

带你了解镇痛泵

□任娟娟

手术前,麻醉医师探视患者时,通常会询问患者要不要用术后止痛泵。这时,经常会有患者提出疑问,好用吗? 有必要用吗? 可以减轻我的疼痛吗? 可以用多长时间? 有副作用吗? 今天,我们就来说说镇痛泵的那些事。

过去很长一段时间,人们认为术后疼痛是不可避免的,对于术后疼痛,只能默默忍受。其实,疼痛本身会产生一系列的病理性、生理性改变,剧烈的疼痛不仅给患者造成精神、躯体的双重创伤,引起循环、呼吸功能紊乱及代谢、内分泌功能失调,严重时还会影响患者的康复。传统的镇痛方

法是注射吗啡、杜冷丁等止痛药物,镇痛时间短,需反复用药。目前,术后镇痛技术已在各级医院广泛开展,不仅能帮助术后患者脱离术后疼痛的折磨,而且缩短了病程,促进术后康复,受到患者和家属的欢迎。

什么是镇痛泵
镇痛泵是一个可以控制输注药物速度的微电脑设备。镇痛泵里的药物会按照预设程序缓慢地持续地输注给患者,保证比较小剂量的基础镇痛。镇痛泵上有一个自控键,当患者感到疼痛时,按压自控键,镇痛泵就会输注镇痛药物一次,以满足患者的镇痛需求。当然,

镇痛泵也有防止患者反复多次按压的设计,避免过量输入镇痛药物。

使用镇痛泵的好处
减轻患者的痛苦是最主要的目的。可行走的硬膜外镇痛不影响患者自由活动,增加了患者的舒适度,提高了医院的服务水平。术后镇痛能使患者早期活动,减少下肢血栓形成及肺栓塞的发生,促进胃肠功能的早期恢复。术后镇痛可减少术后患者体内的儿茶酚胺和其他应激性激素的释放,有利于降低心率,防止术后高血压,减少心肌做功和耗氧量,对心功能障碍患者特别有利。

哪些人建议使用镇痛泵
手术范围广、持续时间长的患者;开胸、开腹且切口较长的手术患者;有高血压或冠心病病史的术后患者;部分腔镜手术患者;骨科手术患者;对疼痛特别敏感的患者;有强烈镇痛需求的患者。

用了镇痛泵会不会上瘾
镇痛泵用药要遵循精准化、多模式、联合镇痛的原则,通过联合使用多种机制不同的镇痛药物,在保证良好镇痛效果的同时,最大程度降低镇痛药物的副作用。在病情需要时,短暂应用阿片类药物是不会出现成瘾的。

镇痛泵有没有副作用
常见的副作用因人而异,少部分患者会出现恶心、呕吐等现象。麻醉医师会在镇痛泵里加入防止恶心、呕吐的药物,预防药物副作用的发生。

镇痛泵是不是用得越久越好
一般情况下,镇痛泵使用时间为术后48小时~72小时。此阶段恰好为术后疼痛的高峰期,48小时后,疼痛可明显缓解。每个人对疼痛的耐受度差异较大,可根据患者自身情况,经麻醉医师允许后,延长镇痛泵的使用时间。
(作者供职于郑州大学第一附属医院麻醉与围手术期医学科)

患者的术后营养该怎么补充

□赵国尧

营养是维持人体健康、促进患者康复的物质基础,对于术后患者来说尤为重要。术后,由于禁食、创伤、失血、感染等原因,患者常常会发生代谢紊乱和营养不良,影响伤口愈合及康复。如果患者在术后不能及时进补,或因急于求成而补得太过,都将影响患者的康复。从某种意义上讲,患者若能在术后合理地摄入营养甚至比单纯的治疗更为重要。正如俗语所说的“三分治,七分

养”。那么,患者在术后该如何补充营养呢?

经手术创伤后,危重症患者身体耗能明显增加,如果不及及时补充营养和能量,会出现不同程度的营养不良。这时,需要寻找适宜的营养供给方式。现在常用的营养支持手段有口服膳食或营养液、肠内营养和肠外营养(也称静脉营养)3种方式。

口服是最好、最自然,也是最鼓励的方式。即便存在胃

口不佳、厌食等,也可适当补充胆盐、胰酶、维生素和鞣酐。当然,如果患者处于昏迷、不合作,并有严重的胃纳不佳状况,只要消化功能尚存,就可以采取插鼻管,甚至消化道口插管的方法来提供营养。

口服膳食或营养液 我们应通过一些营养教育,保证患者饮食的均衡。可以根据中国营养学会提供的膳食指南进行调整,即多样化饮食、油脂要适量、食盐要适量、三餐要合理等。如果

患者进食量不足或营养成分不完善,就要口服营养补充剂。

肠内营养 通过胃肠道给予营养支持的方式,被称为肠内营养。肠内营养适用于胃肠道仍有功能的患者,可分为口服途径和营养管途径两种方式。经口途径跟平时吃饭的状态差不多,而经导管进食的方法比较多,比如经鼻十二指肠管、鼻空肠管、胃空肠造瘘管、鼻胃管。

肠外营养 肠外营养又被称为静脉营养,是指通过静脉把营

养液输入患者体内,包括碳水化合物、各种氨基酸、维生素、微量元素等。当患者消化功能完全丧失或因其他原因不能进食时,可给予全肠外营养补充,维持机体代谢所需。肠外营养制剂通常是由专业的厂家制造,把按照既定比例配制好的营养素装入容量为3升的袋中,需要时,再挤压混合,可以避免单一营养素导致的代谢问题。

(作者供职于商丘市第一人民医院重症医学科)

基因测序在分子病理学中的应用

□申 可

基因测序是指对个体DNA(脱氧核糖核酸)序列的完整性进行分析,以确定一段或长或短的基因乃至全基因组的碱基序列。随着分子生物学技术的不断发展,基因测序已经成为生物学和医学研究的重要工具。在分子病理学领域,基因测序的应用也越来越广泛,对疾病的病理、生理机制及预后和治疗方案的制定,都有重要作用。

在疾病基因检测中的应用
基因测序在疾病基因检测中的应用可以帮助医生更好地诊断和治疗疾病。基因测序可以确定致病基因的突变类型和位置,帮助医生更好地理解疾病的病理、生理机制,比如在某些遗传性疾病中,病因是某

个基因突变,基因测序可以帮助确定突变的类型和位置。这些信息可以用于制定更加个性化的治疗方案或进行基因相关药物的治疗。
基因测序还可以用于对一些罕见或复杂的遗传性疾病的检测。这些疾病可能是由多个基因突变引起的,也可能是由多个基因突变和环境因素共同作用引起的。基因测序通过测量多个基因的变异,帮助医生更好地诊断这些疾病。

在肿瘤诊断和治疗中的应用
基因测序在肿瘤诊断和治疗中的应用是目前的研究热点之一。通过测序,可以确定肿瘤基因的变异类型和位置,帮助医生更好地理解肿瘤的病理、生理机制。这些信息可用

于制定个体化的治疗方案或进行肿瘤基因靶向药物的治疗。

一些肿瘤具有特定的基因变异模式,可以作为肿瘤的分子标志物。基因测序可以帮助医生确定这些标志物的类型和位置,进行肿瘤的诊断,比如,基因测序可以帮助医生确定乳腺癌易感基因的变异类型和位置,这些基因变异与乳腺癌的风险相关。

基因测序还可以用于肿瘤的个体化治疗。基因测序可以确定肿瘤的基因变异模式,为患者提供个体化的治疗方案,比如,基因测序可以确定肺癌患者是否有EGFR(表皮生长因子受体)基因突变,帮助医生决定是否采用EGFR相关基因的靶向药物。

在药物治疗中的应用
基因测序在药物治疗中的应用可以帮助医生更好地选择药物和剂量,以提高疗效,减少不良反应。基因测序可以确定患者的基因型,帮助医生选择适合患者基因型的药物,比如,基因测序可以确定患者是否具有某种酶的基因突变,帮助医生选择适合患者的药物剂量。

基因测序可以帮助医生预测药物的疗效和不良反应。基因测序可以确定患者是否具有药物代谢和药物靶点基因的变异,这些信息可以用于预测药物的疗效和不良反应,比如,基因测序可以帮助医生预测患者对心血管药物的反应,从而帮助医生选择适合患者的药物治疗方案。

在预防医学中的应用
基因测序在预防医学中的应用可以帮助人们更好地了解自己的遗传风险,从而采取相应的措施预防疾病。基因测序可以确定个体是否具有遗传易感性,从而制定个体化的预防措施。

总之,基因测序在分子病理学中的应用非常广泛,可以帮助医生更好地诊断和治疗疾病,也可以为患者提供个体化的治疗方案。此外,基因测序还可以帮助人们了解自己的遗传特征和风险,从而采取相应的措施预防疾病,实现健康管理中的个体化。

(作者供职于南方医科大学顺德医院/佛山市顺德区第一人民医院病理科)

偏瘫是一种常见的神经系统疾病,给患者和家庭带来沉重的负担。经过多年的临床实践,中医康复已经被证明对偏瘫患者的恢复能起到非常重要的作用。本文将就中医康复在偏瘫康复中的应用进行探讨,为偏瘫患者提供参考。

因为肢体功能受到损害,偏瘫患者往往会失去正常的生活能力。针对这一问题,中医康复提供了一种非常有效的解决方法。中医康复是一种综合性的治疗方法,可以通过针灸、推拿、中药等多种方式,对偏瘫患者进行综合性的治疗,帮助患者恢复肢体功能,提高生活质量。

针灸 针灸是中医康复中最常用的疗法之一,也是最受欢迎的治疗方法之一。针灸法可以刺激神经末梢,促进局部血液循环,增加营养供应,修复受损的组织。在偏瘫康复中,针灸可以通过刺激患者的肌肉和神经,提高肌肉张力和肌肉协调性,促进肌肉的恢复和生长。

推拿 推拿是中医康复中另一种常见的疗法,可以促进肌肉松弛,减轻疼痛,恢复肢体功能。推拿可以刺激肌肉和神经,促进局部血液循环,增加营养供应,修复受损组织。在偏瘫的康复中,推拿可以通过按摩受损肢体的穴位和经络,改善局部的循环和气血流通,增强肌肉的张力和协调性,有助于加速肢体功能的恢复。

中药 服用中药是中医康复中另一种重要的治疗方法。中药可以通过调整人体的内环境,促进血液循环,增加营养供应,促进受损组织的修复。在偏瘫康复中,中药可以通过调整人体的阴阳平衡和气血运行,促进肌肉功能的恢复,改善病情,有助于提高患者的康复效果。

中医康复已经在偏瘫康复中得到了广泛应用,并取得了良好的效果。以下是一些具体的案例。

患者陈某,男性,57岁,右半身偏瘫6个月。入院后,医生对其进行了针灸治疗,每周进行3次,每次治疗30分钟。治疗后,患者的肢体功能有所改善,可以进行简单的日常活动。

患者张某,女性,46岁,左半身偏瘫5个月。入院后,医生对其进行了推拿治疗,每周进行3次,每次治疗40分钟。治疗后,患者的肌肉松弛,疼痛缓解,肢体功能有所改善,可以进行一些简单的肢体活动。

患者王某,男性,60岁,右半身偏瘫7个月。入院后,医生让其服用中药,每日服用中药3次,每次服用30克。治疗后,患者的肢体功能有所改善,可以进行一些简单的肢体活动。

中医康复是一种独具特色的康复方法,已经被证明能对偏瘫患者的康复起到积极作用。针灸、推拿、中药等可以帮助患者加速肌肉功能的恢复,提高生活自理能力。

(作者供职于中牟县人民医院中医康复科)

偏瘫患者可以试试中医康复

□何天凤

哪些人易患高血压

□郑方方

近年来,高血压已经成为常见病,多见于老年人群体,有年轻化趋势。为了更好地防治高血压,大众应当掌握高血压的科普知识。

哪些人容易患高血压
肥胖人群 研究显示,肥胖人群中高血压的发病率比正常人群高,而且越肥胖的人患高血压的概率越高。

经常熬夜、睡眠质量差的人 40岁左右的人正当壮年,是家庭的顶梁柱,工作比较忙,往往需要牺牲睡眠时间。睡眠不够与高血压的发生存在密切关系。研究显示,每天睡眠时间小于6小时者,发生高血压的风险比正常人高出35%。

压力过大的人 心理因素对血压的影响非常直接,情绪紧张时,血压直接、升高。现代社会竞争大,人们的压力也大,长期处于这种紧张的心理状态下,容易诱发高血压。

吸烟、饮酒人士 烟草中含有大量对人体有害的物质,这些物质通过肺部吸入,进入血液,会引起血管平滑肌收缩,使血压升高。酒精也会作用于血管,使动脉血管发生硬化,最终导致高血压的发生。

如何预防高血压
运动 非高血压人群和血压要稳定控制在目标水平的患者,每周至少锻炼5天,包括散步、慢跑、骑自行车和游泳。他们应该每

周至少做150分钟的中等强度的有氧运动和75分钟的高强度运动。运动前,高危患者要经过专业评估。

减压 制定压力管理策略有助于控制血压。

戒烟 吸烟会增加高血压的患病风险,戒烟可以降低患高血压、心脏病和其他代谢性疾病的风险。

健康饮食 避免摄入大量酒精和高盐、高糖、高脂肪的不健康饮料。

患者服药的注意事项
不要凭“感觉”用药 觉得症状不严重或症状减轻时,有些患者就不继续服用降压药了。这些行为往往会导致血压再次升高。在夏天,人出汗比较多,人体产生的代谢废物会更多地通过汗液排出体外,肾脏负担减少,此时血压自然而然就降下来了,这是“陷阱”。一般情况下,高血压病患者需长期甚至终身服药。擅自停药,血压波动过大,对身体的损害会更严重。

降压不能操之过急 血压降得太快,会引起心、脑、肾等重要脏器灌注不足,导致缺血,所以不要盲目贪求极速降压。一般经过4周~12周的治疗,患者血压会达标。绝大多数长效降压药发挥稳定作用需要1周~2周。

总之,无论是青年患者还是老年患者,无论是有症状高血压还是无症状高血压,在确诊高血压后,都应该在医生的指导下治疗,不要轻信保健品、偏方等。同时,应戒烟、限酒,少糖、少油、少盐饮食,保证充足的睡眠,排解压力。

(作者供职于平顶山市第二人民医院心血管内科)

如何发现早期肝病

□李 璞

作为人体的重要器官之一,肝脏是人体众多营养素分解、合成的“化工厂”。同时,肝脏又是一个“哑巴”器官,因为肝脏上并无神经分布,如果肝脏出了问题,是很难被人们及时察觉的。因此,我们应该重视肝脏问题,及时发现异常。

肝病有一些特殊的临床表现,这是我们熟知的。但是在日常的工作和生活中,我们一般不会注意到自己的身体出现了微妙的变化,待到肝病的症状被我们发现时,多数已经发展到了肝硬化或肝癌晚期。本文介绍一些肝病的常见表现,作为对照标准,如果发现有异常,应尽快就医。

观察眼睛
中医上讲,肝开窍于目。一旦肝脏受到了损伤,眼睛很快就会出现症状,比如有干涩、视物模糊、眼屎多、眼珠发黄、黑眼圈等。肝胆疾病患者也会出现巩膜(俗称眼白)发黄的体征,尤其见于黄疸性肝炎、瘀胆型肝炎及甲型肝炎、乙型肝炎、戊型肝炎患者。肝癌患者也常出现巩膜黄染体征。

肝功能出现异常,会造成体内胆红素代谢随之出现异常,多引起黑色素在眼部周围皮肤的堆积,出现人们俗称的熊猫眼体征。即使大量补觉,也不能缓解这个临床症状。此时,大家要注意这些症状是否由肝脏问题所引起。

肝脏被病毒感染的常见表现有,眼部经常有干燥、发痒畏光、干涩等现象。这就说明肝血已经不足,缺乏适当的肝阴来滋润眼部。如果肝病引起了贫血,就会使患者的结膜苍白。肝脏功能明显下降,会引起各种营养物质的缺乏,造成视力模糊。

观察手掌
通常情况下,人们手掌的颜色是均匀一致的淡红色。如果大拇指与小指根部中间的大小鱼际部的肌肉发生了片状充血或出现红色斑点,按压手掌时,会变得苍白,就要小心了。临床上称这为“肝掌”,属于肝病的临床表现。

很多慢性肝病患者都会出现肝掌、蜘蛛痣,肝硬化患者更为多见。多数学者认为,此表现与患肝病时雌激素增多有很大关系。当然,并不是所

有有肝掌和蜘蛛痣的人都患有肝脏疾病,出现这些情况时,要多加留意才对。

观察嘴巴
如果发现嘴巴颜色发暗,同时还伴有口干、口臭及口苦现象,也要引起重视了,这很有可能是肝火旺,需要及时去除肝火。牙齿出血多由血小板数量减少引起,也可能是肝硬化恶化前的一种预警,或是肝癌开始进入中期阶段的一种表现。这是由于肝脏功能下降,引起肝合成凝血因子减少导致的出血现象。

正常人的舌苔较薄,淡白色。如果舌头颜色偏暗红,则说明肝脏功能出现了异常,瘀血堵在了肝脏里,无法正常代谢。肝硬化患者的肝细胞坏死,肝脏纤维化,出现肝内淤堵,会表现出暗红的舌象。由于肝脏功能受损伤,肝硬化患者的消化能力会逐渐下降,舌苔还会表现出黄、厚、腻及有瘀斑。

肝区不适感
肝区症状与肝区疼痛是有一定差异的。正常人有肝区酸痛症状是比较罕见的,排除外部因素后,就要怀疑此症状是由肝病所造成的。肝区的

疼痛程度通常与压迫肝脏包膜相关,但与病情进展并不成正比。

观察皮肤
肝脏出现异常时,通常会引发胆道受阻,导致胆红素无法顺利排泄,引起胆红素代谢异常,出现黄疸。通常表现为皮肤、眼睛、尿液等发黄,引起全身性的皮肤瘙痒。有些人的瘙痒是暂时性的,而有些人则是持续性的,尤其是黄疸性肝炎患者,通常在黄疸出现数月或一年后发生皮肤瘙痒症状。

皮肤变化是最容易发现的体征之一,当皮肤出现此类症状时,最好到正规医院进行相关的身体检查。除黄疸外,肝硬化患者还会有肝病面容、肝掌、蜘蛛痣;可观察到腹部膨隆、腹壁静脉曲张、双下肢水肿等。如果身体出现这些表现,要尽快就医,评估是否存在肝硬化。另外,早期肝硬化往往缺少典型症状,慢性肝病患者要定期体检。

消化道表现
绝大多数肝病患者会出现食欲不振、餐后上腹部饱胀不适、恶心、厌油腻等,伴有全身乏力,对脂肪及蛋白