

手术前患者如何做好充分准备

刘 凡

手术是医疗过程中至关重要的环节,直接关系到患者的生命健康与康复质量。术前准备则是确保手术安全与效果的基础,无论是一般性的择期手术,还是紧急的急诊手术,患者都需要与医护人员密切合作,完成科学、严谨的准备工作。这些措施能最大限度降低手术风险,为术后恢复奠定基础。本文从术前文件签署、禁食禁水、慢性病用药管理、个人卫生、着装要求、饰物移除、特殊设备处理及心理调整等多个方面,简要解析手术前的准备事项及医学原理,希望能帮助患者和家属更好地配合完成手术。

一、手术及麻醉知情同意书签署：法律与医学的双重保障

手术前,患者或其授权亲属需签署手术及麻醉知情同意书,这是法律和医学伦理的保障,确保患者在充分了解相关情况后自主决策。医生会详细讲解手术目的、方案、风险(如出血、感染、麻醉并发症)及应对措施,对于复杂手术,可能涉及多学科协作,医生还会说明可能出现的数据及其处理。知情同意书是患者权益的体现,患者可提问、要求解释或寻求其他意见,建议与医生充分沟通,签字前确保理解所有内容。这一过程不仅保护了患者知情权和选择权,还能建立术前信任,为手术顺利进行奠定心理基础。

二、术前禁食禁水：保障麻醉安全

需要全身麻醉的手术,术前禁食禁饮是必不可少的步骤,由麻醉师根据手术时间和患者情况确定具体要求。其主要目的是预防可能出现致命的并发症,如吸入性肺炎。麻醉后,患者生理反射(如吞咽、呕吐反射)消失,肌肉松弛,胃内容物可能反流至口腔并进入气管,引发呼吸困难、肺感染,甚至危及生命。“禁食

禁水”是禁止经口腔摄入任何物质,包括水、食物、糖果、口香糖和水果等等。禁食通常为术前6至8小时,禁水稍短些(如4小时),具体需遵医嘱。即便接受半身麻醉(局麻或脊麻),患者意识清醒,也建议禁食禁水,因手术可能突发变化,如生命体征不稳或方案调整为全身麻醉,此时胃内容物仍可能引发吸入性肺炎。临床案例显示,忽视禁水导致术中反流的严重并发症屡见不鲜,因此强调严格遵守这一术前事项非常重要。

三、慢性病用药管理：平衡手术风险与原发疾病控制

对于患有慢性病(如高血压、糖尿病、冠心病等)的患者,术前用药管理尤为关键。这些疾病的药物治疗通常需要长期坚持,但手术前后可能需要调整用药方案,以降低手术风险,同时避免原发病恶化。以高血压患者为例,常见的降压药如利血平和含利血平的复方制剂,因可能导致神经递质耗竭,通常需在术前两周停用。这种药物长期使用下,可能引发手术中严重低血压,且不易通过常规方法纠正。对于糖尿病患者,术前空腹状态可能诱发低血糖,因此手术当日需停用口服降糖药。若使用胰岛素,则需在术中密切监测血糖,动态调整剂量。心脏病患者常服用的抗凝药和抗血小板药(如阿司匹林、华法林),会降低血液凝固性,增加术中出血风险。这些患者通常建议术前一周住院,进行全面评估并采用替代治疗(如低分子肝素),以在减少出血风险的同时,防止原发病复发。药物调整需高度个性化,患者应在术前与手术医师和麻醉医师充分沟通,获取专业建议。若某些药物无法停用,可在术前2小时用少量水服用,以尽量减少对疾病控制的影响。这一环节的科学管理,不仅保障了

手术安全,还为术后恢复创造了条件。

四、注意个人卫生：降低手术部位感染的关键

手术感染是术后常见并发症之一,而术前个人卫生是预防感染的重要屏障。手术当天或前一晚,患者需彻底洗澡,清洁全身皮肤,尤其是手术部位及附近区域。皮肤表面存在大量共生菌(如金黄色葡萄球菌、链球菌等),这些细菌主要分布在毛囊、皮脂腺等部位,若未及时清除,手术切口可能成为细菌入侵的通道,引发感染。术前沐浴的最佳选择是使用含抗菌成分的洗液,如氯己定,这种洗液比普通肥皂更能有效杀灭细菌,显著降低手术部位感染率。清洁后的皮肤更有利于术中使用的消毒剂(如碘伏、酒精)发挥作用,确保切口区域无菌。然而,患者需注意避免用力搓洗或弄破皮肤,特别是标有手术部位的圆圈标记。这些标记用于术中定位和术前核查,若不慎擦掉,应立即告知护理人员,以便重新标记。

五、手术当天禁止化妆：确保监测准确性

手术当天,患者不得化妆或使用任何美妆产品。因化妆可能干扰生命体征监测。术中,医生需用监护仪器或观察患者面色、口唇、指甲床颜色来判断缺氧或循环问题,若指甲涂色会影响血氧饱和度测量,增加手术风险。化妆品也可能掩盖皮肤真实状态,误导医生判断,危及手术安全。

六、穿病员服并去掉饰物：避免意外与损伤

术前,患者需换穿医院统一病员服,脱去所有个人衣物,避免术中压伤、衣物损坏或感染,并便于医生操作、减少污染。所有金属饰物(如戒指、项链)须术前摘除,因其导电性可能在电刀使

用时致皮肤灼伤或电击,饰物可交家属或存指定处。

七、去掉假牙和牙齿矫形器：防止术中异物风险

对于佩戴活动假牙或牙齿矫形器的患者,术前必须去掉这些物品。麻醉诱导和气管插管过程中,假牙或矫形器可能因压力松动,掉入气管或食道,阻塞气道或造成异物,严重时可能导致窒息。这是术前准备中不容忽视的细节,患者需严格遵照医嘱。

八、去掉隐形眼镜和美瞳：保障神经功能评估

佩戴隐形眼镜或美瞳的患者,术前必须去掉,可临时用框架眼镜代替。全身麻醉时,医生通过观察瞳孔大小和对光反应评估神经功能状态。美瞳涂层覆盖瞳孔,干扰观察,可能延误紧急情况(如脑出血、缺氧)的判断。术中隐形眼镜移位或泪液减少还可能导致角膜损伤或眼内异物。

九、减少焦虑,确保充分休息：心理准备同样重要

手术前,许多患者会经历不同程度的焦虑症状,如失眠、胃部不适、冷汗、头晕乏力等。研究表明,术前焦虑可能增加麻醉药用量、加重术后疼痛,并提高术后并发症发生率。因此,缓解焦虑是术前准备的重要组成部分。患者可通过听轻音乐、深呼吸、冥想等方式舒缓紧张情绪。若焦虑严重或伴有睡眠障碍,可在医生指导下使用适当的药物,确保术前获得充分休息。医护人员也应提供心理支持,解答患者疑问,增强其康复信心。

术前准备是患者与医疗团队共同的责任。从签署知情同意书到移除隐形眼镜,每一个细节都关乎手术的成功与康复质量。患者需严格遵医嘱,积极配合医护人员,医护人员也应耐心专业解答疑问,提供指导。只有通过科学、全面的准备,才能将风险降至最低,为手术成功和患者康复奠定坚实基础。(作者单位系淮南东方医院集团总医院)

癫痫的病因、诊断及治疗方法解析

董青阳

癫痫,俗称“羊角风”或“羊癫疯”,是一种由多种原因引起的慢性脑部疾病。癫痫是由于大脑神经元突发性异常放电,导致短暂的大脑功能障碍的慢性疾病。这种异常放电会引起一系列临床症状,包括意识障碍、肢体抽搐、感觉异常等等。

全面性发作:表现为意识丧失、全身抽搐、口吐白沫、大小便失禁等,常被称为“大发作”。

部分性发作:可能仅影响身体某一部分,如某一局部或一侧肢体的强直、阵挛性发作,或感觉异常发作,如针刺感、麻木感等,而意识保持清醒。

非典型症状:部分患者可能出现嗅觉故障、情绪低落、烦躁不安、肢体麻木等非典型症状。

一、癫痫的发病原因

癫痫是神经系统中的一种常见疾病,其流行病学特征主要表现为一定的发病率。根据最新的流行病学资料,癫痫的年发病率大致在每10万人中有50例到70例。这一数据反映了癫痫在人群中的新发病例情况,是评估癫痫疾病负担和制定防控策略的重要依据。癫痫

的发病原因主要包括以下几个方面。

1.遗传因素:癫痫具有一定的遗传性。若父母一方或双方患有癫痫,子女患病几率会显著增加。这主要是由于基因突变导致神经元过度放电,进而引发癫痫。遗传因素在癫痫的发病中起着重要作用,但并非唯一因素。

2.脑部疾病与损伤:脑部疾病和损伤是导致癫痫的常见原因。包括脑肿瘤、脑血管病(如脑出血、脑梗死)、颅内感染(如病毒性脑炎、脑膜炎)、颅脑外伤等。这些疾病或损伤可能破坏脑神经元的正常功能,导致神经元异常放电,从而引发癫痫。

3.年龄因素:不同年龄阶段人群,癫痫的主要病因有所不同。例如,儿童期癫痫可能与脑部发育不全、高热惊厥等因素有关;而老年期癫痫则可能与脑血管病、脑萎缩等因素有关。

4.环境因素:长期精神压力、过度疲劳、睡眠不足等都可能诱发癫痫发作。此外,部分化学物质如铅、汞等重金属中毒,以及部分药物的滥用如抗精神病药物、抗抑郁药物等也可能导致癫痫。

无痛胃肠镜:舒适化医疗如何“揭秘”消化道健康?

李 蓓

随着医疗技术的进步,无痛胃肠镜已成为消化系统疾病诊断和治疗的重要手段。相比传统胃肠镜,无痛胃肠镜通过麻醉技术让患者在睡眠中完成检查,避免了不适和疼痛,显著提升了检查的舒适度和准确性。本文将详细介绍无痛胃肠镜的原理、麻醉过程、优势、适应症、禁忌症及注意事项,帮助大家全面了解这一技术。

一、什么是无痛胃肠镜

无痛胃肠镜是一种通过内窥镜检查消化道(包括食管、胃、十二指肠、结肠和直肠)的技术。与传统胃肠镜不同的是,无痛胃肠镜在检查过程中使用静脉麻醉,使患者在无意识状态下完成检查,避免了传统胃肠镜可能带来的恶心、呕吐、腹胀等不适。

胃肠镜检查是诊断消化道疾病的金标准,能够直接观察消化道黏膜的病变,并进行活检或治疗。而无痛胃肠镜的普及,让更多患者愿意进行检查,从而及早发现消化道疾病。

二、无痛胃肠镜的麻醉过程

无痛胃肠镜的核心在于麻醉技术的应用,以下是麻醉的具体过程。

1.麻醉前评估

在检查前,麻醉医师会对患者进行详细评估,包括病史、药物过敏史、心肺功能等,以确保麻醉的安全性。患者需提前禁食6—8小时,禁水2—4小时,以减少麻醉过程中呕吐和误吸的风险。

2.麻醉药物注射

检查开始前,麻醉医师通过静脉注射麻醉药物(如丙泊酚、咪达唑仑等)。这些药物起效快,患者通常在1-2分钟

内进入睡眠状态,且药物代谢快,检查结束后能迅速苏醒。

3.麻醉中监测

在检查过程中,麻醉医师会全程监测患者的生命体征,包括心率、血压、血氧饱和度等,确保麻醉安全。

4.麻醉后恢复

检查结束后,患者会被送入恢复室观察,通常在30分钟到1小时内完全清醒。由于麻醉药物的残留效应,建议患者在24小时内避免驾驶或操作机械。

三、无痛胃肠镜的优势

1.舒适度高
患者在睡眠中完成检查,完全避免了传统胃肠镜带来的恶心、呕吐、腹胀等不适,尤其适合对疼痛敏感或心理紧张的患者。

2.检查效果更好
由于患者处于放松状态,医生可以更清晰地观察消化道黏膜,减少因患者不适导致的误诊或漏诊。

3.治疗与检查同步

在无痛胃肠镜检查中,医生可以直接进行息肉切除、止血、取活检等操作,避免了二次检查的麻烦。

四、无痛胃肠镜的适应症

无痛胃肠镜适用于以下几种情况。
1.消化道症状
如长期腹痛、消化不良、反酸、吞咽困难,不明原因的体重下降等。

2.消化道出血
如呕血、黑便、便血等。

3.消化道肿瘤筛查
尤其是有消化道肿瘤家族史或高危因素(如长期吸烟、饮酒、高盐饮食)

的人群。

4.息肉切除或活检

在检查过程中,医生可以直接进行息肉切除或取组织活检。

五、无痛胃肠镜的禁忌症

虽然无痛胃肠镜安全性高,但以下情况不适合进行该检查。

1.严重心肺疾病
如严重心力衰竭、呼吸衰竭等。
2.麻醉药物过敏
对丙泊酚等麻醉药物过敏的患者。

3.严重肝肾功能不全
可能影响麻醉药物的代谢和排泄。

4.妊娠期妇女
除非必要,一般不建议在妊娠期进行无痛胃肠镜检查。

六、无痛胃肠镜的注意事项

1.术前准备
严格按照医生要求禁食禁水。告知医生自己的病史、药物过敏史及正在服用的药物,检查当天需有家属陪同。
2.术后护理
检查后可能会有轻微头晕或恶心,通常很快消失。在医院观察至完全清醒,24小时内避免驾驶或操作机械。饮食从流质食物开始,逐渐恢复正常。

3.麻醉风险
尽管无痛胃肠镜安全性高,但仍存在麻醉过深、呼吸抑制等风险,因此检查必须在有资质的医疗机构进行。

七、无痛胃肠镜的风险与局限性

无痛胃肠镜虽然优势明显,但也存在一些潜在风险。
1.麻醉风险
少数患者可能对麻醉药物过敏,或

出现呼吸抑制、心律失常等并发症。

2.消化道穿孔风险

在极少数情况下,胃肠镜操作可能导致消化道穿孔,但经验丰富的医生可以显著降低这一风险。

3.费用较高

无痛胃肠镜的费用通常高于传统胃肠镜,主要是因为麻醉药物和麻醉医师的专业服务。

八、患者关心的问题解答

1.麻醉会让人变傻吗?
科学结论:丙泊酚半衰期仅30~60分钟,大量研究证实单次麻醉不影响认知功能。

2.检查发现息肉怎么办?
现场决策:90%的小息肉可立即切除,病理报告一般3个工作日可出炉。

三、导致失眠的原因

导致失眠的原因复杂多样,主要包括以下几个方面。一是心理因素:如压力、焦虑、抑郁等,都是最常见的原因;二是生理因素:包括年龄、性别、疾病、药物影响等;三是环境因素:如噪音、光线、温度等也会影响正常睡眠;四是生活习惯:如睡前长时间使用电子设备、作息不规律、饮用含咖啡因饮料等,都可能干扰正常睡眠,引起失眠的发生。

四、长期失眠对身体产生的影响

长期失眠会对身体健康造成严重的损害。睡眠不足会削弱免疫系统功能,增加患病风险。睡眠不足易引发心血管疾病,失眠与高血压、心脏病等心血管疾病密切相关。长期失眠还会导致代谢紊乱,影响血糖代谢,增加患糖尿病的风险。失眠对认知功能也会造成很大影响,导致记忆力下降、注意力不集中。长期失眠还会

(作者单位系宁国市人民医院)

关爱男性健康,远离前列腺炎

张 丽

前列腺作为男性最重要的副性器官之一,分泌前列腺液,有激发精子活力、促进精液液化、提高精子成活率、促进受精卵形成及维持生殖泌尿系统卫生的功能,其外形与栗子相似,其前后径、上下径、左右径分别约2厘米、3厘米和4厘米,重量大概为18~20克,外附有前列腺包膜,起到保护前列腺的作用。

前列腺炎是成年男性最为常见的疾病之一,该疾病除了盆腔周围不适以及下尿路症状外(如尿频、排尿困难、尿不尽感等),还会引起性功能方面的改变,如射精痛、早泄、勃起功能障碍等。前列腺炎往往是由于某些病原体或其他非感染因素所致,许多男性对其谈虎色变,但这种疾病是否真如我们想象得那么严重和复杂呢?我们首先来谈谈前列腺炎的分类。

据统计,约有50%的男性在一生的某个时期会发生前列腺炎。前列腺炎根据发病机理和临床表现的不同可分为四种类型:Ⅰ型为急性细菌性前列腺炎;Ⅱ型为慢性细菌性前列腺炎;Ⅲ型为慢性前列腺炎和慢性骨盆腔疼痛综合征;Ⅳ型为无症状性前列腺炎。其中Ⅲ型前列腺炎是最常见的类型,约占慢性前列腺炎的90%以上。

那么前列腺炎如何进行治疗呢?一是一般治疗:多休息,多饮水,戒烟酒,避免辛辣刺激性食物,避免憋尿及久坐,会阴部热敷或者热水坐浴,必要时口服缓泻剂以保持大便通畅。二是抗感染治疗:Ⅰ型前列腺炎需要根据临床经验和血液、尿液的细菌培养结果,应用抗菌药物2~4周,严重者4周以上。Ⅱ型前列腺炎需要应用抗生素4~6周,一般每2周左右进行疗效评估,根据疗效情况巩固治疗或者调整抗生素。Ⅲ型前列腺炎可采用试验性应用抗生素治疗2~4周,根据疗效反馈情况决定是否继续用药,一般总疗程4~6周。Ⅳ型前列腺炎无须治疗。三是遵医嘱合理服用药物缓解。四是物理治疗:如前列腺按摩、微波等,切记一定要到正规医院进行咨询治疗。

日常生活中如何预防前列腺炎呢?第一,多饮水,不憋尿。每天喝8杯水、总量2000~2200毫升,保持每天尿量1500~2000毫升。多喝水可以稀释血液、降低血液黏稠度,还能稀释尿液浓度以减少其对前列腺的刺激。在膀胱充盈尿急时要及时排尿,因为长期憋尿不仅会导致膀胱逼尿肌无力和尿道括约肌失调,还会刺激前列腺从而诱发前列腺炎。

日常生活中如何预防前列腺炎呢?第一,多饮水,不憋尿。每天喝8杯水、总量2000~2200毫升,保持每天尿量1500~2000毫升。多喝水可以稀释血液、降低血液黏稠度,还能稀释尿液浓度以减少其对前列腺的刺激。在膀胱充盈尿急时要及时排尿,因为长期憋尿不仅会导致膀胱逼尿肌无力和尿道括约肌失调,还会刺激前列腺从而诱发前列腺炎。

以上就是关于前列腺炎相关知识的解读,希望能帮助男性朋友们在日常生活中照顾好好自己的前列腺,从而拥有健康的身体状态和美好的家庭生活。

(作者单位系淮南朝阳医院)

失眠:现代人的“夜之困扰”

鲍士玉

随着现代生活节奏的加快,许多人面临着失眠的困扰,晚上难以入睡,白天则精神不振。科学研究证明,睡眠不足不仅会增加患阿尔茨海默症(老年痴呆)的风险,还会导致记忆力下降,影响正常生活。长期睡眠不足与心脑血管疾病有着直接的关联,长期睡眠不足的人患上抑郁症和焦虑症等心理疾病的风险是正常人的数倍。面对失眠的困扰,许多人选择服用安眠药物,但长期使用这些药物可能产生依赖性。本文将为您介绍科学有效的非药物方法,希望能帮助您改善睡眠质量、快速入睡。

一、什么是失眠
失眠是指无法获得足够睡眠或睡眠质量不佳的状态。它不仅仅包含难以入睡的情况,还包括睡眠维持困难、早醒以及睡眠质量差等问题。根据失眠持续时间,可将失眠分为急性失眠和慢性失眠。急性失眠通常由短期压力或环境变化引起,持续时间较短;而慢性失眠则是指每周至少三个晚上出现睡眠问题,并持续三个月以上。

二、如何判断自己是否失眠
我们如何判断自己是否存在失眠问题呢?根据《中国成人失眠诊断和治疗指南》,失眠有以下三个主要诊断标准。一是入睡困难,即入睡时间超过30分钟;二是睡眠质量下降,表现为整夜醒来次数大于等于两次,或早醒、睡眠质量明显下降;三是总的睡眠时间减少,通常小于6个小时。同时,如果这些症状导致第二天出现疲劳、注意力下降、精神不集中、情绪波动等,那么就可以诊断为失眠。

三、导致失眠的原因
导致失眠的原因复杂多样,主要包括以下几个方面。一是心理因素:如压力、焦虑、抑郁等,都是最常见的原因;二是生理因素:包括年龄、性别、疾病、药物影响等;三是环境因素:如噪音、光线、温度等也会影响正常睡眠;四是生活习惯:如睡前长时间使用电子设备、作息不规律、饮用含咖啡因饮料等,都可能干扰正常睡眠,引起失眠的发生。

二、渐进式肌肉放松方法,通过有意识地紧张和放松身体各部位来达到放松效果。具体方法步骤为:用鼻子吸气4秒,屏住呼吸7秒,然后用嘴缓缓呼气8秒。重复这个呼吸过程循环4—5次,可以帮助放松身心、快速入睡。

三、冥想引导睡眠,通过专注呼吸或想象来平静心绪。可以平躺在床上,闭上眼睛,专注呼吸的节奏。或者想象自己处于宁静的场景中,如海滩、森林等。当思绪飘散时,温和地将注意力带回呼吸或想象中。

失眠现象虽然常见,但并非不可战胜。通过了解失眠的各类成因和症状表现,采取科学的应对方法和改进措施,我们可以逐步改善睡眠质量,重拾健康的睡眠,迎接每一个充满活力的清晨。

第二,合理膳食,营养均衡。不偏食、不挑食,以满足正常身体机能所需要的营养元素。每天摄入的食物多样化,以碳水化合物为主、粗细搭配,多吃蔬菜、水果,常吃鱼、瘦肉、禽蛋和奶制品,控盐、控油、控糖。健康的饮食习惯能够改善身体血管状况,提高身体向生殖器官供血的能力,均衡的膳食还能够降低胆固醇水平,减缓血管硬化。

第三,加强体育锻炼。合理运动能够让我们拥有健康的体魄和旺盛的精力,可以促进新陈代谢,提高抗病能力,对生殖系统也有很好的作用。

第四,适度的性生活。适度规律的性生活对前列腺健康非常有益,长期禁欲可能会导致前列腺液长时间滞留在腺体内,从而引发前列腺慢性充血,增加患前列腺炎的风险。另一方面,过度频繁的不洁性生活或不洁性行为则可能会引发前列腺受到细菌感染的风险,导致急性前列腺炎或加重已有的炎症。因此,男性应注意保持适度的性生活频率,不宜过度频繁,也不应长期禁欲。除了规律的性生活外,保持性器官的清洁和卫生,避免不洁性行为同样重要,可以有效预防性传播疾病,降低前列腺感染的风险,帮助维持前列腺的健康状态。

第五,不熬夜、不吸烟、不酗酒。因为这些不良的生活习惯均是前列腺炎的诱发因素和加重因素。长期熬夜会导致身体疲劳,机体免疫力降低。烟草中含有的烟碱、焦油、亚硝胺、一氧化碳等有害物质会对包括前列腺在内的身体多个脏器造成伤害。酒类中乙醇的代谢中间产物乙醛有扩血管的作用,可导致前列腺血管扩张充血,同时乙醛与蛋白质的结合物可诱导机体的细胞免疫和体液免疫,造成对肝、肾以及前列腺等器官的损伤。

第六,避免久坐和骑行。因为久坐会导致前列腺受压,长时间骑行会使盆腔血液循环减慢、前列腺充血、前列腺液排出困难,久坐和骑行时还会导致会阴部挤压,刺激前列腺发生炎症。因此要避免久坐,坐立时间超过1小时应起身活动5~10分钟,以此来改善会阴部的血液循环。

同时,尤其要避免长时间或长距离地公路骑行锻炼。

以上就是关于前列腺炎相关知识的解读,希望能帮助男性朋友们在日常生活中照顾好好自己的前列腺,从而拥有健康的身体状态和美好的家庭生活。

(作者单位系淮南朝阳医院)