

我国中医文化博大精深,其中针刺疗法便是极具特色的治疗手法之一,该治疗方式在部分疾病中通常能够获得奇效。但实际施针治疗时,针刺治疗并非万能,因此要求施针者必须充分掌握患者当前疾病状况、身体结构,同时还要要求施针者具备娴熟的针刺操作技能,结合节气变化等对患者进行施针治疗,才能获得较为理想的治疗效果。为有效提升针灸治疗效果,应如何进行正确护理呢?由此进行科普。

一、针刺疗法的概述

针刺疗法是一种极具中医特色的治疗方法,主要是以中医基础理论为指导,使用针尖针对人体体表的特定穴位进行刺激,从而达到预防或治疗疾病的目的。我国传统中医学中,针刺疗法是极为重要的组成部分之一,也是中国历代中医学家长期临床实践得出的宝贵医学财富。针刺治疗时,主要是由中医师对患者疾病进行中医辨证,然后选择特定的经络、腧穴进行针刺治疗,能够有效调节脏腑功能、疏通经络,从而促使机体的生理状态得到有效改善。据相关人员统计显示,针刺疗法在临床上已经得到广泛推崇,主要涵盖了皮肤、精神科、内科、外科、妇科及五官科等各类疾病,均可通过特定的针刺治疗方法来帮助患者调节机体生理状态,从而达到治愈疾病的目的。

二、针刺疗法的护理要点

(一)心理护理

对患者实施针刺治疗前,医护人员需综合

针刺疗法的护理措施,你了解哪些

■北京大学第一医院太原医院 王丽

评估患者的心理健康状况,对患者进行鼓励与引导。指导患者如何通过合理途径宣泄不良情绪,同时告知患者不良情绪极易增加身体应激反应,导致治疗无法顺利进行,促使患者能够自主调节自身情绪。对于负性情绪严重的患者,还可指导患者学会正念冥想以及深呼吸放松疗法等方式来放松心情,保持心态平稳。

(二)健康宣教

尤其对于首次接受针刺治疗患者,实施多元化健康宣教极为关键。开展健康宣教前,护理人员需充分了解患者对针刺治疗相关知识的掌握程度,为其制定健康宣教方案。比如通过播放PPT、科室自制科普小视频以及配合图文讲解等方式利用自身沟通技巧对患者进行引导,告知患者在接受治疗过程中怎样更好地配合临床医生接受治疗,为患者讲解针刺治疗不同腧穴的作用及目的,提高患者依从性,同时帮助患者树立治疗信心。

(三)针刺护理

(1)营造良好的针刺治疗环境,开始行针治疗前,医护人员需为患者提供良好的针刺治疗环境,及时打开窗户通风,对房间进行清洁、消毒处理,确保空气清新,光线、温度适宜。

(2)清洁灭菌:使用针刺治疗前,针灸针必

须经高压灭菌处理。选择好对应腧穴后应使用浓度为75%的酒精对相关穴位皮肤进行清洁消毒处理。治疗过程中,必须坚持“一针一穴”的治疗原则,以免交叉感染。

(3)晕针护理:对于初次接受针灸治疗和紧张者,应先做好解释工作,以消除疑虑,尽量采取卧位,并正确选择舒适自然且能持久的体位。取穴不宜过多,手法切勿过重。对于饥饿、过度疲劳者,应待其进食、体力恢复后再进行针刺。

(4)体位护理:行针治疗前,医护人员需协助患者保持舒适的体位,确保施针部位能够充分暴露,同时还需做好保暖护理。尤其在施针后可为患者使用支被架覆盖棉被或者毛毯,同时叮嘱患者切忌随意调整体位,以免针灸针脱落、弯折。

(5)对症护理:行针治疗过程中,医护人员要及时查看患者面部表情变化及出汗情况。了解患者的主观感受,若患者告知存在头部出汗、面色苍白、头晕恶心等症状则表示患者存在晕针不良反应,此时应当及时取针并协助患者调整至平卧位,给予患者摄入适量温开水来帮助缓解该症状。若患者晕针十分严重,则应及时告知主治医生实施对症处理。

(6)取针护理:治疗完成后取针时,应当与留针记录进行仔细核对,确保针数与留针穴位保持一致,以免出现将针遗忘在患者身上的情况。对于血管分布丰富的面部,针刺治疗取针时用消毒干棉球适当延长按压时间,以免发生皮下血肿等不良事件。

(7)针刺后护理:①拔针完成后,叮嘱患者避免对相关部位进行抓挠,做好保暖护理,避免受凉。②叮嘱患者在拔针后24小时内注意关注针刺部位是否出现瘀斑、瘀点等皮下出血。若只有小面积出现淤斑、淤血等情况,可使用冷毛巾进行外敷;若出现瘀斑面积较大则需及时来院就诊。

(8)针刺治疗与护理的注意事项:在实施针刺治疗操作时,需要医护人员时刻观察患者的身体与心理状态,对过度劳累、饥饿以及精神紧张的患者不宜立即实施针刺治疗,针对体质虚弱的患者需要控制刺激量不得过强,在实施针刺治疗操作时,需要避开血管位置进行操作,以防止出血问题。同时,针对施针过程中出现的有强烈的触电感、疼痛感明显增强以及针尖触及坚硬组织时更应当退针而非继续进针等。皮肤感染、溃瘍、瘢痕的部位不宜进行针刺操作,孕妇3个月以内者,小腹及腰骶部位是禁针的,3个月以上者上腹部和某些刺激强烈的穴位禁针,月经期,如果不是为了调经,也不适于用针灸。总之,需要医护人员在实施针刺治疗与护理操作中重视相应的风险问题。

糖尿病患者的护理注意事项涉及多个方面,以确保患者的血糖得到有效控制,减少并发症的发生,并提高生活质量。以下是一些关键的护理注意事项:

一、饮食管理

1.制定合理食谱:医护人员应指导患者及家属制定家庭食谱,控制总热量摄入,合理分配碳水化合物、蛋白质和脂肪的比例。

2.控制碳水化合物摄入:减少高糖、高脂肪、高胆固醇、高盐、高淀粉食物的摄入,如糖果、甜点、白面包等。

3.多吃新鲜水果、蔬菜与适量蛋白质:鼓励患者多吃绿叶蔬菜、全谷类食物以及适量优质蛋白质(如鱼、禽、瘦肉、豆制品)。

4.定时定量:注意定时、定量、定餐,避免暴饮暴食,保持饮食规律。每餐主食不宜过多,一般建议不超过100克,且要合理搭配食物,确保营养均衡。

5.禁食甜食:糖尿病患者应严格禁食糖果、甜饮料、糕点等高糖食品,以免血糖波动过大。

二、药物治疗

1.按时服药:患者需严格按照医生的嘱咐定时服用降糖药物,不要随意更改剂量或停药。如有任何不适症状或出现低血糖等情况,应及时告知医生并调整治疗方案。

2.胰岛素注射:对于需要注射胰岛素的患

糖尿病患者护理注意事项

■山西省大同市灵丘县东河南中心卫生院 韩粉琴

者,应教会其正确注射方法,包括计算单位、注射部位及注射后观察。轮换注射部位,避免局部硬结和脂肪萎缩。

3.观察药物副作用:了解降糖药物的副作用,如低血糖反应等,一旦出现不适症状应及时就医。

三、血糖监测

1.定期检测:患者应经常检测血糖水平,包括空腹血糖和餐后两小时血糖,以了解血糖控制情况。可以使用家用血糖仪进行测量,并定期到医院进行体检。

2.记录与分析:将每次检测的血糖值记录下来,并与医生共同分析比较,以便及时调整饮食和药物治疗方案。

四、预防感染

1.保持个人卫生:注意口腔卫生,坚持早晚刷牙,饭后漱口;保持皮肤清洁,勤洗头、洗澡,勤换内衣。

2.避免公共场所暴露:由于患者抵抗力差,应尽量避免去人多的公共场所,减少感染风险。

3.及时治疗感染:一旦发生上呼吸道感染

或其他感染,应及时就医并告知医生自己有糖尿病病史。

五、预防并发症

糖尿病的并发症种类繁多,主要分为急性并发症和慢性并发症两大类。

1.急性并发症通常起病急骤,病情严重,甚至可能危及生命,主要包括:糖尿病酮症酸中毒、糖尿病高渗性昏迷、低血糖等。

2.慢性并发症是糖尿病长期控制不佳导致的全身各系统损害,主要包括:微血管并发症、糖尿病肾病、糖尿病视网膜病变、糖尿病神经病变、大血管并发症(糖尿病患者易发生心脑血管意外,如心脏病、脑梗死、脑出血等。这些并发症与糖尿病导致的大血管病变密切相关。)糖尿病足(是糖尿病最严重的慢性并发症之一,也是糖尿病非外伤性截肢的最主要原因。轻者表现为足部畸形、皮肤干燥和发凉;重者可出现足部溃瘍、坏疽)。

六、运动锻炼

1.适量运动:鼓励患者进行适量的有氧运动,如慢跑、中速行走、爬楼梯、太极拳等。运动

宜选在餐后进行,避免空腹运动导致低血糖。

2.循序渐进:运动时应遵循循序渐进的原则,使身体逐步适应,并在运动过程中逐步提高运动能力。

七、心理关怀

1.情绪管理:糖尿病是一种慢性病,患者需要长期治疗和管理,因此容易出现焦虑、抑郁等情绪问题。医护人员和家属应给予足够的关心和支持,帮助患者保持积极乐观的心态,树立战胜疾病的信心。

2.健康教育:向患者及家属普及糖尿病相关知识,包括病因、症状、治疗及预防并发症的方法等,提高患者的自我管理能力和依从性。

八、其他注意事项

1.随身携带急救卡:患者应随身携带一张注明诊断、单位地址、家庭地址及紧急联系人的卡片,以便在发生紧急情况时得到及时救治。

2.定期检查并发症:糖尿病患者容易引起并发症如糖尿病视网膜病变、糖尿病肾病、糖尿病神经病变等,因此应定期检查这些器官的功能情况并及时采取相应的措施。

综上所述,糖尿病患者的护理是一个综合性的过程需要患者、家属及医护人员的共同配合。通过科学的饮食管理、合理的药物治疗、定期的血糖监测、有效的预防感染措施、适量的运动锻炼以及心理关怀等多方面的努力。

加强国有企业党支部建设的思考

■中国平煤神马集团联合盐化有限公司 马俊宇

要结合党支部工作实际,按照党支部标准化、规范化建设的要求,从机构设置、人员编制、工作职责、运行程序等方面进行细化分析。同时,还要抓牢组织建设,严肃党内政治生活,认真落实“三会一课”制度,扩大党内基层民主,推进党务公开,畅通党员参与党内事务、监督党的组织和干部、向上级党组织提出意见和建议的渠道。推进党务管理的智能化、党建活动的痕迹化、党员教育的数字化,不断创新党的基层组织设置和活动方式,要在做好“规定动作”的基础上,主动谋划“自选动作”,积极搭建平台,不断丰富形式,切实提高党支部民主生活会和组织生活会质量,以此着力解决一些基层党组织弱化、虚化、边缘化问题。同时,还要按照“控制总量、优化结构、提高质量、发挥作用”的总要求,严格调控,严格标准,严格程序,严格纪律,严把党员入口关,做好吸收入党积极分子、预备党员转正以及党费收缴等基础性工作。

三、丰富内容,开拓创新是手段

开拓创新既是增强党支部凝聚力、战斗力的根本保证,也是党支部服务企业发展的关键所在。面对新形势、新任务,必须创新工作思路、创新工作内容、创新工作方式,应充分吸收、提炼过去一些被实践证明了的

好做法、好经验,要注重借鉴其他地方、其他单位的成功做法,扎实推进党建工作。要大力推进国有企业基层党建创新项目,充分利用多媒体、互联网等多种工作载体,加强宣传推广,营造良好氛围,进一步展现基层党组织群众的智慧和创意。要结合国有企业历史特点和发展现状,结合队伍构成和思想状况,以结果为导向,积极推进以基层党组织为主体,围绕改革发展、生产经营开展党建创新,做好经费、场所等保障工作,推进党建内容的生动化、形象化。积极运用新媒体、新平台等信息技术手段,使基层党建更具特色、更接地气、更有实效,使党建教育内容生动鲜活。提高党组织的向心力和凝聚力。

四、注重沟通,落实责任是关键

要进一步明确和处理好与上级党组织以及其他职能部门的关系,既认真贯彻执行上级党组织的政策精神,又积极满足职能部门的工作要求。在实践中,党支部应主动与上级部门加强联系与沟通,定期向上级党组织汇报党支部建设及党建工作开展情况,加强协调与配合,共同推动党建工作。同时,基层党组织必须把党建工作列入重要议事日程,纳入日常整体工作统筹安排。要主动贴近中心、贴近实际、贴近党

员,做到党建工作和业务工作一起部署、一起督查、一起考核、一起总结。要强化对党建工作责任制落实情况的督促检查,将党建工作任务按照细化、量化、标准化的要求,合理确定工作目标,把“软任务”变成“硬指标”,通过定期考核、表彰先进、鞭策后进,形成争先创优的良好局面,使基层党组织建设工作有计划、有纲、运转有序、配合有力,从而促进党支部工作顺利开展,成为推进整体工作的强大动力。

五、协同共进,服务发展是根本

对国企来说,各党支部在开展党建工作时,既应着眼于党建工作的整体推进和全面落实,又要结合企业实际,将党建放在首要位置,把日常经营与服务发展、优化服务与规范管理等有机结合起来。具体而言,要注重“三个加强”:一是加强思想理论教育工作,强化服务中心的意识。通过经常性的宣传教育,不断增强党员干部服务经营、服务企业、服务职工群众的意识。二是加强服务发展的能力和水平。找准党建工作与企业生产经营工作的结合点,把一个时期党建工作重点、业务难点和职工群众关心的热点作为党组织工作的着眼点,做到思想上同心、目标上同向、工作上同步。三是加强干部队伍建设,营造干事创业良好氛围。要强化组织保障,落实管党职责,把党员能力素质的提高纳入基层党组织落实管党责任制的目标责任考核范围,充分发挥党员民主,优化党员作风建设,激发干事创业活力,实现党支部工作与生产经营同频共振。

国有企业是我国经济发展的中坚力量,是国民经济的重要支柱。党支部是国有企业开展党建工作的基本单元,是党的全部工作和战斗力的基础,是教育党员的学校、团结群众的核心、攻坚克难的堡垒,在国有企业党组织中发挥着重要作用。新形势下,如何加强国有企业党支部建设,进而促进企业健康发展是每位国企党支部书记面临的重要课题。

一、提高认识,加强领导是前提

国有企业各级党委、党总支,要充分认识党支部建设的重要性,切实增强建立健全党支部工作体系的责任感和使命感,把提升基层党支部的组织力、强化党支部政治功能作为党支部建设的重中之重来抓。因此,各级党组织负责人要亲自来抓,党支部书记和领导班子成员要具体抓,在实施规划、检查指导、总结经验、组织协调上狠下功夫。同时,党支部书记必须作为主要责任人,把党建作为本单位全局工作的重要组成部分来抓,着力解决党建工作“讲起来重要,抓起来次要,忙起来不要”的问题。其他领导班子成员要按照“一岗双责”的要求,积极支持和配合党支部书记做好党建工作。不能讲起业务工作头头是道,谈到党建工作提襟见肘,要在党支部范围内真正形成党支部书记亲自来抓、党支部委员协同抓的良好局面。同时,为了提高认识,还要定期组织党员开展学习培训,用先进理论和科学文化知识武装头脑,努力建设学习型党支部。

二、健全制度,规范管理是重点