

## 支气管镜检查后的注意事项与常见问题

杨菲

支气管镜检查是一种常见的医学检查方法，主要用于检查呼吸道是否存在问题，帮助医生明确诊断疾病，如肺炎、支气管炎、肺癌等。虽然这种检查非常有用，但许多人对支气管镜检查后该注意哪些方面常常不太清楚。为了让大家能更好地了解 and 应对这一问题，本文来聊聊支气管镜检查后的一些注意事项和常见问题。

### 一、什么是支气管镜检查

支气管镜检查，顾名思义，就是使用一种叫作支气管镜的设备，进入到我们的呼吸道内部，直接观察气管、支气管以及肺部的情况。支气管镜是一种经口或鼻置入患者下呼吸道，用于做肺叶、段及亚段支气管病变的观察、活检采样、细菌学和细胞学检查，配合 TV 系统可进行摄影、视频和动态记录的医疗器械，这项检查通常用于诊断和治疗呼吸道的各种疾病。在做支气管镜检查时，医生可能还会通过支气管镜进行一些治疗，比如取样检查、清除气道异物等。所以，虽然检查过程可能让你感到不适，但它对早期发现疾病，特别是肺癌等严重疾病，起着非常重要的作用。

### 二、支气管镜检查后的注意事项

支气管镜检查虽然是一项检查，但它对身体的影响还是有一些的，因此检查后的护理至关重要。检查结束后，你可能会感到喉咙不适，或者出现轻微的咳嗽、呼吸困难等症状，这些都属于正常反应，不用过于担心。下面是一些检查后需要注意的事项。

#### 1. 保持休息，避免剧烈活动

支气管镜检查毕竟是一项侵入性的检查，虽然操作过程较为温和，但也可能会引起一些身体的应激反应。因此，在检查后的几个小时内，应该尽量避免剧烈活动和体力劳动。最好躺下来休息，让身体逐步恢复，避免加重喉部不适或造成身体过度疲劳。

#### 2. 避免喉咙湿润，避免刺激

检查后喉咙可能会有异物感，甚至略微疼痛，这属于正常现象。可以喝些温水，保持喉咙湿润，缓解不适。避免食用过于辛辣、过冷或过热的食物，因为这些都可能刺激你的喉部，加重不适感。尽量选择温和的食物，比如清汤、软面条等，帮助身体恢复。

#### 3. 观察体温，预防感染

虽然支气管镜检查本身不一定会导致感染，但由于器械进入呼吸道，一些细菌可能会随之进入体内。检查后，建议患者观察体温，如果体温持续升高或出现明显的发热、寒战等症状，应该及时就医。因为这可能是感染的征兆，需要医生的及时干预。

#### 4. 避免大声说话或剧烈咳嗽

检查过程中，医生通常会使用器械进入口腔和喉部，导致局部可能出现一些不适和刺激。剧烈的咳嗽或大声说话可能加重喉部的负担，甚至引发疼痛或损伤。因此，避免这些行为，有助于减少喉部的刺激，促进恢复。适当进行深呼吸有助于清理喉部的分泌物，缓解不适感。

#### 5. 保持良好的口腔卫生

支气管镜检查中，器械可能会触及口腔和咽喉部位，细菌和病菌可能会因此传播至口腔区域，导致口腔感染。保持口腔清洁，可以有效降低这种风险。口腔清洁不仅有助于防止感染，还能减少术后产生的不适感，帮助患者早日恢复。术后的护理同样重要，需要注意饮食和日常生活中的细节，合理休息，确保身体能顺利康复。

### 三、支气管镜检查后的常见问题解答

很多人在支气管镜检查后有一些疑虑，不清楚是否需要特别的治疗，或者是否有后遗症，以下是一些常见问题的解答。

#### 1. 支气管镜检查会引起严重并发症吗？

一般来说，支气管镜检查是相对安全的，严重并发症的发生率较低。大部分人检查后的症状都是轻微的，如喉咙痛、咳嗽或少量出血等。极少数情况下，可能会发生肺部感染、气道出血或心血管反应，如果按照医生的指导进行检查后护理，绝大多数人能够顺利恢复。

#### 2. 检查后出现咳嗽怎么办？

少量咯血在支气管镜检查后是正常的，尤其是当医生取样或清理气道时，可能会有少量的血液渗出。如果咳出的血量不多，通常不需要担心，但如果血量较大，或者持续时间较长，就需要尽快联系医生，以排除出血的其他原因。

#### 3. 支气管镜检查后多久可以恢复正常饮食？

通常情况下，检查后的饮食恢复需要等到麻醉效果完全消退，通常需要数小时。如果患者做的是局部麻醉，喉部麻木的感觉可能会持续几个小时，其间最好避免吃东西，以免发生误吸导致呛咳。建议等到喉咙感觉恢复正常后，再开始进食。

通常情况下，检查后的饮食恢复需要等到麻醉效果完全消退，通常需要数小时。如果患者做的是局部麻醉，喉部麻木的感觉可能会持续几个小时，其间最好避免吃东西，以免发生误吸导致呛咳。建议等到喉咙感觉恢复正常后，再开始进食。

#### 4. 检查后是否需要特别的药物治疗？

一般情况下，支气管镜检查后并不需要特殊的药物治疗。医生会根据检查结果，判断是否需要后续治疗。如果患者感觉不适，可以根据医生的建议使用一些消炎药或止痛药，缓解症状。

#### 5. 检查后多久可以恢复正常工作？

如果支气管镜检查较为顺利，且没有出现严重的并发症，大部分人可以在检查后当天或第二天恢复正常工作。不过，如果患者感到特别疲倦或有不适，最好休息一天再考虑工作。

总而言之，支气管镜检查在呼吸道疾病的诊断中起到了非常重要的作用，能及时发现各种支气管病症，此项检查虽然简单，但是检查后的护理同样不可忽视，如果护理工作不到位，可能会引发不良的后果。合理的休息、正确的饮食和体温监测，能更快地促进身体恢复，如果患者在检查后出现任何不适，可及时与医生沟通，不必过度担心。希望这篇科普文章能帮助你了解更多关于支气管镜检查后的注意事项，帮助你更好地应对检查后的各种情况，恢复得更加顺利。

(作者单位系安徽省太湖县人民医院)

## 肺部感染的病因、症状与护理知识科普

余书敏

肺部感染作为呼吸系统的常见疾病，其发病率和死亡率都不容小觑。无论是牙牙学语的婴幼儿、活力满满的青壮年，还是身体渐弱的老年人，都可能被它盯上。一旦感染，不仅身体备受折磨，还容易引发各种并发症。所以，了解肺部感染知识，掌握科学护理方法，对患者康复至关重要，本文就带领大家一探究竟。

### 一、肺部感染的基础医学知识

肺部感染也称之为下呼吸道感染或支气管——肺炎，是指肺部深处的气道、肺泡以及它们周围组织发炎了，这是临床上最重要也是最常见的感染之一，一般包括社区获得性肺炎、医院获得性肺炎、医疗相关性肺炎、支气管扩张并感染以及肺脓肿等。引发肺部感染的病原体一般有细菌、真菌、病毒、支原体、衣原体、军团菌以及寄生虫等，其中最为常见的是细菌性肺炎，尤其是对儿童和老年人健康有着极大的威胁。

肺部感染的病因复杂多样，比较常见的原因有细菌性感染、非典型病原体导致的肺炎、病毒导致的肺部感染、真菌性肺部感染以及其他病原体和理化因素等。其中，细菌性感染以肺炎链球菌、金黄色葡萄球菌、甲型溶血性链球菌、肺炎克雷伯杆菌、流感嗜血杆菌、绿脓杆菌等细菌导致的炎症为代表；非典型病原体导致的肺炎有军团菌、支原体和衣原体等；病毒导致的肺部感染则以冠状病毒、腺病毒、流感病毒、巨细胞病毒、单纯疱疹病毒等病毒为代表；真菌性肺部感染则是以白色念珠菌、曲霉菌、放射菌等真菌为代表。除了这些，理化因素如放射性肺炎、胃酸吸入以及药物引起的肺部感染也不可忽视。

随着全球人口老龄化的加速，老年健康问题日益受到关注。老年高血压作为一种常见的慢性疾病，不仅会影响老年人的生活质量，更是心血管疾病的重要危险因素。充分了解并掌握老年高血压的治疗原则，对于改善老年人健康状况、降低心血管事件风险具有重要意义。本文将从高血压的疾病知识进行一次全面科普，并为大家介绍老年高血压的治疗方法、日常注意事项等内容，希望可以帮助您或家人更好地应对老年高血压这一疾病。

### 一、老年高血压的病因与分类

1. 老年高血压的病因是什么？  
老年高血压的发病原因复杂多样，主要有以下几个方面。

年龄因素：随着年龄的增长，血管逐渐老化，血管弹性就会下降，对血压的调节能力减弱，进而增加高血压的发病风险。

遗传因素：高血压有明显的家族聚集性，遗传因素在高血压的发病中起着重要作用。

环境因素：如高盐饮食、缺乏运动、吸烟饮酒等不良生活习惯，以及长期处于紧张、焦虑等应激状态，也都有可能

导致血压升高。

疾病因素：如动脉硬化、糖尿病、肾病等慢性疾病，也是老年高血压的重要诱因。

### 2. 老年高血压如何分类？

肺部感染患者的常见症状包括咳嗽、咳痰、发烧、胸痛、气急等，不同病因引起的肺部感染，其症状也有一定差异。如细菌性肺炎患者可能出现高热、寒战、咳嗽、咳脓痰等症状；病毒性肺炎患者可能出现低热、干咳、乏力等症状，且病程通常较长，会给患者带来较大的痛苦。

### 二、关于肺部感染的护理要点解析

针对肺部感染患者，科学的护理方法对于缓解症状、促进康复至关重要，具体建议包括如下几个方面。

#### 1. 休息与体位

充分休息：确诊肺部感染后，患者需要保证充足的睡眠和休息时间，以促进机体的修复和恢复。病情严重者，应卧床休息，并适当抬高床头，有助于减少肺部淤血和呼吸困难。且要注意居室空气通风，温度和湿度适宜，为患者构建一个舒适、安静的环境。

体位选择：保持舒适的体位很重要，通常建议患者采取半卧位或坐位，有助于改善呼吸和咳嗽排痰。对于长期卧床的患者，需要定期翻身，防止压疮和肺部感染加重，日常应注意保持患者身体清洁，定期更换床单、衣物等。

#### 2. 饮食与营养

高蛋白饮食：患者需要补充充足的蛋白质，以维持机体的免疫力和修复能力，宜选择瘦肉、鱼类、豆制品等高质量食物，并适当搭配蔬菜和水果，可为身体康复提供丰富的维生素和矿物质。

易消化食物：肺部感染患者的消化功能可能受到一定影响，为此要选择易消化的食物，如稀饭、面条、蒸蛋等。且要注意补充水分，以促进痰液排出和毒素

代谢，不可食用油炸、高脂肪和高糖类的食物，防止增加胃肠负担。

均衡饮食：应保持患者的饮食均衡，要摄入适量的碳水化合物、脂肪和蛋白质，注意补充膳食纤维，有助于促进肠道蠕动，预防便秘。

#### 3. 病情观察与记录

监测体温：需定期监测患者体温，如体温过高，可采取温水擦浴等物理降温措施，且要注意观察患者的精神状态和面色，如有异常及时向医生报告。

观察痰液：痰液的变化是病情的“信号灯”，如发现痰液颜色加深、量增多或性状改变，也要及时向医生报告。同时要注意保持呼吸道通畅，及时清除痰液。

记录病情变化：对患者的病情变化予以详细记录，如体温、咳嗽、咳痰等症状的持续时间、严重程度等，这样有助于医生评估病情，及时调整治疗方案，注意保存好相关的检查报告和病历资料，便于医生查阅。

#### 4. 心理护理

肺部感染患者可能因病情较重、病程较长而产生焦虑、抑郁等心理问题，做好心理护理同样重要。

心理疏导：护理人员应耐心倾听患者的诉说，了解患者的心理需求，及时给予心理疏导和安慰。可以通过解释病情、介绍治疗方案等方式，来帮助患者树立战胜疾病的信心，并鼓励患者积极参与治疗过程，提高疗效。

家属支持：家属应多陪伴患者，给予患者情感上的支持和关爱，护理人员要向家属讲解护理知识，以提高家属的护理能力。

娱乐活动：可根据患者的兴趣和爱

好，适当安排娱乐活动，如听音乐、看电视等，有助于缓解患者的心理压力和焦虑情绪。

#### 5. 口腔护理

患者应按时刷牙、漱口，防止口腔感染，对于长期卧床的患者，要定期给予口腔护理，如用生理盐水擦拭口腔等，并注意观察口腔黏膜的变化，如有异常及时汇报。

#### 6. 有效排痰

对于痰液黏稠不易咳出的患者，可以通过拍背、震颤等方式促进痰液排出。在拍背时，要避免乳房和心脏部位，不要在脊柱、骨突部位进行，要鼓励患者多喝水，有助于稀释痰液，促进痰液排出。

#### 7. 高热护理

对于高热患者，首选方案是物理降温，可使用冰袋、冰帽、温水擦浴等方式逐渐降温，注意观察患者的耐受程度，防止因过度降温导致虚脱。必要时，可遵医嘱使用退烧药，还应注意保持患者的皮肤干燥和清洁，及时更换衣物和床单。

#### 8. 预防交叉感染

肺部感染患者容易发生交叉感染，应加以预防。第一，保持病房的清洁和通风，定期消毒病房器械。第二，患者及家属应注意个人卫生，做好勤洗手、戴口罩等防护措施，以降低交叉感染的风险。

总之，肺部感染作为一种常见且多发的疾病，会严重影响身体健康，但我们通过科学的护理方法，可以有效缓解感染症状，促进身心康复。本文详细介绍了一些肺部感染的护理措施，希望大家更好地了解肺部感染患者，减轻他们的痛苦，促使病情早日康复。

(作者单位系安徽省泾县医院)

## 关注老年高血压，倾情守护“夕阳红”

叶甜

肾脏损害会进一步加剧高血压的病情，从而形成恶性循环。

其他损害：高血压还可导致眼底病变、视网膜出血等眼部疾病，引起主动脉夹层等血管疾病，以及影响病人的睡眠质量等。

### 三、老年高血压的治疗原则

老年高血压的治疗，要遵循以下几个原则。

1. 综合干预：高血压的治疗不仅仅是降压治疗，还应包括生活方式干预、血脂管理、血糖控制等多方面的综合治疗。通过综合干预，能够更有效地降低血压水平，并降低心血管事件的风险。

2. 个体化治疗：每个病人的具体情况不同，因此治疗方案也应因人而异，医生会根据病人的年龄、病情、合并症及药物耐受性等因素，制定出个体化的治疗方案。

3. 平稳降压：降压速度不宜过快，应平稳降压，以免血压波动过大对靶器官造成损害。在降压过程中要密切观察病人的反应，及时调整治疗方案。

4. 达标治疗：降压治疗应达到目标血压值，以减少心血管事件的风险。目标血压值应根据病人的具体情况和耐

受性来确定，并随着治疗进程进行及时调整。

### 四、老年高血压的具体治疗方法

老年高血压的具体治疗方法主要包括非药物治疗和药物治疗两大类。

#### 1. 非药物治疗

非药物治疗是高血压治疗的重要组成部分，适用于各级高血压病人，主要包括以下几方面内容。

饮食调整：限制钠盐摄入，增加钾盐摄入，保持饮食清淡，多摄入新鲜蔬菜和水果，减少高脂肪、高糖食物的摄入。与此同时，还要控制总热量摄入，避免肥胖。

适量运动：适当的运动有助于降低血压水平，改善心肺功能，病人可选择散步、慢跑、太极拳等中低强度的有氧运动方式，每周进行3—5次为宜，每次持续时间30分钟以上。

戒烟限酒：吸烟和过量饮酒均会导致血压升高，因此病人应严格戒烟限酒。

#### 2. 药物治疗

钙离子拮抗剂通过抑制钙离子进入血管平滑肌细胞内，松弛血管平滑肌，降低外周血管阻力，从而起到降低

在医院的众多科室中，重症监护室(ICU)犹如一个与死神激烈交锋的战场，这里收治的患者病情危急且复杂，生命体征极不稳定。在这场与死神的较量中，优质护理扮演着至关重要的角色，它是守护患者生命的坚固防线，为患者早日康复带来希望。

### 一、全方位的基础护理，奠定康复根基

基础护理是ICU优质护理的基石，涵盖了患者生活的方方面面。由于ICU患者大多病情危重，生活无法自理，口腔护理便成了每日的重要工作。医护人员会定时为患者清洁口腔，使用专用的口腔护理液，细致地擦拭口腔的每一个角落。这不仅能保持口腔清洁，预防口腔炎症和口臭的发生，还能降低因口腔细菌滋生导致肺部感染的风险，毕竟口腔与呼吸道紧密相连。

皮肤护理同样不容小觑。ICU患者往往需要长时间卧床，这使得他们极易患上压疮。为了预防这一情况，护士们严格遵循“六勤一注意”原则，即勤观察、勤翻身、勤擦洗、勤按摩、勤更换、勤整理，时刻留意患者皮肤的细微变化。每隔两小时，护士就会为患者翻身，轻轻按摩受压部位，促进血液循环。及时更换被汗液或排泄物浸湿的床单和衣物，保持皮肤干爽。对于一些容易受压的部位，如骶尾部、足跟、肘部等，还会使用减压贴或气垫床等辅助工具，减轻局部压力。

### 二、精密的病情监测，时刻洞察生命信号

在ICU病房，患者的病情瞬息万变，因此对生命体征的严密监测至关重要。护士们如同不知疲倦的卫士，时刻守护在患者身旁，密切关注着各种监护仪器上的数据变化。心率、血压、呼吸频率、体温、血氧饱和度等生命体征数据，每一个细微的波动都可能隐藏着重要的病情信息。

先进的监护设备24小时不间断地工作，将患者的生命体征数据实时反馈到监护仪上。护士们凭借丰富的经验和敏锐的观察力，能够迅速判断这些数据是否正常。一旦发现异常，她们会立即采取相应措施，并及时通知医生。例如，当患者的心率突然加快或血压急剧下降、血氧饱和度和下降时，护士会迅速检查患者的身体状况，查看是否有出血、呼吸困难等紧急情况，同时准备好急救药品和设备，为后续的抢救工作争取宝贵时间。

除了生命体征，护士还会密切观察患者的意识状态、瞳孔变化以及出入量等情况。对于昏迷患者，通过观察其对刺激的反应、瞳孔的大小和对光反射等，来判断病情的进展。准确记录患者的出入量，包括输血量、饮水量、尿量以及各种引流液的量等，对于评估患者的体液平衡和肾脏功能至关重要。通过对这些综合信息的分析，医护团队能够及时调整治疗方案，为患者提供最精准的护理。

### 三、专业的专科护理，攻克复杂病症难题

ICU患者的病情复杂多样，常常涉及多个系统的功能障碍，因此专科护理的专业性和针对性尤为关键。以气道护理为例，许多ICU患者需要依靠呼吸机辅助呼吸，或者进行了气管切开等操作。此时，保持气道通畅、预防感染成为护理的重点。护士们会定期为患者进行气道湿化，通过雾化吸入等方式，将湿润的气体送入气道，防止痰液干结。同时，熟练掌握吸痰技术，及时清理气道内的分泌物，确保患者呼吸顺畅。在进行这些操作时，严格遵循无菌原则，避免交叉感染的发生。

对于管路护理，ICU患者身上往往会留置各种管路，如胃管、尿管、中心静脉置管、胸腔闭式引流管等。每一根管路都肩负着重要使命，因此护士们会精心呵护。定期检查管路的固定情况，确保其位置正确，防止扭曲、受压或脱落。严格按照规定的时间和流程更换管路及相关敷料，保持管路的清洁。同时，密切观察引流液的颜色、性状和量，若发现异常，及时报告医生进行处理。例如，胃管引流液出现血性液体，可能提示患者存在消化道出血；胸腔闭式引流液突然增多且颜色鲜红，可能意味着胸腔内有活动性出血。

### 四、暖心的心理支持，驱散患者心灵阴霾

身处ICU这样一个充满紧张和恐惧的环境中，患者往往承受着巨大的心理压力。陌生的环境、各种仪器设备的嘈杂声、身体上的剧烈疼痛，以及对疾病预后的担忧，都可能让患者产生焦虑、恐惧、抑郁等负面情绪。而这些不良情绪不仅会影响患者的心理状态，还可能对身体的康复产生不利影响。因此，心理支持在ICU优质护理中同样占据着不可或缺的地位。

对于意识清醒的患者，护士们会主动与他们沟通交流，用温柔的语言、关切的眼神和耐心的倾听，给予患者心理上的安慰和鼓励。在日常护理操作过程中，向患者详细解释每一个步骤的目的和注意事项，让患者对治疗过程有清晰的了解，减少因未知而产生的恐惧。为患者播放舒缓的音乐，营造轻松的氛围，帮助他们放松心情。根据患者的兴趣爱好，为他们提供相应的精神支持，如喜欢阅读的患者准备书籍或报纸。

对于昏迷患者，护士们同样不会忽视心理关怀。她们会每天定时与患者轻声交流，讲述一些生活中的小事，或者播放患者熟悉的声音，如家人的录音等。通过这种方式，给予患者情感上的连接，让他们在潜意识中感受到关怀和温暖。同时，积极与患者家属沟通，让家属参与到心理支持中来。定期安排家属探视，在探视过程中，护士指导家属如何与患者进行有效的互动，如轻轻抚摸患者的手、轻声呼唤患者的名字等，增强患者与外界的联系，激发其求生欲望。

ICU的优质护理是一个全方位、多层次的体系，它涵盖了基础护理、病情监测、专科护理、心理支持以及家属支持等多个方面。每一个环节都紧密相连，共同为患者的生命健康保驾护航。正是这些医护人员的辛勤付出、专业精神和人文关怀，让ICU成为患者生命的坚实守护者，为广大患者带来了生的希望，帮助他们战胜病魔，重获健康。

(作者单位系郎溪县人民医院)

### 1. 定时监测血压：老年病人应养成

定时监测血压的习惯，了解自己的血压变化情况，以便及时调整治疗方案。建议每日早晚各测量一次血压，并记录在册。

2. 遵医嘱服药：病人应严格遵守医生的用药指导，按时按量服药，不随意停药或更改剂量。如有疑虑或不适，应及时咨询医生。

3. 注意情绪管理：情绪波动是导致血压升高的重要因素之一。病人应学会调节自己的情绪，保持积极乐观的心态，避免过度焦虑、紧张和愤怒等负面情绪的影响。

4. 定期体检：老年病人应定期进行全面的身体检查，包括心电图、超声心动图、肾功能检查等，以评估靶器官损害情况并及时调整治疗方案。

总而言之，老年高血压的治疗是一个长期而复杂的过程，需要病人、家属及医务人员的共同努力。通过遵循综合干预、个体化治疗、平稳降压和达标治疗的原则，结合非药物治疗和药物治疗的方法，以及注意日常生活中的各项细节，我们可以有效地控制老年高血压的病情进展，减少心血管事件的风险，提高老年人的生活质量。

(作者单位系铜陵市人民医院)



本版投稿咨询电话：  
0554-6657551