维普资讯 http://www.cqvip.com

管方法得当,可延长留置时间,防止堵管及静脉炎等并发症的发生,同时也减轻护理工作。封管时将吸有 4 ml 肝素稀释液的注射器针头全部或一半插入套管内均匀注入封管液剩余 2 ml 时,边推注边旋转式退针头,保持管内正压,使回流到套管内血液减少,防止血栓形成堵塞针管而引起失败。小剂量的肝素对出凝血机制影响不大,很少影响实验室的监测[2],但对有出血倾向者,血液系统疾病、大出血者等有潜在危险性[3],因此,此类病人禁用肝素稀释液封管,而改用生理盐水封管,以免加重病情,引起医疗纠纷。

2.3 置管期间护理

留置针可以保留 5~7 d,期间要认真观察导管是否滑脱,注意有无液体渗漏及局部炎症的发生,尤其对年老体弱者要特别注意,因其体质弱,皮下脂肪少,皮肤松驰容易发生渗液渗血,如发现针眼处发红、皮肤红肿等立即拔除留置针,并进行对症处理。拔针后用棉签压迫穿刺部位时间应适当延长。

静脉留置针具有柔韧性好的特点,对血管壁刺激小,减少静脉炎和液体外渗的发生,多用于危重、意识障碍及静脉穿刺较困难需小量多次静脉用药的病人,有效的保持静脉通路,提高抢救成功率,避免反复穿刺,减轻病人痛苦,体现人文护理。

[参考文献]

[1] 孙艳平, 杨桂涛. 浅静脉留置针穿刺方法的探讨[J]. 中华护理杂志,1998,33(7):409.
[2] 王振义,李宗增,阮长耿,等. 血栓止血基础理论与临床[M]. 第 2 版.上海:上海科学技术出版社,1995.399.
[3] 陶丽敏,高永芳.静脉留置针封管液封管效果比较[J].护理学杂志,2000,15(5):284.

(编辑:朱志立)

肩周炎的康复与护理

张桂英 (解放军 92 医院,福建 南平 353000)

[关键词] 肩周炎;康复治疗;护理
[中图分类号] R686.3 [文献标识码] B [文章编号] 1672-5042(2006)05-0345-01

肩关节周围炎(简称肩周炎)是指肩关节周围的软组织及肌肉、肌腱、韧带等发生无菌性炎症,多因受风寒及劳累引起,又称漏肩风。患者常常出现病变肩关节疼痛及活动障碍,导致病情迁延不愈,为此病人产生一系列焦虑、抑郁等心理问题,病情更趋加重。近年来,我们对肩周炎患者进行分析及护理,现报告如下。

1 临床资料

我科自 2005 年 1 月至 2005 年 10 月共收治肩周炎病人 48 例,其中男性 19 例,女性 29 例,年龄 42~65 岁,平均 50 岁;病程长短不一,最短 2 d,最长 6 年,均拌有不同程度的功能障碍。

2 护理措施

2.1 心理护理

良好的护患关系是做好心理护理和提高治疗依从性的前提,护士首先要主动接触病人,用真诚的语言关心和体贴病人。根据其年龄、性别、文化程度和接受能力,采取不同方式与病人沟通,以缩短与病人的心理距离,仔细倾听其陈述,了解其焦虑的原因和心理要求,针对病因进行心理护理,教会病人进行自我调节。

2.2 理疗

通过物理疗法可改善肩周围组织的炎症、粘连及疼痛,通常采用①微波:通过其较强的穿透力达到组织深部,从而增强血液循环消炎止痛。通常功率为 8~30 W。②中频电疗:运用中频电疗原理达到功能恢复的目的。③离子导入疗法:应用直流电导入各种中西药物作用于患处,以达到治疗目的。以上三种理疗方法均为每日 1 次,每次 20~30 min,10 次为 1 疗程。治疗前应充分掌握适应症、禁忌症及注意事项,治疗中让患者取坐位或卧位,放松患处,以其感觉舒适耐受为宜。

2.3 功能锻炼

①肩关节运动:患者取坐位,按摩者站在其体侧,一手握住患肢腕关节,另一手按在肩部上方,先协助患者做肩关节外展、内收、旋内、旋外,然后做联合动作,如外展的同时外旋,上伸的同时内旋,动作要轻巧,用力应得当,以患者耐受为限度,反复练习数次。②直立爬墙法:患者面对墙壁站立,患侧手扶墙壁逐渐上移动,以爬到最高处有疼痛感并能忍受为度,停留 1 min 后缓慢放下,每日反复练习几十次。③耸肩旋肩法:两臂自然下垂,两足与肩同宽,先向上耸肩到顶点,然后双肩先向前向上,再由后降下,每次反复 30 余下,每日 3~5 遍。④单杠悬吊法:患者两手紧握单杠,屈膝下蹲,令全身重力作用到患肩,达到能忍受的最大限度,停留 2~3 min。逐渐延长悬吊时间,每日可反复做 4~5 遍。⑤弯腰甩臂法:患者弯腰前屈 90°,两手持重物直臂,前后摆动,依靠上肢的摆动,加大肩关节的活动范围,每日可反复数次。⑥背间助拉法:患者可取站位或坐位,患侧手由背后握住毛巾一端,健侧手由肩上握住另一端一拉一松,并逐级加大幅度,每次可拉 30 次左右,每日 4~5 遍。⑦投掷垒球法:投掷垒球时,上臂运动的的惯性牵拉肩关节病变组织,加大肩关节幅度,但切忌用力过猛,以免造成损伤。

[收稿日期] 2006-05-29 [修回日期] 2006-07-25

(编辑:朱志立)