

从紧张到安心： 介入诊疗中的护理关怀

◎河北省保定市第二医院 张 欣

在现代医疗技术日新月异的今天，介入诊疗凭借微创、精准、高效等优势，已成为许多疾病治疗的重要手段。然而，面对陌生的手术环境与复杂的器械操作，患者常因对过程缺乏了解而产生紧张、恐惧等心理负担。幸运的是，介入诊疗中的护理关怀贯穿术前、术中和术后全过程。这份专业而温暖的护理照护，如同黑暗中的一束亮光，驱散患者的不安，引领患者顺利完成整个诊疗过程。

术前准备：细致入微，消除疑虑

介入诊疗前的准备阶段，往往是患者情绪最为紧张的时期。护理人员在这一阶段扮演着至关重要的角色。他们首先需对患者的全身状况进行全面的评估，以排除手术禁忌，确保介入操作的

安全性。在此基础上，护理人员会以通俗易懂的语言，耐心向患者讲解手术的基本流程、预期疗效及可能出现的风险与应对措施，同时鼓励患者提出疑问并予以详尽解答。这种充分的信息支持，如同给患者服下一颗“定心丸”，有助于缓解其恐惧心理，增强对治疗的信任与配合。

除心理疏导外，护理人员还会指导患者做好必要的术前准备，比如严格控制禁食禁水时间、调整药物等，确保手术顺利进行。这些看似细微的工作，无不体现着护理人员对患者无微不至的关怀，也为手术的顺利开展奠定坚实基础。

术中陪伴：专业守护，温暖人心

介入手术室内，护理人员身着厚重的铅衣，时刻关注着监护仪上的每一个

数字，保持着高度的警觉。他们不仅要精确配合医生完成器械传递、导管推送等操作，更需持续观察患者心率、血压、血氧饱和度等指标，及时发现异常并协助处理，确保手术安全运行。

在手术过程中，护士会通过温和的语气与清醒状态下的患者沟通，引导其放松配合，并鼓励他们主动表达不适，及时给予安抚与鼓励。这种专业精准与温暖陪伴交融的模式，能有效抚平患者术中的焦虑与恐惧，让患者感受到温暖与关怀。

术后护理：精心照料，促进康复

手术顺利结束，并不意味着护理工作的完成，恰恰相反，术后精心照护是保障患者全面康复的关键阶段。护理人员会持续密切监测患者的生命体征，观察穿刺部位有无渗血、血肿，以及是否出现发热、寒战等感染迹象，做到早期识别、及时干预。在疼痛管理方面，护理人员会根据评估结果给予适当的镇痛措施，确保患者舒适度过恢复期。

此外，护理人员会根据患者的手术类型和恢复进度，制订循序渐进的康

复训练计划，从早期床上活动逐步过渡到离床锻炼，包括肌肉力量训练、关节活动度维持等，以促进患者身体功能恢复，改善远期生活质量。

在饮食方面，护理人员会结合患者的恢复情况制定个性化的饮食计划，确保患者获得充足的营养支持。对于存在创口的介入治疗患者，护士还会细致指导患者掌握正确的伤口清洁、换药与观察方法，从而有效预防感染，促进伤口愈合。

人文关怀：耐心倾听，慰藉心灵

除了专业的医疗护理，人文关怀也是介入诊疗全过程中不可或缺的一部分。护理人员通过耐心倾听，为患者提供一个情绪宣泄与倾诉的出口，深入理解其内心焦虑与顾虑所在，并以真诚的言语鼓励患者，帮助患者调整心态，积极面对疾病。这种充满温度的沟通方式，不仅帮助患者重建安全感，更让其感受到被尊重与被理解的温暖，如同一剂无形的良药，有效缓解患者对疾病的恐惧与无助，增强战胜疾病的信心，为顺利康复注入希望。☺

手术室压伤预防，护理细节别忽视

◎简阳市人民医院 叶 辉

很多患者术后出现的皮肤红肿、硬结、浅表破损、肢体酸痛问题，并不是手术创伤导致，大多是术中体位受压引发的手术室压伤。这类损伤隐蔽性较强，术中处于麻醉状态时身体无法感知压迫，术后苏醒后才会逐步显现，轻则短期皮肤出现淤青、疼痛，重则出现破溃、压疮，延长恢复周期。手术室压伤完全可以通过精细化护理提前规避，了解压伤的形成原因与预防细节，主动配合医护护理操作，能够有效杜绝术后皮肤损伤问题。

手术压伤产生原因

手术压伤的出现，是压力、时长、身体状态等多重因素共同作用的结果。患者麻醉后全身肌肉松弛、感知消失，身体会长时间保持固定体位，骨骼凸起部位的皮肤和软组织会持续承受身体重力压迫，局部血液循环变慢，组织供氧供血不足，进而出现组织损伤。手术时长越长，局部受压累积损伤越明显，高龄、体型偏瘦、皮

肤松弛、营养不良的人群，皮肤耐受度更低，是压伤的高发人群。同时，术中皮肤潮湿、体位摆放不当、局部受力不均、约束带固定过紧等细节问题，都会进一步加重皮肤损伤，诱发各类术中压伤。

术中体位防护方法

重点部位垫护 人体骨骼凸起位置是压伤的高发区域，包含肩胛、腰背、手肘、足跟、膝盖、骶尾部等部位，这些区域皮下脂肪少、皮肤紧贴骨骼，受压后极易出现血液循环受阻。医护人员会根据手术体位，在所有受力重点部位铺垫专用减压软垫、硅胶护垫，均匀分散身体压力，避免单点皮肤持续承压。不同手术体位的防护重点各不相同，平躺体位重点保护骶尾、足跟，侧卧位重点防护肩膀、胯部、膝盖，俯卧位重点保护前胸、脸颊，全方位覆盖薄弱皮肤区域，从源头预防压伤。

规范摆放姿势 不规范的身体姿势会造成局部受力集中、肢体牵拉扭曲，大幅

提升压伤概率。术中摆放体位时，医护人员会严格贴合人体生理曲线，保持脊柱、四肢处于自然放松状态，不会强行拉伸、弯折肢体。手术过程中在不影响手术操作的前提下，会适度微调肢体角度，缓解局部长时间压迫。同时合理调整手术床倾斜角度，避免身体滑移导致皮肤牵拉、褶皱受压，杜绝因姿势不当引发的隐性皮肤、软组织损伤。

术中皮肤护理要点

保持皮肤干爽 皮肤潮湿会降低皮肤抵抗力，软化表层组织，大幅增加压伤风险。术中消毒液残留、汗液堆积、冲洗液渗漏，都会造成局部皮肤潮湿、黏腻，让皮肤更容易受损。医护人员在术前会彻底擦干患者体表的水渍、汗液，规范擦拭皮肤并进行消毒，及时清理多余的消毒液，避免液体长期浸渍皮肤。全程保持手术床单平整、干燥、无褶皱、无碎屑，杜绝异物压迫和潮湿刺激，维持皮肤健康状态，提升皮肤抗压能力。

正确使用固定器具 为防止术中肢体移位影响手术，需要使用约束带、固定贴等用品固定身体，但固定方式不当极易造成局部压伤。临床护理中会选用柔软、透

气的专用固定器具，固定力度松紧适宜，既能保证术中身体稳定，又不会压迫血管和皮肤。固定部位会提前铺垫软垫防护，避免硬质器具直接接触皮肤，同时避开骨骼凸起位置和浅表血管区域，减少摩擦和压迫损伤，兼顾手术安全与皮肤防护。

患者也需积极配合

手术室压伤的预防，离不开患者的主动配合与术前信息告知。术前可主动向医护人员说明自身皮肤状态，是否存在皮肤敏感、既往压病史、关节疼痛、体型偏瘦、营养不良等情况，方便医护人员有针对性地加强防护，定制个性化减压方案。摆放手术体位时，完全放松身体，遵从医护人员指导调整姿势，不刻意紧绷肌肉、不自主发力扭动身体，保证体位摆放规范。术后苏醒后，若发现皮肤红肿、压痛、硬结等情况，及时告知医护人员，尽早开展局部护理干预，避免损伤加重。

看似简单的垫护、干燥、固定等细节，能够最大程度减少皮肤压迫损伤，规避术后皮肤肿痛、破溃等问题。患者术前主动告知身体情况、术中积极配合体位摆放，可有效降低压伤发生概率，让手术更安全、恢复更顺畅。☺

痔疮患者日常生活护理注意事项

◎通江县永安镇卫生院 向玉梅

痔疮是临床较为常见的肛肠疾病。随着生活节奏的加快，痔疮患者数量持续增加，尤其是成年人群的发病率极高，高达90%，俗话说说的“十人九痔”，就是这个道理。充分了解痔疮的危害，做好日常护理与预防，有助于远离该疾病困扰。

常见症状及危害

便血：痔疮是肛肠疾病中发病率最高的疾病，会导致肛管或直肠下端静脉丛充血肿大，在排便时，大便对局部造成刺激，通常就会引起出血。

肛门疼痛：当患有内痔时，如果发生嵌顿，痔疮组织血管长期受外力压迫，导致血液循环障碍，可能出现水肿、坏死，从而引起剧烈的疼痛；患有血栓性外痔时，会导致局部静脉淤血，也会引起剧烈的疼痛。

坐立不安：如果肛门疼痛比较严重，也可能会使患者出现坐立不安的情况，对生活和学习造成不良影响。

便秘：部分患者由于疼痛，不愿排便，长此以往可能会导致大便干结，引发便秘。

贫血：患病后如果没有及时进行治疗，长时间便血，也可能会引起贫血，出现皮肤黏膜（眼睑、嘴唇、甲床等）苍白、疲乏无力等症状。

日常护理需注意

术后痔疮的预防复发，需从日常生活细节着手，形成系统化的健康管理习惯。

1.良好习惯不能忘

保证充足睡眠，避免熬夜所致的机体功能紊乱；同时避免久坐或久站等单一姿势持续过久。适度的活动能帮助患者疏通气血、调理脾胃，解决气血循环不畅的问题。保持肛门及会阴部位的清洁干燥，不要使用粗糙便纸或用力擦拭，选择柔软的材质，避免对肛门产生刺激；不要穿紧身裤或布料粗糙的内裤，避免对局部产生摩擦刺激，衣物宜宽松、透气。保证饮食均衡，多吃清

淡、易消化的食物，避免辛辣、生冷等刺激性食物，养成规律进食的好习惯。定时排便，排便时避免过度用力或长时间蹲坐。

2.综合护理要记牢

痔疮周围存在大量的神经组织，痔疮发作时，患者会感觉剧烈疼痛。尤其是手术后，粪便刺激伤口都会让疼痛加剧，这些情况会让患者产生焦虑、恐惧、紧张等负面情绪，这些负面情绪对患者的恢复和治疗都会造成一定的影响。排便时的不适感容易让患者产生排斥心理，有些患者因为心里的恐惧，就遏制排便的意愿，这种情况会导致大便在肠道内堆积，反而造成过量大便排泄，对伤口造成影响。在患者感到剧烈疼痛情况下，不想配合医生进行治疗，依从性降低，无法让手术治疗后的护理工作取得良好的效果。

3.细节方面把握好

在细节方面围绕着患者的心理展开护理。痔疮会让患者出现焦虑、烦躁甚至抑郁等负面情绪，护理人员及家属需关注患者情绪变化，给予充分倾听与适度疏导，缓解其对病情预后的担忧。同时，痔疮疼痛的时候可以借助肌肉放松、呼吸疗法等让患者有所缓解。日常清洁肛周区域时，应选用质地柔软的卫生纸，或将其适当湿润后轻拭，避免干

纸反复摩擦对局部创面造成额外刺激，有效减轻疼痛等不适。

4.遵医嘱用药复查

患者要根据医嘱坚持用药，包括各种内服药和外用药等。不可在病情好转后随意减少药量或停止用药。痔疮是容易反复发作，擅自改变用药方案不利于病情的控制。此外，患者要定期前往医院进行复查。患者若出现大便变细、便秘与腹泻交替等疑似癌变的症状时，要及时就医。

5.体育运动

放松呼吸：取仰卧位，全身放松，双手重叠于小腹，使腹式深呼吸，呼气时腹部鼓起，吸气时腹部凹陷。重复进行10～20次。

夹腿提肛：取仰卧位，双腿交叉，臀部及大腿用力夹紧，肛门逐渐用力向上提，持续5秒钟左右。可逐渐延长提肛的时间，重复进行10～20次。

总之，痔疮的发生与日常生活习惯密切相关。维护肛肠健康，需主动改掉不良行为习惯，从生活细节入手，做好痔疮预防工作。切勿认为痔疮是常见的疾病而忽视其潜在的危害，防患于未然，是每个人都应具备的健康意识。只有如此，才能有效降低发病风险，远离相关疾病的困扰。☺