

阑尾炎的并发症与风险：了解潜在的健康威胁

毕晓辉 石家庄市人民医院

阑尾炎是一种由阑尾管腔堵塞或血供终止引发的炎症，导致阑尾坏死并继发细菌感染。这种炎症可以是急性的，也可以是慢性的。急性阑尾炎是临床常见的急腹症，而慢性阑尾炎则多由急性阑尾炎发展而来。阑尾炎的典型症状是右下腹疼痛，可能伴随胃肠道症状如厌食、恶心、呕吐、腹泻等，以及全身症状如乏力、寒战、高热、心率加快等。阑尾炎的治疗主要是手术，无论是急性还是慢性，一经确诊均应早期进行手术切除阑尾。手术方法包括腹腔镜阑尾切除术和开腹阑尾切除术。除了手术外，有效的抗生素及补液治疗也是主要措施。如果阑尾炎得到及时妥善治

疗，其预后通常良好，但如果疾病得不到及时控制，可能会导致严重的并发症，然而，由于许多人对阑尾炎的并发症与风险了解不足，往往容易忽视其潜在的严重性。本文旨在科普阑尾炎的并发症与风险，帮助大家更好地了解这一健康威胁。

一、阑尾炎的并发症

1、阑尾穿孔：这是阑尾炎最常见的并发症。当阑尾炎症严重到一定程度时，可能导致阑尾穿孔，使脓液流入腹腔，引发弥漫性腹膜炎。

2、腹腔脓肿：阑尾穿孔后，脓液可能在腹腔内形成脓肿，需要进一步地手术治疗。

3、肠梗阻：阑尾炎可能导致阑尾周围的组织肿胀，进而压迫肠道，引起肠梗阻。

二、阑尾炎的风险

1、感染风险：阑尾炎患者如果不及时治疗，感染可能扩散至整个腹腔，甚至引发全身感染，危及生命。

2、手术风险：阑尾炎通常需要手术治疗，手术本身存在风险，如麻醉风险、出血风险等。

3、长期并发症风险：部分阑尾炎患者在治疗后可能出现长期并发症，如肠粘连、慢性腹痛等。

三、如何预防阑尾炎及其并发症

1、及时就医：一旦出现阑尾

炎的典型症状（如转移性右下腹痛、麦氏点压痛等），应立即就医，以免延误治疗时机。

2、合理饮食：保持饮食均衡，避免过度油腻、辛辣等刺激性食物，减少肠道负担。

3、增强免疫力：保持良好的作息习惯，适当锻炼，提高身体免疫力，减少感染风险。

总之，阑尾炎虽然常见，但其并发症与风险不容忽视。我们应该加强对阑尾炎的了解，做到早发现、早治疗，以降低其潜在的健康威胁。同时，通过合理的饮食和锻炼，增强身体免疫力，预防阑尾炎的发生。只有这样，我们才能更好地保护自己的健康。

内科患者如何避免治疗过程中的并发症

周毅娟 元氏县双惠医院

内科疾病的治疗过程中，并发症的出现不仅可能加重病情，还可能影响治疗效果，甚至威胁患者的生命安全。因此，了解如何避免治疗过程中的并发症，对于内科患者来说至关重要。本文将介绍内科患者如何避免治疗过程中的并发症，帮助患者更好地配合治疗，提高治疗效果。

一、了解治疗方案和药物副作用

在接受内科治疗时，患者应充分了解自己的治疗方案和所用药物的副作用。了解治疗方案有助于患者明确治疗目标，积极配合医生的治疗建议。同时了解药物的副作用可以帮助患者及时发现

并应对可能出现的不适症状，减少并发症的发生。

二、遵循医嘱，规范用药

患者应严格按照医生的指导用药，不随意增减剂量或改变用药时间。规范用药可以确保药物在体内发挥最佳疗效，减少药物副作用对患者的影响。

三、合理饮食，保持营养均衡

内科疾病的治疗过程中，合理的饮食对于患者的康复至关重要。患者应保持营养均衡，摄入足够的蛋白质、维生素和矿物质等营养物质。同时，避免过度摄入高热量、高脂肪、高糖食物，以免加重病情。在饮食方面，患者还应根据医生的建议，避免摄入可能加重病情

的食物。

四、适度运动，增强身体素质

适当的运动有助于改善内科疾病患者的身体状况，增强身体素质，减少并发症的发生。患者应根据自身情况，选择适合自己的运动方式，如散步、慢跑、瑜伽等。运动时应避免过度劳累，以免加重病情。同时，患者在运动过程中还应注意安全，避免受伤。

五、定期检查，及时发现并处理并发症

内科疾病患者在治疗过程中应定期进行身体检查，以便及时发现并处理可能出现的并发症。通过定期检查，患者可以了解自己的身体状况，及时发现病情变化，为医生

调整治疗方案提供依据。同时，患者还应积极配合医生的治疗建议，及时处理并发症，防止病情恶化。

六、保持良好的心态，积极面对治疗

内科疾病的治疗过程可能较长，患者需要保持良好的心态，积极面对治疗。乐观向上的心态有助于患者更好地配合治疗，提高治疗效果。

总之，避免内科治疗过程中的并发症需要患者充分了解治疗方案和药物副作用，遵循医嘱规范用药，合理饮食保持营养均衡，适度运动增强身体素质，定期检查及时发现并处理并发症，以及保持良好的心态积极面对治疗。

急救知识普及：正确处理创伤，挽救生命

赵金涛 赵县中医院

急救知识的普及与推广对保障人们生命安全、减少伤害和疾病造成的影响具有深远而重要的意义。随着生活水平的不断提高，人们对健康和安全的关注也日益增加，因此急救知识的普及显得尤为紧迫。在日常工作和生活中，突发事故或意外伤害时有发生，如果周围人都能够掌握一定的急救技能，将会最大限度地减少伤亡和减轻受伤者的痛苦。

一、针对不同类型创伤的急救处理方法

针对不同类型的创伤，急救处理方法有所不同。对于深度创伤或出血，首先要迅速停止出血，可以

使用压迫止血法或包扎止血。对于骨折或关节受伤，应避免移动患处并进行临时固定，以减轻疼痛和预防进一步损伤。对于烧伤或化学灼伤，应及时清洁伤口、覆盖保护，注意保持患者体温和及时就医。在自然灾害中，应迅速找到安全地带，保护头部和躯干，并尽快获得救援。不同类型的创伤需要不同的处理方法，正确的急救措施可以挽救生命。

二、急救知识的实际应用

急救知识在日常生活中具有重要的实际应用价值，掌握急救知识可以帮助人们在突发意外时做出及时有效的应对，挽救伤者生

命。在遇到事故或突发疾病时，正确的急救操作可以减轻伤者痛苦，减少并发症的发生，有助于提高伤者的生存率和康复速度。急救知识还能培养人们应对紧急情况的应变能力和团队合作精神，提升社会整体安全感。在日常工作和生活中，随时可能遭遇事故或突发状况，因此掌握急救知识对于个人和社会都至关重要。通过急救知识的实际应用，可以更好地保护自己和他人的生命安全，让我们的社会变得更加安全有序。

三、急救知识的普及与推广

急救知识的普及与推广对于整

个社会而言具有重要意义，可以通过在学校、社区和工作场所开展急救宣传活动，举办急救培训课程以及制作宣传资料等方式进行推广。可以借助互联网和社交媒体平台扩散急救知识，提高公众对急救的认知和理解。鼓励人们参与急救志愿者服务，积极参与志愿者急救队伍的建设，提高社会急救应对能力。同时，政府和相关部门应加大对急救知识的宣传力度，制定相应政策支持急救知识的普及，倡导急救文化，从而使更多人掌握急救技能，同时也提高整个社会的紧急救援能力，为应对突发状况做好充分准备。

三、其他注意事项

除了针对婴幼儿常见过敏原的具体应对方法外，还应注意一些其他事项以帮助预防和处理过敏情况。家长需尽量避免暴露在孩子环境中，因为烟草烟雾可能加剧过敏反应。保持室内空气流通也十分重要，有利于减少室内过敏原密度，如尘螨等。定期清洁宠物毛发可以减少宠物皮屑等过敏原的影响，提高宠物健康的同时也减少过敏风险。由于过敏原复杂多样，家长需要随身携带必要的药品或急救工具，以备在孩子出现过敏症状时进行急救处理。

骨折初期应该怎样进行自我急救

于西平 赵县妇幼保健院

骨折是常见的运动损伤，及时正确的自我急救对于减轻疼痛、减少并发症的发生至关重要。在骨折初期，正确的急救措施可以有效保护受伤部位，并为后续的治疗奠定基础。

一、骨折的原因

骨折是由于骨头受到外力作用而断裂或开裂所引起的损伤，常见原因包括意外摔跤、车祸、运动事故、跌倒、暴力伤害等外部冲击。在老年人群中，由于骨质疏松症造成骨质减少，亦极易发生骨折。此外，长期处于重复性高冲击负荷下的职业如运动员、建筑工人等容易患有力性骨折。骨折也可能是一些疾病的并发症，如肿瘤、感染、骨髓炎等，这些疾病使得骨头变得脆弱，从而易于发生骨折。骨折的原因多种多样，但外部冲击以及骨质健康状况是最主要的影响因素，因此，在预防骨折方面，避免意外伤害、保持饮食营养均衡等都是关键。

二、骨折初期的注意事项

骨折初期需要确保伤者的安全，避免进一步的损伤。要及时止血和冷敷受伤部位以减轻疼痛和肿胀。接着，应固定受伤部位，限制活动，避免不必要的移动。提高受伤部位，有助于降低肿胀和减轻疼

痛。同时，应避免进食和喝水，以防需要手术治疗时影响麻醉效果。尽快寻求专业的医疗救助，前往医院急救部门或拨打急救电话，以便专业医护人员进行进一步诊断和处理。因此，骨折的治疗和康复至关重要，在受伤后要尽快得到医生的帮助。

三、骨折初期的自我急救

在发现骨折后，应立即停止任何活动，避免移动受伤部位，以免加重伤势。使用冰袋或冰块（最好是用毛巾包裹）敷在受伤区域上，每次15-20分钟，可以有助于减轻疼痛和肿胀。固定受伤部位。通过木板、绷带等辅助工具，对受伤部位进行固定，以减少移动和避免二次伤害。提升受伤部位，将受伤的四肢或关节垫高，有助于减轻局部肿胀和疼痛。避免进食，尽可能避免吃喝，特别是避免进食药物，以免影响医生后续的诊断和治疗计划。要尽快寻求医疗救助，前往医院急救部门或拨打急救电话，让专业医护人员进行进一步评估和治疗。

综上所述，在面对骨折情况时，冷静、迅速和正确的自我急救是至关重要的。通过停止运动、冰敷、固定受伤部位、提升受伤部位等简单急救措施，可以有效减轻疼痛、肿胀，并预防进一步的损伤。

鼻窦炎：如何在关键时刻保持警觉

张芬霞 元氏县中医院

鼻窦炎，作为一种常见的上呼吸道感染疾病，常常给患者带来不适和困扰。在现代快节奏的生活中，人们往往忽视了对于鼻窦炎的警惕，并且在关键时刻缺乏应对之策。因此，探讨如何在关键时刻保持警觉，对预防和管理鼻窦炎具有重要意义。

一、鼻窦炎的病因

鼻窦炎的病因多种多样，主要包括细菌和病毒感染。常见的致病微生物包括肺炎链球菌、流感病毒等。在日常生活中，不良的生活习惯和环境因素也可能加重鼻窦炎的发病风险，如长期暴露于尘埃、烟雾等有害物质中。此外，饮食不均衡、缺乏锻炼以及慢性鼻腔疾病也可能成为鼻窦炎的诱因。个体的遗传倾向也会影响一个人是否易感鼻窦炎。因此，在了解鼻窦炎的病因的基础上，我们可以通过调整生活方式、改善环境卫生等措施，有效预防和管理鼻窦炎的发生，并在关键时刻保持警觉。

二、鼻窦炎的预防

预防鼻窦炎是至关重要的，定期保持鼻腔的清洁非常重要，可使用适当的生理盐水清洗鼻腔，防止细菌滋生。保持身体健康也是预防鼻窦炎的关键，包括均衡饮食、充足睡眠和适量运动以增强免疫系统功能。避免长时间暴露于污浊空气

中，尽量维持室内空气清新。养成良好的生活习惯，如戒烟限酒，有效减少患病风险。关键时刻，注意保持鼻腔湿润，避免干燥环境刺激。通过以上预防方法，可以大大降低罹患鼻窦炎的概率，维护呼吸道健康。

三、鼻窦炎的治疗

对于鼻窦炎患者，及时有效的治疗非常重要。在治疗方面，药物治疗是常见的方式之一。抗生素可以用于治疗细菌感染引起的鼻窦炎，而抗病毒药物则可应用于病毒性鼻窦炎。此外，局部鼻腔喷雾剂或滴剂，如盐水溶液，也可以帮助清洁和舒缓鼻腔症状。对于慢性或复发性鼻窦炎，可能需要长期使用这些药物来维持症状控制。手术治疗对于一些顽固性鼻窦炎患者也是一种选择。通过内窥镜技术进行鼻窦扩张手术或鼻翼引流术，可以减轻症状并改善患者的生活质量。除了药物和手术治疗外，还有其他治疗方法可供选择，如中药治疗、物理疗法和辅助疗法等。在关键时刻，患者和医生需要共同商讨最合适的治疗方案，以达到最佳的治疗效果。因此，在治疗鼻窦炎时，必须综合考虑病情的轻重缓急，以及患者个体的身体状况，从而选择最合适的治疗方式。

产科护理中剖宫产术后注意事项

赵翠娟 赵县中医院

剖宫产术后的产科护理至关重要，涉及伤口护理、生命体征监测、康复活动、母乳喂养和心理支持等方面。细致的护理可以预防并发症，促进产妇康复，确保新生儿健康。在这一特殊时期，医护人员的关怀和家人的支持对产妇的康复和家庭的稳定至关重要。

一、剖宫产手术

剖宫产手术是一种通过在产妇腹部进行切口，然后在子宫上开一个小口，从而使胎儿顺利出生的手术过程。医生会给产妇麻醉，通常是腰麻，以确保产妇在手术期间没有疼痛感。然后，在无菌条件下，医生会在产妇腹部做出一一切口，通常是水平或斜向的下腹部切口。接下来，医生会小心地切开子宫，露出胎儿并将其轻轻取出。在胎儿出生后，医生会检查胎盘，确保完全排出，并对切口进行缝合。整个手术过程需要专业的医疗团队和设备支持，以确保产妇和胎儿的安全。剖宫产手术通常在无法通过自然分娩的临床应用进行初探，发现该技术具有显著的优势和潜力，同时，该技术更具推广价值。

二、产科护理的重要性

产科护理可以确保产妇在分娩过程中得到专业的监护和支持，包括监测产程进展、提供疼痛管理、协助分娩等，从而最大程度地减少

产程中的风险和并发症。产科护理也关注新生儿的健康和安全，包括婴儿的初生护理、喂养指导、监测生命体征等，以确保新生儿顺利适应外界环境，减少发生并发症的可能性。产科护理还为产后康复提供支持，包括提供母乳喂养指导、产后护理建议、心理支持等，帮助产妇尽快恢复健康，适应新的母亲角色。因此，产科护理不仅关乎产妇和新生儿的生命安全和健康，也关系到整个家庭的幸福和稳定。

三、剖宫产术后产科护理的注意事项

剖宫产术后的产科护理至关重要。注意伤口护理是关键之一，保持切口干燥清洁，定时更换敷料，观察是否有红肿、渗液等异常情况。要监测产妇的生命体征，包括血压、心率、呼吸等，及时发现和处理任何不适症状。帮助产妇进行床边活动，促进身体恢复，减少血栓形成的风险。鼓励母乳喂养，并提供正确的哺乳姿势指导，以促进母婴健康。最重要的是，提供心理支持和理解，帮助产妇调整情绪，减轻焦虑和抑郁情绪，建立稳定的家庭关系。

综上所述，重视产科护理工作，提供优质的护理服务，对于促进母婴健康、提高生育率，具有重要意义。

常规器械行单孔腹腔镜手术在儿童普通外科疾病中的临床应用初探

周凯红 元氏县中医院

随着现代医学技术的不断进步，微创手术在儿童普通外科疾病的治疗中逐渐占据重要地位。单孔腹腔镜手术以其创伤小、恢复快、美观性好等优势，受到越来越多医生和患儿的青睐。因此，本研究旨在深入探讨常规器械行单孔腹腔镜手术在儿童普通外科疾病中的临床应用效果，为临床实践提供理论依据和经验借鉴。

一、单孔腹腔镜手术的原理

单孔腹腔镜手术的原理是通过在患者腹部开一个微小切口，将特制的腹腔镜器械经此切口进入腹腔，进行手术操作。这种手术方式

相较于传统多孔腹腔镜，减少了手术切口的数量，降低了手术创伤，有利于术后恢复。同时，单孔腹腔镜手术通过高清摄像系统和精密手术器械，能够清晰地显示腹腔内病变情况，确保手术操作的准确性和安全性。因此，单孔腹腔镜手术在儿童普通外科疾病治疗中具有广泛的应用前景，为患儿提供更加微创、高效的手术治疗选择等。

二、儿童普通外科疾病的治疗现状

儿童普通外科疾病的治疗现状表现为多样化与精细化。随着医疗技术的不断进步，传统的开放手术

逐渐被微创手术所替代，减少了患儿的痛苦和术后恢复时间。同时，针对不同类型的儿童外科疾病，如先天性畸形、肿瘤、炎症等，医生会根据患儿的具体情况制定个性化的治疗方案。此外，多学科协作也成为儿童普通外科疾病治疗的重要模式，确保患儿得到全面、专业的治疗。

三、常规器械行单孔腹腔镜手术在儿童普通外科疾病中的临床应用

手术方法与步骤是单孔腹腔镜手术中的关键环节。医生会在患儿腹部选取合适位置做一小切口，并导入腹腔镜器械。随后，