

● 护理园地 ●

不同季节的急性上感特点与中西医结合护理指导

杨丽琴

(江西省中医药研究院 南昌 330077)

关键词:急性上呼吸道感染;季节;特点;中西医结合;护理

中图分类号: R 473.5

文献标识码: B

文献编号: 1671-4040(2005)06-0080-01

急性上感在不同季节有不同的发病特点,临床上应在中西医结合医学体系理论指导下,辨病与辨证相结合,吸取中西医两法之长,在重视局部病理损害的同时,又重视疾病发展过程中的动态变化。护理上必须符合现代生物心理社会医学模式,体现宏观与微观、整体与局部相结合的全方位整体护理。

1 充分认识不同季节、致病因素的临床表现特点

积极有效地预防和治疗上感及防止其并发症的发生,医护人员首要的是根据不同季节临床表现、化验检查,认真辨明病因和致病因素。一般而言:寒冷的冬春季节,人血液中的淋巴细胞数量处于最低水平,而淋巴细胞可以产生许多淋巴因子参与人体抵抗微生物的侵袭,当淋巴细胞数量少时,人就特别容易患病毒感染性疾病,症状上就常表现为咽喉部干痒、喷嚏、流清鼻涕、咽痛、轻度咳嗽、声音嘶哑、发热等。检查可发现鼻黏膜充血、水肿,有较多的分泌物,咽部充血,可有灰白色点状渗出物,咽后壁淋巴滤泡增生,颌下淋巴结肿大,肺部无异常体征。血象化验检查可见白细胞总数正常或稍下降,淋巴细胞增多,故治疗上应该用抗病毒药物,如病毒灵、抗病毒冲剂或疏散风寒方药如荆防败毒散、麻黄汤等。在夏秋季节,人们常患的是细菌性咽喉炎、化脓性扁桃体炎。炎热季节,人血液中的淋巴细胞数量最多,中性白细胞都处于最低水平,人体中的中性白细胞可以吞噬入侵体内的细菌,因此在夏秋季节人们常患细菌性上呼吸道感染,症状上表现为明显的咽痛、流浓鼻涕、畏寒、高热(可至 39℃ 以上)。检查可见咽部明显充血,扁桃体肿大充血,表面有黄色点状渗出物,颌下淋巴结肿大,肺部无异常体征。化验检查:白细胞明显升高,中性粒细胞升高有核左移现象,故治疗上应根据药物敏感试验,应用不同的抗生素,如青霉素、磺胺、阿莫西林、利君沙或辛凉解表清宣上焦的银翘散、鱼腥草、穿心莲制剂。

在春秋季节,人们在患病毒性或细菌性上感后,经过抗病毒或抗细菌治疗,常发现效果不甚理想,究其原因,似与在春秋季节人体内的特异性免疫球蛋白增多,容易发生过敏性疾病有关,所以人们在春秋季节患急性上呼吸道感染以后,鼻咽部发痒、喷嚏频繁、鼻涕呈清水样(尤以晨间为甚)、干咳等症状。检查可见鼻黏膜充血、水肿、咽部充血,鼻分泌物涂片可发现嗜酸性白细胞增多,血象化验可见嗜酸白细胞增高,询问病史及家庭史可发现过敏史或过敏倾向,故治疗上

除了抗病毒或抗菌消炎治疗外,还应加用抗过敏药物,如扑尔敏、非那根、息斯敏以及中药祛风制剂。

虽然上呼吸道感染多由病毒或细菌所致,但临床医师,尤其是门诊医师,常普遍使用抗生素,甚至是滥用抗生素,这不仅造成浪费,更重要的是这些药物无抗病毒作用,还可发生继发感染,即常由耐药菌株所致。为此,重视中药雾化吸入不失为治疗急性上呼吸道感染的理想方法。

2 天人相应指导护理

人与自然环境协调统一,生物的生、长、化、收、藏规律,是随着四时气候变化而形成的春温和暖,万物推陈致新;夏暑溽热,万物繁荣茂盛;秋凉肃降,万物收敛;冬寒凛冽,阳气潜藏,生机蛰伏。生活在大自然中的人类,当然也要适应自然界的变化规律,积极地养生保健,指导病人“养正气,顺自然”。《黄帝内经》指出:“正气存内,邪不可干。”说明人体正气充足,抗病力强,外来的病邪就难以侵入,急性上呼吸道感染就会减少。我们要对上感在季节高发期重视预防,如深秋时节气候变化剧烈,昼夜温差较大,加之体质较弱,容易伤风感冒,因此要根据气候的变化及时增减衣服防止受凉感冒,其次密切注意生活、饮食习惯,尽量避免与致敏物质接触,同时加强营养,补充足够的蛋白质、维生素、微量元素,保持营养均衡;日常生活中应防止过度疲劳,保证充足的睡眠并注意加强体育锻炼,提高机体对环境的适应性和耐受力,减少发病的机会。

指导病人正确地健身运动,教会病人一些简单易学、方便易行的方法,如简易的太极拳、健身操及自我按摩法,先用双手擦脸、着重擦鼻两侧迎香穴,然后擦太阳、风池、天突、大椎穴,最后用拳握胸背,用掌拍前胸部,每日早晚各 1 次,持之以恒地锻炼,以强身。“虚邪贼风,避之有时。”一年之内春防风,夏防暑又防风,长夏防湿,秋防燥,冬防寒,更防非节之暖而致冬温。春天气候刚刚转暖,不要急忙把棉衣脱掉,以免遇上刮风下雨,身体突然着凉而伤风感冒;同样,初秋未冷,气候刚刚冷一点,也不要一下穿得太多,捂得太严,以免气候回升又得脱掉,一穿一脱反而容易受凉感冒,而深秋时节风大转寒,应及时增加衣服。总之,要将保持肌体内外协调视为达到防病、保健目的的第一要务。

(收稿日期: 2005-04-03)