



第7版：养生保健

上一版 < > 下一版

版面导航



第1版 今日要闻



第2版 综合新闻



第3版 视点

标题导航

- ② 小寒话养生
- ② 小寒常用食疗方
- ② 食道癌患者的饮食调养
- ② 如何自制“褥疮清”
- ② 宝宝盗汗莫乱补
- ② 健康小常识

2010年1月6日 星期三

本报首页 | 版面导航 | 标题导航

☰ 上一期 下一期 ☰

< 上一篇 下一篇 >

放大 ⊕ 缩小 ⊖ 默认 ○

如何自制“褥疮清”

褥疮清用料：红花50克，黄芪30克，白薇20克，冰片10克，70%的酒精500毫升。

制做方法：把这四味药放到准备好的酒精里，泡上一个星期。

使用方法：用棉布蘸着，给病人擦身，每天三次。

有个右肢偏瘫的老大爷因为褥疮住院。在我给他做检查时发现，他的身体右外侧已经出现了溃烂。在询问家属时，老大爷的女儿还感觉非常委屈，说父亲瘫痪在家这一个月里，自己整天给他擦身，照顾得无微不至，可褥疮还是出现了。

住院的第一个星期，每次去查房时，我发现老人家都是侧躺在床上，偏瘫一侧的肢体在上面。于是，我就和一个医生帮老人家翻身，把偏瘫一侧的肢体翻到下面去了。

他女儿看到后不满意了，说：“我爸爸的右侧都偏瘫了，您还让他这样压着，以后还能康复吗？”

她的这句话点到了褥疮的病根儿，估计很多人都会有同样的想法。

其实，褥疮又叫压疮，是由于局部组织长期受压，发生持续性缺血、缺氧、营养不良而导致的组织溃烂坏死。这在康复治疗 and 护理中是一个很常见的问题。据有关文献报道，每年约有6万人死于褥疮合并症。由此可见，长期受压是造成褥疮的一个重要原因。所以，给偏瘫朋友经常变换卧床的姿势，能有效防止褥疮的产生。

不过，让瘫痪的一侧肢体压在下面，就好像让受伤的手去抓东西一样，很难让人接受。但我们反过来想一想，瘫痪一侧长期气滞血瘀、经络不畅，适当地压一压就像给这个部位做按摩一样，不也是一种康复锻炼吗？我将偏瘫患者的家庭调治法说完以后，开了一个小处方，就四味药：红花50克，黄芪30克，白薇20克，冰片10克。把这四味药放到70%的酒精500毫升里，泡上一个星期，然后用棉布蘸着给老人家擦拭身子，每天三次。这个方子具有活血化瘀、消结止痛的作用。

两周后，老人家的女儿找到我，说她父亲的褥疮已经好了很多。而且，以前她父亲可能因为只能侧卧者，脾气不太好。现在老人家可以左侧卧、平卧，还可以右侧卧。姿势多了，她父亲感觉舒服多了，脾气也变好了。

事实上，很多偏瘫的朋友会长褥疮，根源就在于长期躺在床上一动不动。家人如果改变观念，经常给他调换一下卧床的姿势，并勤用我提供的药给他擦拭身子，自然就不会长褥疮了，即使长了褥疮也会慢慢痊愈。（赵国东）D4

< 上一篇 下一篇 >

放大 ⊕ 缩小 ⊖ 默认 ○

国内统一刊号：CN11-0153 邮发代号：1-140(国内) D-1138(国外)
 地址：中国北京市朝阳区北沙滩甲四号 邮编：100192 电话：64854537
 传真：64854537 mail:cntcm@263.net.cn 广告热线：64855366
 Copyright 本网站内容版权所有，未经许可禁止转载， All Rights Resened