

甲状腺手术怎么实施个性化护理?

龚小燕 李雪飞

达州市达川区中医医院 635000

【中图分类号】R473

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2022) 12-093-02

近年来,甲状腺疾病的发生率不断上升,给人们的健康带来了很大的威胁。甲状腺是人体重要的内分泌器官,主要负责分泌甲状腺激素,调节人体代谢和生长发育。如果甲状腺出现问题,就会影响到人体的正常生理功能。对甲状腺疾病治疗时,手术治疗是主要方法之一,但手术存在创伤,很多患者在听到自己要手术时,心理上都会产生负性情绪,容易影响手术的实施及治疗效果。所以,对行手术治疗的甲状腺疾病患者来说,必要的护理措施应用不可缺少。那么,应该如何对甲状腺手术患者进行个性化护理呢?下面就让我们一起来了解一下吧。

一、什么是甲状腺手术?

甲状腺手术是一种医疗程序,用于治疗甲状腺疾病。甲状腺是一个位于人类颈部前部的蝶形腺体,其主要功能是分泌甲状腺激素,参与调节人体的代谢和免疫功能。当甲状腺发生病变时,可能需要进行手术治疗。

甲状腺手术的方法包括:甲状腺部分切除术、甲状腺全切除术、甲状腺次全切除术等。具体的手术方式取决于患者的具体病情和医生的建议。在手术过程中,医生会使用各种医疗器械,如手术刀、电刀、超声刀等,以确保手术的顺利进行。

甲状腺手术虽然是一种比较常见的手术,但是也存在一定的风险和并发症,如术中出血、喉返神经损伤、甲状旁腺损伤等。因此,在进行甲状腺手术前,患者应该充分了解手术的风险和并发症,并听从医生的建议。

二、甲状腺手术适应证与禁忌症

• 适应证

①甲状腺肿瘤:包括良性和恶性肿瘤,如甲状腺腺瘤、甲状腺癌等。②甲状腺功能亢进:如Graves病等。③甲状腺功能减退:部分甲状腺功能减退的患者可能需要手术治疗。④甲状旁腺功能亢进:甲状旁腺腺瘤等疾病可能导致甲状旁腺功能亢进,手术治疗是常见的治疗方法。⑤其他甲状腺疾病:如结节性甲状腺肿、甲状腺炎等,根据病情可能需要手术治疗。

• 禁忌症

①伴有严重心、肝、肺、肾等重要器官疾病的患者,因手术风险较高,不宜手术治疗。②患有凝血功能障碍、血液病等血液系统疾病的患者,手术可能导致出血不止,不宜手术治疗。③老年患者、儿童等身体状况较差的患者,因手术耐受性较差,一般不宜手术治疗。④病变较轻、良性病变等不需要手术治疗的,以非手术治疗为主。

三、甲状腺手术怎么实施个性化护理?

• 术前个性化护理

在术前,个性化护理主要包括对患者的一般情况评估、专项检查和综合评估。通过对患者的全面了解,医护人员可以确定有针对性的护理方案,为患者提供最佳的护理措施。①一般情况评估:包括患者的年龄、性别、身体状况、生活习惯等方面。这些因素可能影响手术效果和患者的康复进程,

因此需要认真了解和分析。②专项检查:甲状腺手术前需要进行相关的专项检查,如甲状腺功能、甲状腺B超等。这些检查结果可以帮助医生了解患者的甲状腺状况,从而制定更加精确的手术方案。③综合评估:在一般情况评估和专项检查的基础上,医护人员需要对患者进行综合评估,以确定患者的身体状况是否适合进行甲状腺手术。

• 术中个性化护理

①身体状况护理:在手术过程中,医护人员需要对患者的生命体征进行密切监测,如心率、血压、血氧饱和度等。同时,还需要注意患者的体温、麻醉效果等方面的变化,确保手术的顺利进行。②精神状态护理:患者在手术过程中往往会出现紧张、焦虑等不良情绪,这可能影响手术效果和患者的恢复。因此,医护人员需要对患者进行心理疏导,安慰患者,帮助患者保持平静的心态,以便更好地配合手术。

• 术后个性化护理

①术后不适及应对。甲状腺手术后,患者可能会出现一些不适症状,如喉咙疼痛、咳嗽、痰多、颈部肿胀等。这些症状通常属正常现象,会随着时间的推移逐渐减轻。然而,如果症状持续加重或出现高热、伤口感染等严重情况,应及时就医。②饮食及运动指导。饮食:甲状腺手术术后,患者应遵循高蛋白、高热量、低脂肪的饮食原则,以利于伤口愈合。同时,应增加新鲜蔬菜和水果的摄入,以补充维生素和矿物质。避免进食刺激性食物和饮料,如辛辣、酸甜、油腻食物和咖啡、浓茶等。运动:术后患者应尽早进行颈部运动,以促进血液循环、减轻肿胀和疼痛。同时,可以逐步进行上肢和胸背部肌肉的锻炼,增强肌肉力量,有助于康复。需要注意的是,应避免剧烈的颈部活动,以免影响伤口愈合。③心理疏导。甲状腺手术术后,患者往往会出现焦虑、恐惧、抑郁等心理问题。为帮助患者更好地应对这些问题,医护人员和家属应给予关爱和支持,积极进行心理疏导。例如,向患者解释手术的结果和后续治疗计划,帮助其了解病情;鼓励患者表达内心的感受和困惑,及时解答疑问;同时,可以引导患者进行放松训练,如深呼吸、冥想等,以缓解紧张情绪。

四、如何预防甲状腺疾病?

甲状腺疾病主要包括甲状腺功能亢进、甲状腺功能减退、甲状腺炎、甲状腺结节等。这些疾病的发生与多种因素有关,如遗传、环境、饮食、生活习惯等。预防甲状腺疾病的关键是要保持健康的生活方式,积极避免这些致病因素。

• 合理饮食:合理饮食是预防甲状腺疾病的重要措施之一。我们应该保持营养均衡,多吃一些富含蛋白质、维生素和矿物质的食物,如新鲜蔬菜、水果、全谷类食物等。同时,要减少高碘食物的摄入,如海带、紫菜等。高碘食物摄入过多会增加甲状腺疾病的风险。

(下转第94页)

痔疮不及时治疗的危害有哪些

马 凯

成都市郫都区人民医院 611730

【中图分类号】R657.1

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2022) 08-094-01

痔疮是目前临床上非常常见的一种肛肠疾病，痔疮往往会困扰着人们，降低患者的生活质量，影响患者的身心健康。痔疮主要发生在长期久坐或者经常出现便秘的人群当中。痔疮在临床上可以分为三种：内痔、外痔和混合痔。由于肛垫的支持结构以及动静脉吻合支和静脉丛出现病理改变或者出现移位，被称为内痔；而齿状线远侧皮下静脉丛的病理性扩张或者是出现血栓则被称为外痔；如果是内痔和外痔融合在一起，将成为混合痔。由于痔疮的发病位置非常特殊，有很多患者都因为害羞所以不愿意进行治疗，最终也耽误了痔疮的最佳治疗时机。痔疮这种疾病是有一定危害性的，患有痔疮的人群必须及时进行就医才能够有效的降低对身体产生的伤害。

一、痔疮的临床症状

便血，患者在大便时没有痛感，但是会间断性在便后出现出血的情况，也是内痔早期非常常见的一种症状。一般患者在大便后擦拭的纸上会带血或者是出现滴血的情况，有少部分的患者还会呈现出喷射状出血的情况，这种便血的情况能够自行停止出血，但是由于长时间的出血也会引起患者出现出血性贫血，所以一定要进行有效的治疗。

痔脱出，混合痔或者是内痔很有可能出现脱出的情况。

疼痛和不适感，如果患者单纯的患有内痔就不会有明显的疼痛感，只会表现出坠胀感。但是当合并出现感染或者形成血栓以及嵌顿的情况时，患者就会感觉到疼痛。内痔以及混合痔脱出嵌顿发病的时间为1~3天，患者会感受到非常强烈的疼痛，并且患者会出现坐立不安和行动不便的情况，严重的降低了患者的生活质量。

瘙痒，当出现痔脱出的患者就会经常流出一些粘液分泌物，这种分泌物会刺激到患者肛门旁的皮肤，从而出现瘙痒的情况。

贫血，患有内痔的患者当内痔出血的时候会引发患者出现失血性贫血，患者也会因此出现精力不佳、头晕目眩、大便干燥和食欲不振的情况，同时患者体内的血红蛋白值也会出现降低的现象。

血栓性静脉炎，由于患有外痔的患者静脉丛扩张以及回流受阻，从而形成了血栓。所以患者会感受到非常强的局部疼痛感，当患者坐下或者排便、在行走时，疼痛都会更加的严重。

二、痔疮所带来的危害

肛周湿疹，如果患者出现痔脱出或者括约肌松弛时，就很容易导致患者出现肛周湿疹以及皮肤瘙痒的情况。

贫血，患者由于痔疮的原因会出现出血，所以导致患者也会因此出现贫血。当患者的贫血非常严重时就会形成心悸，患者会表现出面色苍白、心率加快和倦怠乏力的情况。

引发肛肠疾病，痔疮是疾病的导火索，肛瘘和肛裂等都是因为痔疮而发作的，如果患者在患有痔疮以后又出现了其他类型的肛肠疾病，就会给治疗带来非常大的难度，同时也会延长患者的恢复时间，甚至影响到患者的正常生活和工作。

引发脱垂和嵌顿，甚至是坏死，痔核嵌顿在患者的肛门外，由于发生了一系列的病理变化，就会导致患者肛门出现局部水肿的情况，也加重了痔核的嵌顿，并且会形成一种非常恶性的循环，甚至可能出现坏死的情况。

诱发癌变，虽然痔疮不会发生癌变，但是痔疮能够引发癌变，当患者受到慢性炎症刺激时，肛门也会遭受到污染，长期下去就可能导致癌变的发生。

三、能够有效预防痔疮的小妙招

目前痔疮在临床上的发病率比较高，有很多患有痔疮的患者在进行治疗以后仍然会出现复发的情况，这种情况不仅是因为没有治疗彻底，也是因为没有有效的去预防痔疮。首先预防痔疮的方法就是加强锻炼，可以选择适合自己的运动方式，提高自身的抗病能力，降低痔疮的发病几率。此外，还应该有效预防便秘的发生，养成定时排便的好习惯，如果本身就患有便秘的情况，可以通过调节饮食的方法来促进肠胃的蠕动。另外，还需要注意维持肛门周围的卫生，因为粪便中会含有非常多的细菌，很容易污染到肛门的周围，导致皮脂腺出现感染的情况，所以应该勤换洗内裤，并且勤清洗肛门来有效的预防痔疮。

(上接第93页)

• 保持良好作息：良好的作息习惯对预防甲状腺疾病非常重要。我们应该保持充足的睡眠，避免熬夜、劳累过度等不良生活习惯。此外，还可以通过适当的运动来增强身体的免疫力，预防甲状腺疾病的发生。

• 保持心理健康：心理健康对预防甲状腺疾病也有很大的帮助。我们应该学会调节自己的情绪，避免过度焦虑、抑郁等不良情绪的影响。此外，还可以通过参加一些兴趣爱好活动、社交活动等来放松心情，保持心理健康。

• 避免过度辐射：过度辐射是导致甲状腺疾病的一个重要因素。我们应该尽量避免接触辐射源，如X光、CT等。如

果必须接受放射性检查，应该做好防护措施，如穿铅围裙、戴铅眼镜等。

• 定期体检：定期体检是预防甲状腺疾病的重要手段。通过定期检查甲状腺功能和甲状腺彩超等检查手段，可以及时发现甲状腺疾病，并采取相应的治疗措施。

总之，在甲状腺手术中实施个性化护理是至关重要的。通过对患者进行全面的了解和评估，医护人员可以制定个性化的护理方案，为患者提供最佳的护理服务。这种护理模式不仅可以提高手术效果和患者的康复速度，还可以提高患者的满意度和医疗质量。未来，随着医疗技术的不断发展和进步，个性化护理将在更多领域得到应用和推广。