

揭开麻醉技术的神秘面纱

王永贵

经支配区诱导麻醉。

(三)椎管内麻醉

椎管内麻醉是将麻醉药物注射到椎管的蛛网膜下腔或硬膜外腔。脊髓神经根被阻断,神经根支配的相应区域被麻醉。椎管内麻醉适用于腹部、腰椎和下肢手术。根据注射部位的不同,可分为蛛网膜下腔阻滞(又称腰麻)和硬膜外阻滞。

二、麻醉的实施过程

(一)麻醉前的准备工作

1.健康评估:麻醉前,首要任务是对患者整体健康状况进行综合评估。医生还需要了解患者目前的基本生理指标,如体重、身高、血压、心率、血糖等,以评估麻醉风险。对于有特殊病史或长期用药的患者,应提前告知医生,以便制定相应的麻醉方案。

2.心理准备:麻醉前的心理准备同样重要。患者应了解麻醉的基本过程和潜在风险,并保持镇静。家属也要引导病人的情绪,减轻他们的紧张和恐惧。医生应该与患者建立良好的沟通,回答他们的问题,增强他们的信任。

3.禁食限水:为保证麻醉安全,麻醉前患者需按照医生要求禁食限水,确切的时间取决于手术的类型和病人的身体状况。禁食水目的是减少麻醉期间呕吐和误吸的危险。

4.身体卫生:麻醉前,患者需要清洁身体,特别是手术部位的皮肤。这有助于减少手术期间感染的风险。患者应在医生指导下洗澡,更换干净的衣服,避免使用可能干扰手术和麻醉的化妆品和香水。

5.药物调整:对于有长期用药史的患者,应在医生指导下调整用药剂量或停药。如抗凝、降糖药等可能对手术和麻醉有影响,需要

在手术前进行调整。同时,患者应避免停药或改变用药剂量,以免影响手术和麻醉的效果。

6.生活习惯:麻醉前,患者应保持良好的生活习惯。这包括充足的睡眠,避免过度工作和熬夜,戒烟和限制饮酒。良好的生活习惯有助于提高患者的体质和抵抗力,降低手术和麻醉的风险。

(二)麻醉中的操作步骤

1.建立静脉通路:麻醉期间,有必要为患者建立静脉通路,用于给药和补液等目的。通常选择患者手背或前臂的浅表静脉穿刺,并连接输液器和监护装置。

2.连接监护设备:为保证患者生命体征的稳定,需要连接各种监护设备,如心电图仪、血压计、血氧饱和度仪等。

3.麻醉诱导:麻醉诱导是麻醉过程中至关重要的一步,目的是使患者从有意识状态过渡到无意识状态。医生会根据患者的具体情况和手术需要选择合适的麻醉药物和给药方法。它通常包括静脉注射和吸入给药。在给药过程中,医生将密切监测患者的反应,并根据需要调整药物剂量。

4.气管插管:在病人失去意识后,医生会插入气管内插管。这是为了确保患者气道通畅,便于术中管理。气管插管需要经验丰富的医生进行手术,以避免损伤患者的喉咙或气道。

5.麻醉维持:手术过程中,医生需要持续维持患者的麻醉状态。这包括调整麻醉药物的剂量和速度,以确保患者处于稳定的麻醉深度。同时,医生还需要根据手术的需要和患者生命体征的变化,提供相应的药物或治疗措施。

(三)麻醉后的恢复阶段

1.初始恢复阶段:手术后,患者开始从麻醉中恢复。在大多数情况下,患者会在几分钟内逐渐醒来,但确切的时间会因药物类型、剂量和个体差异而有所不同。这个人可能仍然感到昏昏欲睡或头晕,需要更长的时间才能完全醒来。

2.生命体征稳定期:随着麻醉药物代谢的消除,患者的生命体征(如心率、血压、呼吸等)逐渐稳定。在此期间,护士或医生将密切监测患者的生命体征,以确保他们的安全。

3.术后恢复阶段:患者由手术室转至麻醉后恢复室,密切监测生命体征。麻醉师将评估病人的意识和疼痛程度,并提供适当的管理。在PACU期间,患者可能需要接受一些术后治疗,如镇痛药或抗生素。当患者生命体征稳定,无并发症时,转至普通病房,继续接受医生、护士的观察护理,进行康复训练。对于小型常规手术,患者可能在术后1~2天内完全恢复;对于大型和复杂的手术,恢复时间可能需要几周甚至几个月。

4.出院后康复阶段:出院前,医生对患者的康复情况进行评估,判断患者是否符合出院标准,并提供出院后康复指导,包括饮食、运动、用药等方面的建议。患者出院后需按医嘱定期随访诊。随访和复查有助于医生及时了解患者的康复情况,根据需要调整康复计划。

总之,麻醉是一项复杂而重要的医学技术。通过了解麻醉的相关知识,我们可以更好的配合医生的治疗,保证手术和检查的安全。同时,还应了解麻醉后的注意事项,以促进身体的恢复。

(作者单位系江西省上饶市人民医院)

在浩瀚的医学领域,麻醉技术就像一个不可或缺的守护者,默默地保障着手术和医疗过程的顺利进行。虽然麻醉在日常医学中扮演着重要的角色,但很多人对这项技术的了解仍然相对有限。今天,让我们揭开麻醉的神秘面纱,了解更多关于这项技术的知识。

一、麻醉的几种类型

(一)全身麻醉

全身麻醉是完全消除病人意识和疼痛的过程。它的特点是失去意识,全身肌肉松弛,感觉不到疼痛。全身麻醉适用于各种手术,特别是需要患者失去手术意识的手术,如开胸、开腹、颅脑手术等。

(二)局部麻醉

局部麻醉剂作用于神经系统的某些部分,可逆地暂时阻断感觉神经传导,而运动神经传导保持完整或同时不同程度地阻断。这种堵塞应该是完全可逆的,不会对组织造成任何损害。局部麻醉分为以下几种:

1.表面麻醉:根据需要将穿透性麻药作用于黏膜表面,麻醉黏膜下的神经末梢。一般来讲,浅表手术麻醉或眼、鼻、口、喉、气管、食道、泌尿生殖道等黏膜的内镜检查通常会使用表面麻醉。

2.局部浸润麻醉:沿手术切口线分层注射局麻药,阻断组织内的神经末梢。它通常适用于肤浅的小手术。

3.区域阻滞麻醉:包括颈丛阻滞、臂丛阻滞、股神经阻滞。即在神经干(神经丛)周围注射局麻药,阻断其脉冲传导,在神经支配区产生麻醉作用。

4.神经阻滞麻醉:在神经干、神经丛、神经节段周围注射局麻药,阻断其脉冲传导,在神

带你了解胆囊息肉

赵岩

胆囊息肉是指在胆囊黏膜表面长出的异常生长组织,临床上常表现为胆囊壁向腔内突出的、孤立的肿物。很多人认为胆囊息肉是一种良性病变,不会癌变。其实,这种想法是错误的。

有研究表明,胆囊息肉在女性中发病率为25%~40%,男性发病率为8%~23%。

一般来说,随着年龄的增长,胆囊息肉的发病率也逐渐增加。虽然这种疾病不会危及生命,但它对患者健康有很大危害。那么,怎样才能知道自己的胆囊息肉是良性还是恶性呢?

一、胆囊息肉是否有症状?

胆囊息肉主要通过B超检查来诊断,在腹部超声检查中,我们可以看到胆囊内有一类像“葡萄”样的东西,也就是“胆固醇息肉”,这种情况下一般是良性的。

但是,胆囊息肉也可以发展成癌症。在我国,胆囊癌的发病率相对较低。因此,当发现胆囊息肉时,我们应该更加注意。除了上面提到的B超检查外,我们还可以进行以下检查来确诊:

1.血清胆固醇测定:测定血清胆固醇水平可作为辅助诊断指标。

2.腹部超声检查可以显示出胆囊壁是否光滑、有无局限性增厚、胆囊壁是否均匀等特征。

3.CT或MRI:CT和MRI都可以显示出胆囊息肉的形态和位置。

4.活组织检查是诊断胆囊癌的主要方法。由于大部分胆囊癌生长缓慢,通常没有明显的症状。如果超声检查发现有肿瘤性病变或可疑肿瘤性病变,需要进行进一步检查来确诊。

二、是否会影响患者的生活质量?

胆囊息肉可分为两类:

1.胆固醇性息肉:一般为良性病变,一般不会发生恶变。但如果其体积较大、数目较多,或具有炎症表现,则发生癌变的可能性较大。据统计,胆囊息肉恶变的概率为0.2%~3%。

2.炎性息肉:常见的为胆固醇性炎性息肉,可分为胆囊腺肌增生症、炎性息肉和腺肌腺瘤三种。由于其性质与肿瘤相似,因此应及时进行治疗,以免病情恶化。

对于胆固醇性息肉,通常采用药物治疗或手术治疗;而对于炎性息肉和腺肌腺瘤,通常采取手术治疗。此外,患者还应注意饮食习惯和生活习惯:

1.多吃富含膳食纤维的食物:膳食纤维可促进胆汁分泌、加速胆固醇的排泄,从而起到降低胆固醇、预防胆囊息肉的作用。

2.少吃含胆固醇高的食物能促进胆囊中胆汁中胆固醇的溶解,减少胆固醇在胆囊中的积聚。

3.适当运动:运动可以加快肠道蠕动、促进胆汁排出、减轻胆囊负担,从而预防胆囊息肉。

4.规律饮食:饮食规律可保证胆汁有规律地分泌和排泄,避免因过度饥饿引起胆囊收缩而导致胆结石等疾病的发生。

5.戒酒戒烟:饮酒可能会加重胆囊炎的症状;抽烟可能会增加患癌风险。所以大家一定要尽量戒掉烟酒。

6.注意休息:睡眠时间不足会导致抵抗力下降、免疫力下降,容易发生感染和肿瘤。因此,大家应该养成良好的生活习惯和饮食习惯,提高身体免疫力。

三、手术治疗后是否会复发?

很多人会担心胆囊息肉手术后是否会复

发,这是没有必要的。因为胆囊息肉是一种良性病变,不会引起癌变,因此不必担心。但是,如果不及治疗,可能会导致胆囊息肉变得更大,甚至癌变。

胆囊息肉是一种非常常见的疾病,它的主要危害是影响我们的健康和生活质量。如果我们发现自己患有这种疾病,应该尽快去医院检查治疗。如果确诊为胆囊息肉,可以在医生的指导下选择手术治疗。

目前胆囊息肉的主要治疗方法有药物治疗和手术治疗两种方式。但无论哪种方法,都需要根据患者的具体情况选择适合自己的方式进行治疗。建议大家到正规医院进行检查和治疗,以免耽误病情。

四、胆囊息肉的大小和数量有没有影响?

胆囊息肉直径越大,发生癌变的风险越高,直径大于10mm的息肉有癌变倾向,但直径小于5mm的息肉癌变风险极低。此外,胆囊息肉的数量越多,其癌变风险越高,数量超过10个时,其癌变风险甚至可高达100%。胆囊息肉直径越大、数目越多,其发生癌变的风险也越高。

所以,对于胆囊息肉患者来说,一定要定期复查,一旦发现胆囊息肉直径大于10mm时就要引起重视,并及时到医院进行治疗。

五、胆囊息肉是否需要立即切除?

临床上,绝大多数胆囊息肉都是良性病变,但也有一部分属于恶性。如果发现自己有胆囊息肉,首先要考虑胆囊息肉内是否会癌变,并不是所有的胆囊息肉都需要切除。

目前认为直径小于1厘米、无临床症状的胆囊息肉不需要切除,但有一种情况需要引起注意:部分患者胆囊息肉的直径超过1

如何预防血栓

赵宏文

陈代谢,对血液健康有很大的帮助。经常喝水可以稀释血液,预防血栓,但是喝水也是有讲究的,不是什么时候都能喝。

1.早起喝一杯温开水

清晨起床后,我们可以喝一杯温开水,因为这个时候是血液最为黏稠的时候。早上起床后先喝一杯温开水,能够降低血液黏稠度,可以很好地预防血栓。

2.饭后一小时再喝水

很多人都有这样的习惯,在饭后立即喝水,其实这是不正确的。因为吃完饭之后我们的消化系统处于比较活跃的状态,这个时候饮水很容易加重肠胃的负担。在饭后30分钟后再饮用一杯温开水就可以很好地预防血栓了。

3.睡前一杯水

但是对于血栓患者来说最好不要在睡前喝水。因为睡前喝水会增加血液的黏稠度,不利于血栓的恢复。

三、定期体检

定期体检可以让我们提前发现问题,并且尽早采取措施解决。而且定期体检可以有效地防止心脑血管疾病的发生,从而保护我们的生命安全。

四、戒烟酒

在预防血栓的时候,戒烟酒是一个非常好的习惯。吸烟喝酒是导致血栓形成的,长期吸烟喝酒的人比不抽烟喝酒的人患上血栓的概率要大很多。所以说大家一定要戒烟戒酒,这样才能让自己远离血栓。

另外在生活中还要注意一些细节,这样可以有效地预防血栓,大家一起来看看吧!

1.防止过度劳累:长期疲劳和精神紧张会导致血管收缩,影响血液循环,加重血管斑块的形成,诱发血栓。所以说大家要注意劳逸结合,避免过度疲劳。

2.饮食要注意:高脂肪、高热量、高胆固醇等食物会引起动脉粥样硬化和高血压,影响血管弹性和通透性,容易导致血栓形成。所以说大家要注意饮食,多吃新鲜水果蔬菜,少吃油腻食物和动物内脏等。

3.不吃冷冻食品:很多人都喜欢吃冷冻食品,但大家一定要注意不能吃太多冷冻食品。因为冷冻食品会影响血液循环,导致血管变硬、变脆甚至破裂。

4.控制体重:肥胖是很多疾病的导火索,比如高血压、糖尿病等。所以说大家要控制体重和血糖等指标。

5.睡前用热水泡脚

血液在晚上会有一个比较缓慢的流动过程,而且血流速度也比较慢。如果我们在睡觉前用热水泡脚的话,那么就能够很好地促进血液循环速度。对于血栓患者来说是一个非常好的习惯,能够有效地预防血栓发生。

6.坚持运动可以增强血管弹性和通透性。所以说大家要注意坚持运动,提高自身免疫力和抵抗力。

7.多喝水:水是生命之源,大家一定要养成多喝水的习惯。每天早上起床后要喝一杯水可以清理血管垃圾。血液中的垃圾越多就会

使血液变得黏稠从而导致血栓形成。所以说大家在早上起床后要喝一杯水来稀释血液。

8.注意保暖:冬季是血栓形成的高发期,因为冬季气温低会影响血管收缩和扩张。所以说大家在日常生活中一定要注意保暖,避免受寒着凉引起血栓的形成。

9.保持好心情:经常生气的人容易诱发血栓的形成。所以说大家在生活中一定要保持好心情。

五、合理饮食

血栓患者在饮食方面一定要合理,要保证营养均衡,多吃一些富含膳食纤维的食物,比如燕麦、玉米等。尽量少吃一些高脂肪、高胆固醇的食物,比如油炸食品、动物内脏等。平时也要注意多喝水,有助于稀释血液,防止血栓的形成。

通过上文我们知道了血栓形成的原因有很多,平时要多注意预防血栓。同时我们也知道了血栓的形成主要是因为血液中出现了一些有形物质,这些有形物质堵塞了血管所造成的。所以说平时我们预防血栓首先就要注意饮食,平时少吃一些高脂肪、高胆固醇的食物,平时多吃一些蔬菜和水果,尽量不要抽烟喝酒。同时也要注意保持乐观愉快的心情,学会自我调节情绪。

(作者单位系江西省九江市第一人民医院)

人到老年,身体各项机能下降,在生活中有众多的不便,比如在年轻人看来简单容易地洗澡,对老年人就成了一项挑战。其实,洗澡绝非用水冲一冲就搞定的事情,如果洗澡的时间不对,反而会对健康造成影响。夏天到了,全国各地的气温越来越高,稍不注意就容易汗流浹背,老年人洗澡的需求也会相应地增高,因此,在这些时刻洗澡需要特别注意。

一、空腹

人在饥饿的时候,体内血糖水平低,而洗澡时,皮肤血管扩张,全身皮肤血流量增加,特别是四肢皮肤。此时如果洗澡,不仅会导致血糖过低,还可能引起大脑缺血、缺氧而出现昏厥。

我们在空腹时洗澡的时候,可能会出现头晕、乏力、心慌、呼吸困难等症状,所以如果你有空腹洗澡的习惯,那么一定要注意了,在饭后一小时或者是两小时之后再去做。另外在吃饭前也不适合去洗澡,因为会有低血糖的发生。

老年人的身体条件相对较差,空腹洗澡还容易发生意外。尤其是心脑血管疾病患者、有基础疾病的老人,更不能空腹洗澡。因为老人对温度的感受能力降低,空腹洗澡时可能引发低血糖而晕倒。

因此,老年人在洗澡前应先吃点东西(如半块饼干、一小杯牛奶或面包)或喝杯糖水等。如果实在有低血糖症状的老人要坚持洗澡,最好在家人的陪伴下进行。

二、酒后

在很多人的印象中,喝完酒洗澡是一件很平常的事情,但实际上,酒后洗澡很危险。人在饮酒后,酒精会抑制肝脏的活动,阻碍糖原的释放。而洗澡时,人体对葡萄糖的需求会增加。此时如饮酒过量,就会引起血糖水平下降。如果长期如此,容易出现疲劳、头晕、心慌、皮肤苍白、四肢无力等症状,严重的还可能发生低血糖昏迷。

尤其是对于喝完酒以后马上洗澡的人来说,由于体内血糖水平下降得太快,容易发生虚脱,以避免发生晕厥、低血糖昏迷等意外情况。此外,喝酒后立即洗澡还容易造成身体脱水,而酒精能使血管扩张,血流量增加,会使血压下降;同时洗热水澡可能会使脑部的血液供应更少而产生头晕、心慌、乏力等症状。

此外,对于患有心脑血管疾病的人来说,酒后洗澡很容易导致血压突然升高而发生意外。因为人体在洗澡时身体内大量血液流向体表,造成心脑血管缺血、缺氧等情况,尤其是本身有心脑血管疾病的患者更应注意避免酒后洗澡。

三、饱餐后

饱餐后,立即洗澡会引起血液大量集中在体表,导致胃肠等内脏血液相对减少,影响消化吸收。尤其是对患有胃下垂、肾下垂的老人而言,饱餐后马上洗澡还会引起腹痛。因此,老人在饱餐后不要立即去洗澡,尤其是不要洗冷水澡。

当人饱餐后,体内贮存的葡萄糖会被大量消耗,血糖含量明显下降,而洗澡时大量出汗,导致血液中葡萄糖含量更低,若这时进行洗澡,会出现头晕、眼花、全身无力、心跳加速等症状,严重时可能发生虚脱。

大量血液流向消化系统帮助消化吸收,使体表的血液供应相对减少;而水温较高的热水刺激又会使人体表面血管扩张,血液重新分配到体表以供应内脏器官。这样就会造成消化道的血液供应相对减少,影响食物的消化吸收。因此,饱餐后不要马上要去洗澡。

建议:饱餐后1小时或饥饿时再去洗澡,水温可稍高些(约40℃左右)、时间可稍长些。

四、运动后

运动后,人体内的热量会迅速增加,但这时皮肤血管都处于扩张状态,大量血液流向体表,心脏、大脑等器官供血不足,如果运动后马上洗澡,容易导致头晕、眼花、全身无力等一系列症状。而且在运动后立即洗澡,会使心脏负担加重,严重的会诱发心绞痛和心肌梗死。所以运动后不要立即洗澡,至少要休息半个小时。

研究发现,与不运动的人相比,在剧烈运动后半小时内洗热水澡,会使血压降低。因为在洗热水澡时,人体皮肤和肌肉血管扩张,导致心血量减少;而水温较高的淋浴水可使人的体温升高、心率加快、血压上升。因此,剧烈运动后洗热水澡,会导致血压升高、心率加快、脑血管扩张等。

老年人运动后应在阴凉处休息1~2小时再洗澡。因为此时身体会大量出汗,如果在高温下直接洗冷水澡会引起血管急剧收缩、血压升高、心跳加快,容易诱发心血管意外。

在运动后30分钟至1小时内为最佳洗澡时间。在洗澡时要注意水温不要过高或过低;用温水而不是冷水来沐浴。

五、情绪激动时

在情绪激动的时候洗澡也是存在一定的危险,因为人在洗澡的时候身体处于一种扩张的状态,那么身体里面的血液就会大量流到皮肤表面,而心、脑等器官却相对缺血。如果这个时候情绪激动,很容易引起心脏和大脑供血不足,甚至导致晕厥或者休克。

因此在洗澡的时候一定要避免情绪激动,尤其是在夏天,更要注意避免在过于炎热的天气下洗澡。

专家建议:1.洗澡时间最好控制在20分钟左右,不要太长也不要太短;2.洗澡前喝一些热的葡萄糖水,可以补充体力;3.洗澡时要注意保暖;4.如果不小心滑倒了,一定要及时用手撑地;5.如果有心脏病、高血压等基础疾病的人更应该注意。此外,饭后也不能马上洗澡。

六、疲劳状态下

疲劳的时候洗澡,其实对身体并不好。因为当人的身体处于疲劳状态时,心肺功能就会变弱,此时洗澡容易导致缺氧、休克。尤其是在晚上,因为洗澡时间较长,而浴室中又很热,会让人不自觉地处于缺氧状态。

七、服药后

某些药物的成分对皮肤有刺激作用,容易使皮肤发红、发热。如果在服药后立即洗澡,或用热水烫洗,会影响药物的吸收和药效的发挥。因此,服药后应休息至少20分钟再洗澡。

老年人体质差,一旦在洗澡时出现不适,很容易发生意外。所以,在日常生活中,老年人要时刻注意自己的身体状况,一旦出现不适症状,要及时就医。

当然,并不是所有的时刻都不能洗澡,而是需要根据实际情况来选择洗澡时间和方式。

(作者单位系山东大学齐鲁医院)

这些状态下老年人洗澡需谨慎

孙文琛



本版投稿咨询电话:
0554-6657551