



肿瘤患者居家如何护理？听听护士长怎么说



体检查出结节怎么办？肿瘤患者居家忌食什么？10月28日上午9:30~10:30,本报健康热线0551-62623752,邀请了安徽省第二人民医院肿瘤放疗科护士长、副主任护师李旭,与读者交流。

曹凌 记者 马冰璐

第一时间去正规医院咨询专科医生

读者:体检查出结节怎么办?

李旭:体检查出结节先不要慌,不要自作聪明自己去研究,一些非专业的“判断”可能会耽误病情或者给自己带来恐慌。建议第一时间去正规医院咨询专科医生,医生会根据结节的位置、大小、形态、个数,尤其根据密度(CT值)、实性成分的比例(C/T)及是否有新生血管、胸膜牵拉等征象,来判断结节的性质,同时也能疏导患者的焦虑及恐慌情绪,并给予科学及合理的指导及处理。对于恶性概率较小的结节来说,可以定期复查,具体复查间隔时长由医生根据患者情况决定,可能有3个月、6个月、12个月的间隔等等,一定要遵医嘱。

肿瘤患者居家忌食食物

读者:肿瘤患者居家忌食什么?

李旭:忌烟熏烧烤食物:烟熏烧烤之品如烟熏香肠、熏肉、烤羊肉等含有三苯并芘,这种物质为致癌物质,食用该类食物过多,癌发病率较高。忌高脂肪食物:食入过多脂肪可导致体重增加,过多脂肪导致机体激素发生变化,限制机体免疫监视的效能,影响细胞的代谢方式,增加体内镁的排出。忌食辛辣食物:性温热,有耗伤阴津、助热生痰的作用,食之会加重阴虚,使病情恶化。忌多吃糖:糖具有致癌的催化作用。不宜多吃酸菜、腌菜、腌肉:制作过程中容易发霉,常含有致癌性霉菌及致癌物质亚硝胺。忌饮酒与咖啡:酒中所含的酒精可以刺激垂体激素的分泌,从而影响恶性肿瘤的易感性。而咖啡因对人体具有毒性的物质,它可使体内B族维生素被破坏,而缺乏B族维生素与癌的发生有密切的关系。

肿瘤患者居家宜食食物

读者:肿瘤患者居家宜食什么?

李旭:吃够:摄入的能量要足够。吃对:摄入的食物种类要合理。

一、能量:肿瘤患者每日能量需求可按25~30kcal/(kg·d)估算。

二、高蛋白:肿瘤患者蛋白质需要量应该满足机体100%的需求,应超过1g/(kg·d),建议达到1.5g~2.0g/(kg·d)。如:鸽肉、海参、鲤



李旭 副主任护师,专业擅长:内科疾病的临床治疗观察及居家护理,各类血管通路的置入及护理。

鱼、鳕鱼、鸡蛋、牛奶、豆浆、豆腐等。

三、提高优质脂肪供能:肿瘤患者胰岛抵抗状态下,糖的摄入和氧化受损,而脂肪的利用正常或增加,可从高脂低糖中获益。如:椰子油、初榨橄榄油、牛油果、鱼油等。

四、维生素和微量元素:补充每日所需的维生素和微量元素。每天500g左右的新鲜蔬菜,250g左右水果。

肿瘤患者居家病情观察及护理

读者:肿瘤患者居家病情如何观察、护理?

李旭:观察有无突然昏迷、抽搐、视物不清,考虑是否出现肝、脑转移。骨转移者翻身、行走、入厕时应加强肢体保护,防止跌倒骨折。卧床患者要每2小时翻身,防止受压部位产生压疮。腹部转移常发生肠梗阻,应注意观察患者有无腹胀、腹痛等症状。由于衰弱、乏力、活动减少等原因,患者常出现便秘,应及时给予开塞露或缓泻药通便。因营养不良、血浆蛋白低下均可出现水肿,应通过增加营养、抬高水肿肢体等措施以减轻水肿。长期卧床患者,要进行下肢的功能锻炼,防止静脉血栓的发生。

按三阶梯止痛原则给予镇痛药

读者:肿瘤患者居家疼痛如何控制?

李旭:一般都是按三阶梯止痛原则给予镇痛药物,患者居家期间按出院医嘱服药注意两点:

一、按时服药:有规律地服用止痛药可预防疼痛的发生,防止加重。不能按“需要时”服药,疼就吃药,不疼就不吃药。

二、家属观察止痛效果和药物副作用,如便秘、头晕、呕吐、疼痛位置变化、疼痛加剧等异常及时就医。

读者:老年病人用药应遵循哪些原则?

专家:1.剂量要适当:老年人除维生素、微量元素和消化酶类等药物可以用成年人剂量外,其他所有药物都应低于成年人剂量。

2.用药品种不宜过多:据统计,用药5种以下,不良反应发生率8%,5~10种,不良反应升至50%~60%,10~15种药品不良反应为60%~80%,因此老年人提倡“5种药以下原则”。

3.预防副作用:药物大多有一定的副作用,老年人在选择药物时,要根据本身的年龄、病情及以往有无药物过敏史,慎重选用药物,要向医生详细问清药物名称、特性、药效、用法、可能发生的副作用及处理方法。

4.遵从医嘱:老年人在选用治疗药品时,要从远期预后好、提高生活质量、疗效最高、副作用最小、价格最低的角度出发,由医生制订最佳治疗方案,不要凭自己的兴趣和看广告用药,也不可道听途说,随便换药。

5.个体化原则:医生应根据每位老人的具体情况量身定制适合的药物、剂量和给药途径。

记者 马冰璐

健康新闻

49岁男子捐献器官,生命之礼让大爱传递

星报讯(戴睿 唐亮 张明 记者 马冰璐)今年49岁的胡东(化名)是我省某市的一名普通工人,不久前因突发脑血管意外,病情危重,虽然经过当地医院多番抢救,仍未能挽救患者生命。在生命最后时刻,胡东年过七旬的父母忍着悲痛,做出了大爱之举,决定捐献胡东的身体器官,让生命得以延续,让大爱在人间传递。近日,在安医大二附院,经过该院泌尿外科、OPO等十余个科室的密切协作,顺利完成了该院今年获批肝脏、肾脏移植执业资格后首次公民逝世后器官捐献肾脏移植手术两例,捐献者的一对肾脏让两位肾衰竭患者重获新生。

据了解,我国目前每年有5000~6000例公民逝世后器官捐献,能完成20000多台器官移植手术,但相比于需要进行器官移植手术进行治疗的患者数量,这远远不够,很多需要接受器官移植手术的患者只能苦苦等待。专家呼吁广大民众,器官捐献就是换一种方式让生命延续,抛弃传统观念,弘扬人间大爱精神,关注、支持器官捐献、移植工作,挽救更多生命。

据了解,安医大二附院于2021年6月顺利获得安徽省肝脏、肾脏器官移植执业资格,医院也是省内较早具备开展肾脏移植能力的医院之一。

安医大一附院29个学科进入全国前100位

星报讯(孙林 记者 马冰璐)10月31日,中国医学科学院发布2020年度中国医院科技量值排行。安医大一附院综合排名全国第67位,连续多年为安徽省唯一一家入围百强榜的医院,科技实力稳居安徽省首位。

在31个学科榜单中,安医大一附院共有29个学科进入全国前100位,24个学科居安徽省第一。其中,烧伤外科学(第5名)、皮肤病学(第9名)、变态反应学(第17名)、泌尿外科学(第22名)、精神病学(第26名)、妇产科学(第29名)、风湿病学与自体免疫病学(第32名)、肾脏病学(第42名)、麻醉学(第44名)、护理学(第44名)、心血管外科学(第48名)、神经病学(第48名)、呼吸病学(第48名)等排名全国靠前。

据悉,中国医院科技量值排行于2014~2020年连续发布,受到社会广泛关注。沿用统一标准、统一来源、统一方法,从科技产出、学术影响和科技条件三个维度构建评价体系,其中,科技产出维度包括期刊论文、专利和标准以及论文引用等;学术影响维度包括科技奖项、杰出人才以及学术任职等;科技条件维度包括科研项目和科研平台等。

2020年度中国医院科技量值评价工作进一步优化,提高科技产出直接指标权重,强调质量、绩效、贡献;注重临床科技成果,凸显临床研究能力;突出标志性成果,引导提升科技成果质量;淡化人才称号,体现突出贡献和科技活动实效;持续加大学术不端惩戒力度,强化科研诚信,为医院、医学院校科技管理工作提供新的手段和工具,并发挥引导和诊断作用。

健康提醒

冷刺激易诱发面瘫

星报讯(苏洁 记者 马冰璐)最近,因面瘫前往医院就诊的患者有所增多。据合肥市一院神经内科副主任穆燕芳介绍,引起面瘫的病因很多,大多数患者是因面部长时间受过冷刺激、面神经因缺血而麻痹,受面神经支配的面部表情肌就会因营养不足而出现功能障碍,从而导致面瘫。

穆燕芳建议,一旦发现面瘫的症状,患者应坚持用热毛巾敷脸,1次15分钟,一

天两次,每天按摩面瘫部位。如果不能闭眼,易发生角膜溃疡,每晚可使用眼药水,以保护眼角膜。

穆燕芳提醒,预防面瘫在日常生活中应注意面部的防寒保暖,必要时戴上口罩、眼镜。感到疲劳时应及时休息,不要睡在风口,以防病毒感染,引起面神经麻痹。如有耳疾、带状疱疹、病毒性感冒等疾病,易诱发面瘫,要及时治疗、彻底治愈。