物治疗，但需在医生指导下使用。中医调理方法如温暖身体、穴位按摩也是一种选择。最重要的是，当生理期问题影响到日常生活时，及时寻求专业帮助，医生可以根据具体情况给予针对性治疗。综合运用多种方式，可以更好地管理生理期问题，提高生活质量。

以采取多种科学有效的处理方式。饮食调理是关键，摄入富含蔬果、全谷物和蛋白质的均衡饮食有助于调节体内激素水平。适量运动有助于缓解痛经及改善情绪波动，若症状严重，可以考虑药物治疗，但需在医生指导下使用。中医调理方法如温暖身体、穴位按摩也是一种选择。最重要的是，当生理期问题影响到日常生活时，及时寻求专业帮助，医生可以根据具体情况给予针对性治疗。综合运用多种方式，可以更好地管理生理期问题，提高生活质量。

三、生理期的重要性及注意事项

生理期是女性身体健康的重要标志之一，反映了内分泌系统、生殖系统和整体健康状况。通过观察生理期周期、月经量和症状变化，可以了解自己身体的状态，及时发现健康问题。保持健康的生理周期对女性生育、心理、骨密度等方面都有重要影响。在生理期期间，女性需特别注意保持良好的卫生习惯，如更换卫生巾、避免交叉感染等。良好的生活方式，如规律作息、均衡饮食、适量运动等也有助于稳定生理期。重视生理期的重要性，正确对待生理期问题，都是维护女性身体健康不可或缺的一部分。

消化道溃疡是一种常见的消化系统疾病，严重影响患者的生活质量。其成因复杂多样，主要包括幽门螺杆菌感染、长期使用非甾体抗炎药物（NSAIDs）、不良饮食习惯、精神压力等因素。消化道溃疡的预防与治疗备受关注，针对其成因，制定科学的预防措施至关重要。

一、消化道溃疡的成因

消化道溃疡是一种常见的消化系统疾病，其成因复杂多样。首要原因之一是幽门螺杆菌感染，这种细菌会导致胃黏膜受损，促进溃疡形成。同时，长期使用非甾体抗炎药物（NSAIDs）也是导

致消化道溃疡的重要原因，这些药物可能损伤胃部黏膜，引发溃疡出血。不良饮食习惯，如暴饮暴食、摄入过多刺激性食物，也会加剧溃疡病情。此外，精神压力过大、酗酒与吸烟等生活习惯也会影响消化系统健康，增加患上消化道溃疡的风险。

二、消化道溃疡的预防措施

消化道溃疡是一种常见疾病，但通过科学的预防措施可以有效降低发病率，生活方式调整也很重要。预防消化道溃疡要合理饮食，减少摄入刺激性食物，定时进餐，避免暴饮暴食。戒烟

限酒也是必要的，因为吸烟和酗酒会加剧溃疡的程度。保持良好的精神状态，减轻精神压力同样重要，可以采取适当的放松和减压方法来维持心情平稳。药物预防也是一种有效的方法。医生会根据个体情况开具适当的药物，如胃粘膜保护剂，帮助防止溃疡的形成。在日常护理方面也需重视，多摄入富含维生素C和E的食物，规律作息，避免长期空腹或过度饥饿等，都有助于消化道溃疡的预防。

三、消化道溃疡的日常护理

消化道溃疡的日常护理十分重