

妄想症状日常观察与照护要点

宜宾市第四人民医院 彭兴群

妄想是精神疾病常见的病理性思维症状,多见于精神分裂症、双相情感障碍、重度抑郁及老年器质性精神障碍等病症。大众常将其误认为单纯的固执胡思乱想,实则是大脑思维功能异常。患者意识清醒,却坚信脱离现实、违背常识的错误认知,且无法被劝说纠正。长期妄想会损害患者情绪调节能力与社会功能,存在一定安全隐患。掌握妄想的观察与照护技巧,是稳定病情、助力康复的关键。

妄想的核心特征为脱离现实、顽固坚信、不可说服,这是区分病理症状与普通固执的关键。家属无需专业设备,通过观察患者言语、行为与情绪变化,即可完成日常筛查。不同类型的妄想症状各具特点,精准辨别可有效提升照护针对性。

被害妄想最为高发,患者无依据坚信自己被跟踪、监视、下毒或陷害,常表现为高度警惕、刻意避人、拒食拒水、不敢独处、反复观察环境,多伴随焦虑失眠、自我防护等行为。关系妄想患者会将无关外界事物与自身绑定,认为他人言行、环境动静均针对自己,易产生委屈、愤怒情绪,频繁与人发生争执冲突。

临床还有多种典型妄想类型。夸大妄想多见于躁狂患者,患者盲目高估自身能力、身份与财富,言行浮夸、行事冲动。自责自罪妄想常见于重度抑郁患者,过度自我否定,放大细微过失,自认罪孽深重、拖累家人,伴随情绪低落、拒食厌世等表现。钟情妄想患者单方面臆造亲密关系,无视对方拒绝,固执纠缠、难以劝导。日常可记录症状频次、诱发场景,为临床诊疗提供依据。

妄想照护需遵循四大原则:不争辩、不否定、不纵容、多包容。妄想是病理性思维异常,并非患者主观任性。家属强行说理、刻意纠正,不仅无效,还会加重患者多疑、恐惧、被害心理,激化医患、亲子矛盾,诱发冲动、抗拒治疗等行为,加重病情。

科学照护的核心是接纳情绪、不认同妄想内容。患者倾诉虚妄想法、流露恐惧不安时,照护

者无需反驳,可共情安抚、认可其真实情绪,建立信任关系。但严禁迎合、配合患者的妄想逻辑,避免强化病理信念。日常沟通需平和真诚,规避争执与冷漠,减少患者情绪应激。

稳定安静的居住环境可有效减少妄想发作。环境嘈杂、人员复杂、频繁变动,会持续刺激患者神经,加重多疑焦虑,诱发病状反复。日常需保持居住环境整洁固定,减少搬家、更换陪护、频繁会客等变动。同时督促患者规律作息、合理饮食、适度运动,避免熬夜劳累、独处空想,降低症状发作概率。

安全防护是妄想照护的重点工作。存在被害、自责自罪妄想的患者,易出现拒食、出走、自伤、伤人等危险行为。日常需常态化排查环境隐患,妥善收纳刀具、药品、玻璃制品等危险品。患者出现情绪激动、言行偏激、消极沉闷时,可通过聊天、散步、做家务等方式转移注意力。若出现冲动自残、伤人倾向,需立即管控危险品、疏散人员,及时联系医护人员干预。

规范服药是控制妄想、预防复发的核心手段。妄想无法依靠单纯心理疏导缓解,必须依托正规药物治疗。受症状影响,患者常多疑抗拒、漏服藏药、私自停药,导致病情反复。照护者需全程监督规范服药,观察记录药物副作用,定期陪同复诊,配合医生调整治疗方案,严禁私自换药停药。

长期患病易导致患者自卑敏感、自我封闭,造成社会功能退化。照护者需尊重患者人格,耐心包容、陪伴鼓励,杜绝歧视与指责。病情稳定期,可引导患者参与简单家务与轻度社交,逐步恢复生活自理与社交能力。家属需放平心态,避免过度焦虑与过度保护,陪伴患者稳步康复。

综上,妄想症照护兼具专业性与人文学性。精准识别症状、恪守照护原则,做好环境护理、安全防护、用药监护与心理支持,可有效减少症状发作、稳定病情。若患者症状持续加重、频繁出现危险行为,需及时就医干预,通过规范治疗助力患者回归正常生活。

碘造影剂安全用药指南:科学认知,安心检查

广西医科大学第一附属医院药学部 刘国萍

碘造影剂在20世纪20年代开始应用于临床,作为影像检查中的常用药物在CT、血管造影等医学影像检查中,医生会建议使用“碘造影剂”(又称对比剂)。它是帮助医生精准发现病变的“显影神器”。然而,不少人对其安全性心存顾虑。本文为您梳理碘造影剂的安全用药知识,助您安心、顺利地完成检查。

1. 碘造影剂的介绍

碘造影剂是一种含碘的药物,注入人体后能吸收X射线,从而在影像上形成对比,让血管、器官或病变组织清晰显影。是现代医学不可或缺的工具。

2. 碘造影剂的治疗作用

碘造影剂本身不治疗疾病,但它是医生的“透视眼”。在CT增强扫描或血管造影检查中,它能随血液循环流经全身。如果体内存在肿瘤、炎症、血管狭窄或动脉瘤等病变,造影剂会在这些区域呈现出与正常组织不同的影像特征。这使得医生能够准确判断病变的位置、大小、性质及血供情况,为疾病的早期诊断和精准治疗提供关键依据。

3. 安全用药注意事项

虽然碘造影剂总体安全,但规范使用是保障安全的前提。需重点关注以下环节:

(1) 检查前:全面评估与准备

①包括高危人群筛查:有既往造影剂过敏史、肾功能不全、甲状腺功能亢进、哮喘、糖尿病及高龄的人群,属于不良反应高危人群,需提前告知医生。②充分饮水:在检查前6-12小时,建议充分饮水(肾功能不全者需遵医嘱控制饮水量),总饮水量达到这有助于药物排泄,降低肾损伤风险。③无需禁食:检查前通常不需要禁食(除非特殊情况下需要空腹检查的情况),正常饮食即可,但应避免过饱。

(2) 检查中:积极配合

在注射造影剂时,部分人可能会感到身体发热或口中有金属味,这属于正常的类生理反应,通常很快会消失。此时请保持静止,不要乱动以免影响图像质量。若出现呼吸困难、严重恶心、皮疹等不适,请立即告知医护人员。

(3) 检查后:留观与监测

①留观30分钟:绝大多数严重的急性过敏反应发生在注射后1小时内,因此检查后务必在候诊区留观30分钟,确认无异常后再离开。②多喝水:检查后继续适量多喝水,多排尿,促进造影剂通过尿液排出体外。③如何自我识别不良反应及处理办法:静脉注射碘造影剂可能发生外渗,渗漏到周围软组织,会造成肢体损伤、疼痛。大多数的外渗都是轻微的,严重时可能导致局部组织肿胀,甚至皮肤溃疡、软组织坏死和筋膜间隙综合征。绝大多数发生外渗的患者康复后没有明显的后遗症。轻度外渗,无需特殊处理,注意观察即可,若外渗加重,应及时告知医护人员。

还可能发生过敏反应:如为轻度反应(如轻微皮疹、恶心)通常可自行缓解,多喝水,促进药物排泄即可;若出现重度反应(如呼吸困难、血压下降、休克等),需立即进行急救。

记得监测肾功能:对于肾功能不全等高危人群,检查后需遵医嘱定期复查肾功能,警惕对比剂肾病的发生。

4. 特殊人群特别提示

①妊娠期与哺乳期:碘造影剂可通过胎盘和进入乳汁。妊娠期一般不推荐使用,如需使用,在评估利大于弊情况下谨慎使用。哺乳期妇女用药后建议暂停哺乳24小时,并充分饮水,多排尿。②儿童与老年人:儿童和老年人因生理机能特点,用药剂量和速度需由医生精准把控,并加强检查前后的监护。③特殊疾病人群:需充分告知医生疾病状况,在医生评估下使用,如甲状腺功能亢进、镰状细胞病、重症肌无力、嗜铬细胞瘤、多发性骨髓瘤、副蛋白血症等。④肾功能不全人群:当估算肾小球滤过率<30mL/min时,发生肾损伤的风险极高,需严格评估利弊,必要时采取预防措施或选择替代检查。

总结:碘造影剂在临床应用中总体安全性较高,严重不良反应的发生率极低。只要做到检查前充分评估、检查中密切配合、检查后规范留观与护理,就能最大程度地保障用药安全。医患双方的共同努力,是让这项技术更好服务于健康的关键。

你的腰“老”了吗?磁共振给腰椎做“年检”

广西壮族自治区人民医院放射科 崔盟

你有没有过这样的经历:弯腰捡个东西,腰突然卡住了一样;在电脑前坐了一天,站起来时腰部僵硬得半天直不起来;或者明明没干什么重活,腰却酸得怎么躺都不舒服。这些场景对现代人来说太熟悉了,熟悉到很多人觉得“腰不好”是常态,忍忍就过去了。但你可能不知道,我们的腰椎从二十多岁就开始悄悄“变老”了。而磁共振检查,就像是给腰椎做一次深入的年检,能帮我们看清楚腰到底出了什么问题。

一、腰椎为什么会悄悄“变老”

说到“腰老了”,很多人觉得那是老年人才该操心的事。实际上,腰椎的老化比我们想象中来得更早。我们的脊柱由椎骨和椎间盘组成,椎间盘起缓冲减震作用。年轻时椎间盘水分充足、弹性好,约从30岁开始,椎间盘含水量每年下降约百分之十,这是正常生理老化过程,就像皮肤会长皱纹一样自然。

问题在于,现在生活方式让这个加速了。长时间坐着办公、缺乏运动,这些因素都会给腰椎增加额外负担。椎间盘长期受压,纤维环可能出现微小裂缝,里面的髓核被挤出来,就成了我们常说的“腰椎间盘突出”。数据显示,50岁以上的人群中,超过八成存在不同程度的腰椎退变表现,但很多人并没有明显症状。

二、磁共振能看到什么

很多腰痛的人去医院,医生会建议拍片子。这时候不少人会疑惑:X光、CT、磁共振,到底有什么区别?简单来说,X光看的是骨头的大致轮廓,CT看得更精细一些,而磁共振最擅长看的是软组织。腰椎的问题,很多时候恰恰出在软组织上。椎间盘、神经根、脊髓、韧带,这些结构在磁共振图像上显示得非常清楚。医生通过磁共振能看到椎间盘有没有突出、突出了多少、有没有压到神经根;椎管是不是变窄了,神经的通路有没有被挤占;椎体有没有水肿或者炎症信号,甚至有没有肿瘤或感染的迹象。在评估椎间盘和神经的问题上,磁共振是目前最准确的工具,也被公认为诊断腰椎间盘突出症的“金标准”。

三、什么情况该给腰椎做一次“年检”

并不是每次腰痛都需要做磁共振。大多数人经历的是急性腰扭伤或肌肉劳损,休息几天就能缓解。但有些信号出现时,就应该认真考虑去做检查了。第一个信号是腰痛反复发作,持续超过一个月仍没有明显好转。第二个信号是疼痛不仅限于腰部,还向臀部、大腿后侧甚至小腿放射,这种放射性疼痛往往提示神经受压。第三个信号是腿部或脚部出现麻木、无力,走路像踩在棉花上一样,这可能是神经受压比较严重的表现。第四个信号是大小便出现功能障碍,这种情况虽然少见,但一旦出现就是急症,需要尽快就医。此外,如果以前有过腰椎外伤,或者长期从事搬运、驾驶等对腰部负担较大的工作,即使没有明显症状,也可以考虑在体检中加上腰椎磁共振。

四、做磁共振麻烦吗

很多人对磁共振有些顾虑,担心有辐射,担心过程难受。其实磁共振和X光、CT不一样,它没有电离辐射,是利用磁场和射频波来成像的,对人体没有伤害。

检查过程并不复杂。你需要换上没有金属配件的衣服,摘掉手表、钥匙、硬币、发夹、皮带扣等所有金属物品。体内有心脏起搏器、金属支架等植入物的人,需要提前告知医生。检查时你仰面躺在检查床上,床会缓缓滑入扫描仪中,全程需要保持不动。机器会发出各种“咚咚咚”的声音,这是正常的工作声响,不用紧张。整个过程大约20~40min,结束后你就可以起身离开了。至于费用,根据不同地区和医院等级,腰椎磁共振的价格大概在400~1000元之间,而且大多数纳入了医保报销范围。

其实,腰椎是我们身体的“承重墙”,它支撑着上半身的重量,还负责弯腰、转身等各种动作。遗憾的是,我们年轻时很少关注它,等到出了问题才开始重视。磁共振检查就像给腰椎做一次全面“年检”,能帮我们发现及早发现问题,避免小毛病拖成大病。当然,检查只是手段,日常保护更重要。保持正确坐姿、避免久坐、适当锻炼腰背肌群,这些才是让腰椎“老”得慢一点的根本办法。