



5月份国民经济继续恢复

据新华社电(记者 魏玉坤 韩佳诺) 国家统计局15日发布数据显示,5月份,稳增长稳就业稳物价政策持续显效,生产需求稳步恢复,就业物价总体稳定,转型升级持续推进,经济运行延续恢复态势。

工业生产平稳增长,服务业较快增长。5月份,全国规模以上工业增加值同比增长3.5%,比上月回落2.1个百分点;全国服务业生产指数同比增长11.7%,比上月回落1.8个百分点。1至5月份,全国规模以上工业增加值同比增长3.6%,与1至4月份持平;全国服务业生产指数同比增长9.1%,比1至4月份加快0.7个百分点。

市场销售持续恢复,固定资产投资规模扩大。5月份,社会消费品零售总额37803亿元,同比增长12.7%,比上月回落5.7个百分点;环比增长0.42%。1至5月份,全国固定资产投资(不含农户)188815亿元,同比增长4%,比1至4月份回落0.7个百分点。货物进出口保持增长,贸易结构继续优化。5月份,货物进出口总额34460亿元,同比增长0.5%。进出口相抵,贸易顺差4523亿元。1至5月份,货物进出口总额167714亿元,同比增长4.7%。

就业形势总体稳定,居民消费价格同比小幅上涨。5月份,全国城镇调查失业率为5.2%,与上月持平。本地户

籍劳动力调查失业率为5.1%;外来户籍劳动力调查失业率为5.4%。5月份,全国居民消费价格指数(CPI)同比上涨0.2%,环比下降0.2%。

“总的来看,5月份,国民经济延续恢复态势,转型升级持续推进。但也要看到,国际环境复杂严峻,国内结构调整压力较大,经济恢复基础尚不稳固。”国家统计局新闻发言人付凌晖说,下阶段,要着力恢复和扩大需求,加快建设以实体经济为支撑的现代化产业体系,把发挥政策效力、激发经营主体活力和稳定市场信心结合起来,巩固经济恢复向好的基础,促进经济实现质的有效提升和量的合理增长。



新纪录! 一箭41星

6月15日13时30分,我国在太原卫星发射中心使用长征二号丁运载火箭,成功将吉林一号高分06A星等41颗卫星发射升空,卫星顺利进入预定轨道,发射任务获得圆满成功。这批卫星主要用于提供商业遥感服务及相关技术验证。

新华社发(郑斌/摄)

H 环球

美联储维持联邦基金利率目标区间不变

据新华社电(记者 刘亚南) 美国联邦储备委员会14日结束为期两天的货币政策会议,宣布维持5%至5.25%的联邦基金利率目标区间不变。这是美联储2022年3月以来连续10次加息后首次暂停加息,符合此前市场预期。

W 外事

李强将访问德国、法国

据新华社电 外交部发言人汪文斌15日宣布:应德国总理朔尔茨、法国政府邀请,国务院总理李强将于6月18日至23日对德国进行正式访问并举行第七轮中德政府磋商、对法国进行正式访问并出席新全球融资契约峰会。

K 科技

水稻广谱抗病基因研究获进展

据新华社电(记者 李伟 熊翔鹤) 记者从华中农业大学获悉,李国田教授团队研究发现了一个新型水稻广谱抗病基因RBL12,大田实验结果证明,RBL12在田间稻瘟病害发生情况下可挽回约40%的产量损失。该成果于日前在国际学术期刊《自然》上在线发表。

C 彩票开奖台

中国福利彩票15选5玩法开奖公告
第2023156期中奖号码:01.07.08.09.14
中国福利彩票“双色球”开奖公告
第2023068期中奖号码:
红色球号码:11.12.15.18.29.33
蓝色球号码:02
中国福利彩票3D玩法第2023156期
中奖号码:689
全国联网电脑体育彩票“排列3”开奖公告
第2023156期 中奖号码:251
全国联网电脑体育彩票“排列5”开奖公告
第2023156期中奖号码:25151

健康中国—加速肺康复护理

加速康复外科(ERAS)是基于循证医学依据提出的关于围手术期处理的一系列优化措施,其目的是减少手术病人生理及心理的创伤应激,尽可能减少病人的机能损伤和促进机能措施,达到快速康复。

肺切除术是治疗某些肺内或支气管疾病的有效手段,根据病变的性质、范围和病人肺功能的情况,切除一侧全部肺脏(即全肺切除术),也可以进行肺部分切除(包括肺叶切除、肺段切除或楔形切除),还可以切除两个肺叶,或作肺叶加肺段(或楔形切除)。

术前宣教

1.健康教育评估 责任护士对病人的评估,采用多元化的教育方式对其和家属进行,包括口头、书面(宣教手册、宣教展板),根据专科特点制作各种形式ERAS宣传手册或宣教展板,放置病区的健康教育专栏,供随手取阅,及时了解ERAS的相关信息。多媒体、网络微信平台等多种教育方式结合,提高健康教育效果,在健康教育过程中,鼓励病人及家属提问。

2.鼓励病人配合ERAS相关策略,做好术前准备

(1)戒烟戒酒;由于吸烟饮酒会增加术后并发症,所以建议术前戒烟酒。

(2)肠道准备:术前晚指导其进低脂易消化食物,如稀饭、面条等,术前禁食6小时,禁水2小时。若无糖尿病病史,术前2~4小时饮用400ml 12.5%碳水化合物的饮料,可减缓饥饿、口渴及焦虑情绪,同时降低术后胰岛素抵抗和高血糖的发生率。

(3)呼吸功能指导及训练:指导患者呼吸功能锻炼,正确有效咳嗽咳痰,如腹式呼吸、缩唇呼吸、吹气球和呼吸功能训练器。

方法:

缩唇呼吸:让病人用鼻吸气,将口唇缩成吹口哨状呼气,使气体通过缩窄的口型缓慢呼出,吸气与呼气时间比例1:2,3~4次/天,10分钟/次。腹式呼吸:让病人放松,采取坐位或立位,左右手分别放在胸部和腹部,全身肌肉放松,静息呼吸。吸气时用鼻子用力吸入,尽力挺腹,胸部不动,呼气时用口呼出,同时收缩腹部,胸廓保持最少活动幅度,缓慢深吸,增进肺泡通气量,7~8次/天,15分钟/次,呼吸比1:1.5~2.0。

3.心理疏导

讲解术前相关知识,心理安慰可以缓解病人术前恐慌、焦虑心情。

4.术前康复(预康复)

在手术等待期间进行中强度有氧运动及力量锻炼,蛋白补充为主的营养支持和心理支持。可以做6分钟步行测试:让病人连续行走6分钟,步行距离越长,患者的肺功能能力越好。

术前运动训练可以增加心肺功能,缩短住院时间,降低并发症发生率,运动疗法能够释放生理压力,使器官组织产生适应反应,从而提高身体抗压能力。

术中围手术期护理

术前随访:目标导向性静脉补液;术中预防低体温;术中入路与切口选择;术中多模式镇痛;术中预防静脉血栓形成等。

术后围手术期康复运动指导:

手术当天

手术病人回病房去枕平卧,生命体征平稳后抬高床头45度左右,抬高床尾20度,3小时后尝试进水,无呛咳即可饮水,可以吃藕粉或稀饭。6小时后可半坐位,持续低流量吸氧,指导咳嗽、咳痰,尽早咳出第一口痰,保持呼吸道通畅,手、脚、屁股都可以动一动,手握握拳的动作,指导患者双下肢踝泵运动,膝关节可以在床上做蹬自行车运动,防止肌肉僵化,预防下肢深静脉血栓。

术后第一天

肢体功能活动:晨起摇高床头,让病人坐起来,帮助其坐在床边休息会,再慢慢活动上下肢,指导患侧上肢肩关节外展、内收运动,肩关节每2小时活动一次,每次5~10分钟,顺时针旋转10圈,逆时针旋转10圈。站在床边,让家属扶稳,慢慢做高抬腿运动。

上午让患者先床边活动,再慢慢地在房间内活动。没有不适可以走廊活动。下午可以协助其循序渐进爬楼梯运动,增强心肺功能。

呼吸功能锻炼:指导患者有效咳嗽咳痰,每小时咳嗽30次,保持呼吸道通畅,督促患者吹气球,3次/天,5分钟/次,多做深呼吸和腹式呼吸,有利于肺扩张。

饮食指导:高蛋白、高热量、高维生素的食物,如:鱼、虾、肉类,多吃蔬菜、水果。少食多餐,清淡易消化为主,协助患者坐起进食,以防食物误吸气管引起吸入性肺炎。

疼痛护理:原则是重视疼痛宣教、选择合理的疼痛评估方法、预防性镇痛、多模式镇痛和个体化镇痛。

每个病房贴有疼痛评估量表,教会病人正确评估疼痛,告知术后镇痛泵相关注意事项,轻度疼痛0~3分可以转移注意力缓解,如听歌、聊天、看电视等。中度疼痛≥4分,要及时告知护士,医嘱予对症处理,缓解疼痛。

管道护理:

(1)术后24小时内拔出尿管。

(2)床上翻身、坐起等活动时要注意保护胸腔引流管,避免滑脱、打折、扭曲。

(3)卧床时引流瓶固定防倾倒,下床活动须从带管侧上下床,引流瓶位置应低于膝关节,并保持密闭,摆动幅度不可过大。

(4)大便时要双折引流管,引流瓶低于置管处,避免引流液返流;但对有气体逸出的患者,需始终保持引流通畅,绝不可随意夹管。

术后第二天至拔管:适当增加病人活动量,协助患者爬楼梯,视频带其深呼吸操。

拔管当天:医嘱拔除胸腔引流管,嘱患者卧床休息2小时,密切观察有无胸闷、气喘等症状。

拔管次日,患者出院,做好出院宣教。

出院健康指导

1.加强营养:高蛋白清淡饮食,多食蔬菜水果,增加鱼、虾、肉、豆制品等动植物蛋白,保持大便通畅,忌烟酒、刺激性及辛辣食物。

2.术后咳嗽、咳痰是正常症状,不用紧张,定期复查,如有不适,及时就医,出院后避免剧烈运动,注意劳逸结合,患侧手臂要多做梳头及爬墙运动,继续呼吸功能锻炼,可以做深呼吸、腹式呼吸,改善肺功能。

3.注意保暖,避免受凉。

4.如有出院带药按医嘱服药,如不适,及时就诊。

5.出院后伤口拆线一周内不能碰水,一个月胸外科门诊复查,复诊时带好出院小结。 安徽省胸科医院 王德桂