

适,一方面分散患者的注意力,另一方面也给患者以心理支持,多鼓励患者,使手术能顺利进行。注意尊重患者人格,适当遮挡患者身体。配合医生指导患者的呼吸动作。

2.5 术后护理 肝穿刺活检术最常见的并发症是局部疼痛,最严重的并发症是大出血,术后预防性卧床休息、止痛及术后对血压、脉搏的观察是护理要点<sup>[6]</sup>。

2.5.1 出血 术后立即用沙袋局部加压,并用多头带包扎,绝对平卧休息6h以上,密切观察伤口有无渗血、肿胀,观察穿刺部位针孔及皮下有无出血,有无肝区疼痛或腹部症状、体征。如穿刺部位肝区疼痛加重或有腹膜刺激征,有发生腹内出血或胆汁漏的可能,应立即报告医生。术后出血发生率很低,但后果严重。护士对可能出现的并发症采取预见性护理,既加强重症患者病情变化监护,也不应忽视轻症患者的临床表现;对主诉轻而临床表现重的患者尤应注意,如有异常,及时处理,警惕合并症发生。教会患者观察出血的早期征象,如伤口敷料是否有渗血,是否有心慌胸闷等感觉,若有则立即呼救。密切观察生命体征,每30min测1次脉搏、呼吸、血压,持续观察2h后改为每1h观察1次,持续观察6h并做好记录。血压正常后可去沙袋,仍以多头带包扎至次

日。由于护理得当,本组患者中无1例出现术后出血。

2.5.2 疼痛 肝穿后疼痛是最常见并发症,术后局部轻度疼痛,不需特殊处理。若患者疼痛VAS评分值4,应慎重对待,及时汇报医生,采取及时适当的处理。本组1例患者术后疼痛,VAS评分7分,及时报告医生,给予镇静、止痛处理,1d后疼痛缓解。

[参考文献]

- [1] 袁小燕,孙凌云.干燥综合征合并自身免疫性肝炎的临床分析[J].江苏医药,2005,31(4):310.
- [2] 程红春,刘鹏,甘天福,等.肝活检术的临床观察及护理[J].护士进修杂志,2003,18(12):1115-1116.
- [3] Vitali C, Bombardieri S, Moutsopoulos H M, et al. Preliminary Criteria for the Classification of Sjogren's Syndrome[J]. Arthritis Rheum, 1993, 36:340-347.
- [4] Johnson P J, McFarlane I G. Meeting Report: International Autoimmune Hepatitis Group[J]. Hepatology,1993,18(4):998-1005.
- [5] Alvares F, Berg P A, Bianchi L, et al. International Autoimmune Hepatitis Group Report: Review of Criteria for Diagnosis of Autoimmune Hepatitis[J]. J Hepatol,1999,31:929-938.
- [6] 袁艳冰.Menghini型针肝活检术后的护理[J].实用护理杂志,1996,12(5):208.
- [7] 丁从珠,温志慧,王红.原发性干燥综合征的内脏损害[J].江苏医药杂志,2001,27(12):894-895.

[本文编辑:周春兰 简若姍]



【短篇报道】

## 食疗加脐部按摩治疗习惯性便秘

陈美琴,肖维艳

(荆门市第一人民医院 综合病房,湖北 荆门 448000)

[关键词] 习惯性便秘; 脐部按摩; 食疗

习惯性便秘属于功能性便秘,多为肠传输功能降低引起。肠传输功能降低,与滥用泻药、食物过于精细、运动减少(如上班坐室,下班坐车,回家坐沙发,长期卧床的病人)等有关。我科采用食疗加脐部按摩治疗习惯性便秘,收到良好的效果。现报道如下。

### 1 资料和方法

1.1 一般资料 本组病例232例,男135例,女97例,年龄36~89岁,病史5年以内38例,5~10年86例,10年以上108例。

### 1.2 方法

1.2.1 食疗:患者每日早晚冲服蜂蜜1杯,早晚各口服乳酸菌牛奶1杯,日食香蕉2条,平日多以粗粮为主,多吃蔬菜。

1.2.2 脐部按摩:患者在进行食疗的同时,每日早晨起床前和夜晚临睡前各自行按摩脐周100次,方法:患者平卧床上,双手掌相叠,掌心向下,于下腹,绕脐周呈顺时针方向按摩,力度以自己能承受为准。

1.3 观察指标 患者治疗2周后进行效果评价。显效:患者

在行食疗加脐部按摩治疗(以下简称治疗)后,在无需任何泻药和物理方法(如灌肠)等的作用下,能自行大便,1次/1~2d;无效:患者在治疗后,仍需借助泻药或物理方法,才能保证1次/1~2d大便,疗效不明显。

### 2 结果

治疗2周后,216例患者恢复自主大便,1次/1~2d,疗效显著;16例患者仍借助泻药等方法才能保证1次/1~2d大便。

### 3 讨论

蜂蜜是天然补品,既可美容,又可润滑肠腔,促进肠蠕动;乳酸菌牛奶,富含人体必需的正常菌群,可以有效改善肠道功能,刺激肠蠕动,促进排便;香蕉、粗粮、蔬菜等,在肠腔膨胀,增加便量,从而刺激肠蠕动,达到顺利排便的目的;脐即神阙穴,为先天之结蒂,后天之气舍,是十二经络之根,生气之源,五脏六腑之本。通过按摩脐周,刺激神阙穴,使患者阴阳调和,胃肠蠕动增加,达到泻下通便的目的。