维普资讯 http://www.cqvip.com

元以上的仪器设备的查询，组成实验室仪器、设备报表，建立价格在500元以下的仪器设备查询、打印出实验室低值易耗品报表。(3)建立开关面板，使开关板上的项目与数据表的窗体相对应，使窗体更加美观、操作更加简便。(4)在表、窗体、查询等建立之后，在数据库的使用过程中，根据需要随时进行数据表的调整，使数据库更加完美、实用。

2.数据库的使用：(1)使用查询方便快捷地提取数据：用Microsoft Access建立的Office文档是一个简单实用的数据库，可根据需要从数据库中随意抽取所需数据。例如：可随意查看实验室现有仪器、设备，并可通过筛选而查看和打印任何一年或其中某一月购入的仪器、设备；可查看任何一门课程的实验项目管理情况或打印实验项目管理报表。

(2)运用排序功能迅速改变数据组合：可在表或查询中使用任意一列(字符段)进行排序。例如：可根据仪器设备购入年、月进行排序，打印出各年购入的仪器、设备，也可根据仪器的价格进行排序，从而很容易看出现有设备中价值最高和最低的设备。(3)可进行数学运算：利用查询的总计行可计算某一列中所有字段值的总量、平均值、方差、标准差、最大值、最小值等。

三、讨论

在Windows 95下用Microsoft Access建立Office文档，实现实验室的计算机管理能方便快捷地进行数据处理，随心所欲地提取数据，迅速准确地进行统计运算，简单便利地进行排序，使管理更加完善、科学，使繁锁的管理工作得以优质高效地完成。Microsoft Access为窗式操作，有菜单提示和帮助功能，操作简单易学，一般操作不需要专门的数据库知识，易于推广和使用，为实验室工作的计算机管理提供了一个途径。不足之处是系统需要一定的软、硬件条件、文档占用磁盘空间较大，一些较高级、复杂的运算需要专门学习后才能更好地使用。

随着计算机的普及，计算机在各方面的管理中起到了越来越重要的作用，但是并不是说有了计算机就等于已应用计算机进行管理，实验室管理也是一样，如果只是在计算机上画一张大的表格来存放数据，或是仅仅一些文字材料贮存在计算机内，这不是完全意义上的计算机管理，计算机管理的基本要求应该是建立相应的数据库，使数据的输入、输出、利用更加方便、快捷，满足各种管理需要。

(收稿：1999-12-13)

251-252 冠心病心绞痛 健康教育 防治 33

冠心病心绞痛患者健康教育初探

R541.4

李 俊*

随着人们生活水平的提高，寿命的延长，冠心病已成为危害人们健康的主要疾病。有关资料证明冠心病患者心绞痛及心肌梗塞的发生率与膳食结构，社会心理因素，活动的时间与强度，能否及时服药和就医有密切的关系[1]。所以，加强冠心病患者的健康教育，对于延缓病情进展，恢复患者自理能力，延长患者寿命、提高患者生活质量有重要的意义。作者对冠心病心绞痛患者进行了健康教育并观察了其对出院后病情的影响，为冠心病心绞痛患者的护理及防治提供参考依据。

一、对象和方法

1.对象：60例冠心病心绞痛患者均选自我科1998年1月～1998年3月住院病人，均经心电图、运动试验、ECT或冠脉造影确诊，其中男性43例，女性17例，年龄44～75岁，平均58.3±8.6。

2.方法：上述60例患者随机分成两组，其中30例在住院期间进行了健康教育，另30例作为对照组未作健康教育。两组病人住院期间均接受常规治疗，均于稳定2周未发生心绞痛出院。出院后均予3个月随访。观察指标有：减轻发作的例数(发作频率和发作持续时间比入院前减少)、不稳定性心绞痛和心肌梗塞的发病人数。用X_2检验进行了统计学处理。

二、结果

随访结果显示，健康教育组减轻发作的人数明显多于对照组($P<0.01$)，不稳定性心绞痛及心肌梗塞的发病人数少于对照组。不稳定性心绞痛组($P<0.05$)有统计学意义，心肌梗塞组($P>0.05$)无统计学意义。(见表1)

表1 冠心病心绞痛患者健康教育随访结果($\bar{x}\pm s$)

观察指标	健康教育组(30)	对照组(30例)	X^2	P值
减轻发作例数	19	6	<0.01	
不稳定性心绞痛发作例数	4	14	<0.05	
心肌梗塞发生例数	0	2	>0.05	

三、健康教育的方法和内容

我们采取了个人与集体相结合的方法，就冠心病的危险因素，对患者的自我护理、活动、用药、急救措施等进行健康教育。主要以集体讲解，个别交谈，黑板报及散发书面材料的形式进行。具体内容如下。

1.心理引导：与患者建立良好的护患关系，了解病人的心理需求，观察病人的行为性格。告诉病人要注意调节情态，避免情绪激动和突然紧张，教会自我心理疏导法，多参加娱乐活动，清除焦虑、抑郁的情绪保持乐观的态度，同时嘱病人家属给予宽松、舒适的家庭环境，避免从事过度紧张，竞争性过强的工作。

2.危险因素的宣教：鼓励患者不吸烟、限制饮酒、控制体重和血压、降低血脂水平、防治糖尿病、增加适当的体力活动等。

3.健康膳食的指导：合理膳食可降低血胆醇浓度和冠心病

* 作者单位：400038 重庆市第三军医大学应用解剖与手术学教研室

维普资讯 http://www.cqvip.com

的发病率[2]。提倡清淡、易消化，低盐饮食。WHO建议每日摄入盐不超过5克[1]，避免暴饮暴食，少量多餐，忌食 过甜、高胆固醇和刺激性食品。可以适当增加粗纤维食物的摄入，以促进肠蠕动。

4.保持大便通畅，预防便秘。多吃蔬菜及粗纤维的食物，鼓励饮水，适当增加活动，卧床者教会患者顺着肠蠕动的方向按摩，必要时可用大便软化剂及导泻剂，训练定时排便的习惯。

5.活动的指导：心绞痛病人在无症状时，鼓励患者下床活动，以不引起胸闷、气促为宜；心绞痛发作时，立即就地休息，停止活动，必要时吸入氧气，待症状缓解后，逐步增加活动量。

6.急救措施的宣教：教会患者如何终止心绞痛发作，嘱患者立即休息，并舌下含服硝酸甘酯或消心痛，在患者外出时必备硝酸甘油。若休息和服药15分钟不能缓解时，应及时到医院就诊。

7.药物作用及注意事项介绍：

(1)硝酸酯类：药物易潮解，可因遇热暴露时间过长而氧化失效，用药前核对有效期。服药后预防体位性低血压。

(2)β受体阻滞剂：可以在降低心肌氧耗，减轻心肌缺血同时，有可能加重心衰，哮喘及低血糖，嘱患者不能私自停药或减量。

(3)钙拮抗剂：副作用主要是面部潮红、头痛，嘱患者有这些症状要立即告诉医生以便及时处理。

(4)抗凝及溶栓剂：用药后告诉患者要多注意口腔、呼吸道、皮肤、粘膜的有否出血，大、小便的色，有异常要告诉医生。

8.良好睡眠：心绞痛患者要保证充足、高质量的睡眠，当睡眠不佳时，可适当用镇静剂。

9.向患者及家属讲解心肌梗塞的早期表现，如突然严重心绞痛发作或原有心绞痛程度加重，发作频繁，时间延长或含服消心痛无效等心前区疼痛伴恶心、呕吐、大汗、心动过缓等都要及时就医。

四、讨论

冠心病的发病机制有许多相关因素，如高血压、高血脂、糖尿病、吸烟、肥胖、社会心理因素等。而心绞痛的发作与活动和情绪激动有直接的关系。因此，对冠心病患者进行有针对性的心理疏导、用药、饮食、活动等方面的健康教育显得极为重要。

我们的结果发现，有效的健康教育能降低心绞痛的发生率，能减少心绞痛的发生次数和心肌梗塞的发生人数表明冠心病心绞痛患者健康教育积极有效、势在必行。

健康教育是以健康为目标通过教育活动使人们采取有利有于健康的生活方式以便预防疾病提高生活质量。本文通过健康教育使患者学到了许多与本病有关的保健知识，提高了患者生活能力为延缓病情进展创造了良好的条件。通过饮食的指导降低血脂浓度，使血液粘稠度下降，血液的流动性增加。活动的指导，恢复和增加了心肌收缩力，增加冠状动脉侧支循环，从而改善心肌供血，长期锻炼可通过减少神经体液过度反应和增加对应激的负荷能力以减少心律失常和心血管事件。急救措施、用药的宣教，心肌梗塞前症状的介绍，对于终止心绞痛提高就诊意识，早期治疗有积极的作用。

随着经济的发展，社会的进步冠心病的健康教育作用和地位越来越重要，需要探讨和解决的问题很多，要求我们护理人员知识的更新与发展，使冠心病的健康教育开展得更为科学化、具体化、专业化。

参 考 文 献

1.陈在嘉，徐义枢，孔华宇，主编.临床冠心病学.北京：人民军医出版社，1994.50－59.

2.郭明贤，张茹英.对老年冠心病患者的护理教育.中国健康教育，1997，13(10)：30.

(收稿：2000-03-01)

252-253 CAI 医学教育 开发 应用 34

CAI在医学教育中的开发和应用

李兴锋* 姜 娟*

随着科技发展，计算机多媒体技术等融入我们的生活和学习，改变了世界。为适应信息时代的要求，培养21世纪具有高素质的人才，我们必须结合现有的电教设备，利用多媒体计算机和信息网络技术，改革传统教学手段，适应现代的教学模式，以培养学生的智力、创造力为主要目的，调动教学老师和学生的积极性，提高教学效果。

一、CAI在医学教育中的应用

CAI是以电脑为工具，加上适用这种环境的软件，将教学手段、教学内容、教学形式、教学方法融为一体，使教学活动更具科学性、技术性和艺术性。它既能集中优秀教师的智慧，达到较高的教学水平，又能激发学生的学习兴趣，创造力和想象力，还能及时反馈各种信息，统计分析学生的学习情况，便于教师改进教学。

1.基础医学类。基础医学教学中的名词概念多、直观性强、可操作性强、理论教学坚持局部与整体相统一，兼顾功能与形态，密切联系实际，利用CAI进行前后知识交互。如系统解剖学，我们可以将人体上、下肢进行对比学习；心脏血管分布的学习，可以应用CAI显示心血管造影的影像学图片，既直观又形象。还可用CAI显示寄生虫的模型、动画和各期的显微镜形态特征，解决寄生虫生活史抽象难懂的教学矛盾。

2.临床医学类。临床教学的突出特点是科目种类多、教学环节多、实践机会多。因此，教学内容不断扩充与计划教学时

* 作者单位：110001 沈阳市中国医科大学83K 10B