

麻醉会引起术后恶心呕吐吗

□叶虹

术后恶心呕吐是指发生在手术后的恶心呕吐,常发生在手术24小时内,也可以发生在术后1天~2天,少数患者甚至可以持续到术后3天~5天。普通手术患者术后恶心呕吐的发生率为20%~30%,特殊手术患者术后恶心呕吐的发生率可高达70%~80%。术后恶心呕吐是多种因素共同导致的。作为常见的术后并发症,术后恶心呕吐的发生与治疗需要麻醉科医生、外科医生、患者和家属的共同关注。术后恶心呕吐带给患者的主观感受非常糟糕,有些患者甚至认为它比术后疼痛更加难受。轻度的术后恶心呕吐可以影响患者进食和休息,造成不适症状;重度的术后恶心呕吐可以导致误吸和手术切口裂开,不同程度地影响患者术后恢复时间、住院时间和费用。

麻醉会引起术后恶心呕吐吗

术后恶心呕吐是围术期患者因各种自身、手术、麻醉及药物因素而产生的一种并发症,并不全是麻醉或麻醉药物反应。麻醉药物对恶心呕吐的影响存在差异,一部分静脉麻醉药物能够抑制呕吐的发生,而吸入麻醉药、阿片类药物有可能加重恶心呕吐。在术后镇痛药物和镇痛泵治疗方面,通过合理的药物配伍和应用,可以在充分镇痛的同时,不增加恶心呕吐的发生率。

在手术前,麻醉医生首先

会判断患者是否具有术后恶心呕吐的危险因素,包括性别、吸烟史、年龄、晕动病或恶心呕吐史、药物治疗史等,然后会根据患者的具体情况安排合适的麻醉药物,制订合适的围术期治疗方案,采用神经阻滞等术后镇痛方案,减少阿片类药物剂量来减少术后恶心呕吐的发生。另外,外科医生会在术前术后给予患者更多的关注,并提前给予预防恶心呕吐的药物,进而减少恶心呕吐的发生。

术后疼痛也是常见的术后并发症之一,通常的治疗方法是使用术后镇痛泵或者镇痛药物。但是,有些患者会顾虑镇痛药物可能会引起恶心呕吐,自己又经常发生晕车和呕吐,该如何选择,到底适不适合镇痛泵?正如上文所述,术后恶心呕吐是多种因素共同导致的,如果不进行镇痛治疗,疼痛以及疼痛导致的紧张和睡眠障碍也可能诱发相关症状。基于良好的术前沟通,麻醉医生和外科医生可以为患者设计个性化的镇痛方案和镇痛泵药物配伍,预防性地应用止吐药物,在减少恶心呕吐副作用的基础上,实现镇痛效果的优化,帮助患者安全、舒适地度过术后恢复期。

如何应对术后恶心呕吐

去除基础病因。去除基础病因,包括适当术前禁食;对消化道梗阻患者术前插入粗口径胃管单次抽吸或持续引流,对

什么是无症状性脑梗死

无症状性脑梗死又称静止性脑梗死,是脑梗死的一种特殊类型。无症状性脑梗死指患者没有明确的脑卒中或短暂性脑缺血发作的既往病史,但在头颅CT(计算机层析成像)或MRI(磁共振成像)检查时发现有与脑血管分布一致的脑梗死病灶或脑软化灶,而临床上没有与病灶相关的神经功能缺损的症状和体征。其实,无症状性脑梗死并非完全无症状,只是症状不典型或者非常轻微,容易被忽视。

无症状是否等于无害

无症状性脑梗死发病率高,最易发生在老年人群中,在老年人群中的患病率为8%~28%,且随着年龄的增长而升高。一般来说,无症状性脑梗死患者无临床表现,但其并不是静止和无害的,可逐渐进展为严重的症状性脑梗死,造成严重的肢体瘫痪及痴呆,影响发病者的认知水平及运动功能,给家庭及社会带来很大的经济负担和心理负担。同时,无症状性脑梗死是症状性脑梗死和痴呆风险升高的重要影响因素。

无症状性脑梗死的危险因素有哪些

高血压、糖尿病、高脂血症、心血管疾病、血液系统疾病和慢性肾病等均可为无症状性脑梗死发生的高危因素。

无症状性脑梗死如何处理

无症状性脑梗死的治疗目的是降低症状性脑梗死和痴呆发生的风险。无症状性脑梗死发生后,该如何处理呢?

- 1.确诊为无症状性脑梗死后,应立即进行血管危险因素筛查,详细了解患者是否存在卒中常见危险因素及家族遗传史;做辅助检查,主要包括血常规、血脂、餐后血糖、糖化血红蛋白、同型半胱氨酸、颈动脉超声、颈部血管超声、心电图、心脏超声、颈部和颅内血管CT血管造影。有条件者可做脑血管造影和高分辨血管壁成像检查。
 - 2.控制危险因素(血压、血糖、血脂、心脏病等)是预防无症状性脑梗死、脑卒中和认知障碍的重要措施。控制血压对预防卒中具有重要意义,建议定期监测血压,优先选用可减少血压变异性的药物。
 - 3.单一腔隙性梗死,不伴有血管危险因素者,不建议服用阿司匹林等抗血小板药物。对有血管危险因素无症状性脑梗死患者,需要进行10年心脑血管事件风险评估,如10年心脑血管事件风险为6%~10%时,可以使用阿司匹林;对10年心脑血管事件风险>10%的患者,建议使用阿司匹林预防脑血管病。对合并严重肾功能不全的慢性肾病患者,建议使用阿司匹林预防脑血管病。
 - 4.伴有认知功能障碍者,可给予盐酸多奈哌齐或盐酸美金刚,改善认知功能,更重要的是需要通过综合干预措施来改善生活质量,并提高生存率。
 - 5.不建议针对无症状腔隙性梗死灶进行过度治疗。
 - 6.改变生活方式:在饮食方面,增加不饱和脂肪酸的摄入量,保证蛋白质摄入量,多吃鸡蛋和牛奶,限制猪肉、牛肉、羊肉等红肉摄入量,增加蔬菜的摄入量,多吃绿叶菜、胡萝卜、番茄等;保证每日的饮水量充足(成年男性每日的饮水量为1700毫升,成年女性每日的饮水量为1500毫升),不仅有助于排泄毒素、减轻体重,还可以延缓动脉粥样硬化的发展;坚持运动,每天进行大约20分钟的有氧运动,比如快走、慢跑、游泳、跳舞、骑自行车或者打太极拳。
- 总之,治疗危险因素是防止无症状性脑梗死发生,以及防止无症状性脑梗死患者进一步发展为症状性脑梗死,防止认知障碍和痴呆发生的重要措施。(作者供职于河南省中医院)

如何处理无症状性脑梗死

□郭燕可

关节退行性疾病的护理

□王艳

关节退行性疾病是指关节软骨和周围结构的退行性损伤引起的疾病,如骨关节炎。这是一种常见病,全球有数百万人受到影响。关节退行性疾病会导致疼痛、肿胀和功能障碍,给患者的生活质量带来很大的影响。因此,了解如何缓解疼痛和改善功能对于关节退行性疾病患者来说至关重要。本文将介绍几种护理关节退行性疾病的常见方法,以帮助患者减轻疼痛、改善功能和提高生活质量。

药物治疗

药物疗法是关节退行性疾病护理的重要组成部分。非甾体抗炎药(NSAIDs)是常用的药物,可以减轻疼痛和减少炎症。这些药物包括布洛芬、对乙酰氨基酚等。此外,也可以使用疼痛缓解贴剂和外用药物来减轻疼痛,如局部麻醉药膏和盐酸利多卡因。对于疼痛严重的患者,可能需要使用更强效镇痛药物,如阿片类药物,但应在医生的指导下使用。

物理疗法

物理疗法是缓解疼痛和改善功能的重要手段之一。热敷和冷敷是常见的物理疗法,可以通过改善血液循环和减少炎症来减轻疼痛。理疗师还可以使用超声波疗法、电刺激疗法和磁疗等技术来缓解疼痛和促进关节功能的恢复。此外,关节牵引和按摩也可以在一定程度上减轻疼痛和改善关节的运动范围。

体育锻炼

适度的体育锻炼对于关节退行性疾病的护理至关重要。合理的锻炼可以增强关节周围肌肉的力量和稳定性,减轻关节的负担,改善关节的运动范围和功能。另外,适当的运动,特别是关节的运动,还可增加关节腔内的压力,有利于关节液向软骨的渗透,减轻关节软骨的退行性改变,从而减轻或预防关节软骨的增生和退行性改变。常见的锻炼方式包括有氧运动(如步行、游泳)、力量训练和柔韧性训练。患者在进行体育锻炼时,应避免过度用力 and 反复性冲击,以免加重关节疼痛和损伤。

饮食和体重管理

合理的饮食和体重管理对于关节退行性疾病的护理同样具有重要意义。保持健康的体重可以减轻关节的负担,减少疼痛和炎症的发生。饮食应均衡,摄入足够的蛋白质、维生素和矿物质,以促进软骨的修复和生长。此外,一些研究表明,一些食物和营养补充剂,如鱼油、维生素D和葡萄糖胺等,对于缓解关节炎症和改善关节功能可能具有一定的益处。

关节退行性疾病的护理是一个综合性的过程,需要综合运用药物疗法、物理疗法、体育锻炼以及饮食和体重管理等多种方法。在进行关节退行性疾病护理时,患者应积极配合医生和康复师,并在他们的指导下调整治疗方案。通过合理的护理方法,可以缓解关节退行性疾病引起的疼痛,改善功能,提高生活质量,让患者恢复活力。保持积极的态度和良好的生活习惯,对于关节退行性疾病的护理同样重要。(作者供职于郸城县人民医院骨科关节外科)

慢性肾小球肾炎的治疗和管理

□邢丙楠

肾脏是我们身体中至关重要的器官之一,负责排出废物、调节电解质平衡和维持体液稳定。然而,慢性肾小球肾炎是一种严重的肾脏疾病,常常被忽视或误诊。在本文中,我们将深入了解慢性肾小球肾炎的定义、病因、症状、诊断和治疗等方面知识。

定义和病因

慢性肾小球肾炎是一种慢性进行性肾小球疾病,其特征是肾小球的慢性炎症和肾小球滤过功能的进行性损害。急性肾小球肾炎的复发或长期存在的低度炎症通常会引发慢性肾小球肾炎,最终导致肾小球的结构和功能受损。

治疗和管理

慢性肾小球肾炎的治疗目标是减缓疾病的进展、控制炎症反应、维持肾功能和预防并发症。治疗方案通常是综合性的,包括药物治疗、饮食管理和生活方式改变。

药物治疗方面,常用的药物包括血压控制药物(如血管紧张素转化酶抑制剂和血管紧张素受体拮抗剂)、免疫抑制剂(如糖皮质激素和细胞毒性药物)、利尿剂等。血压控制对于减轻肾脏负担和保护肾小球功能非常重要。免疫抑制剂可抑制免疫反应,减少炎症损伤。利尿剂可以帮助控制水肿和高血压。

症状和诊断

慢性肾小球肾炎的症状通常是渐进性的,初期可能没有明显的体征,但随着病情的进展,患者可能会出现血尿、蛋白尿、水肿和高血压等症

状。因为这些症状非特异性,所以很容易被忽视或误诊。确诊慢性肾小球肾炎通常需要进行一系列的检查,包括尿液分析检查、血液检查、肾脏超声检查和肾穿刺活检等。尿液分析检查可以检测到血尿和蛋白尿的存在。血液检查可以评估肾功能和炎症指标的水平。肾穿刺活检可以提供肾脏结构的信息。肾穿刺活检是最可靠的诊断方法,可以确定肾小球的病理变化和炎症程度。

预后和预防

慢性肾小球肾炎的预后取决于多种因素,包括病因、炎症程度、治疗及管理的及时性和有效性等。一些患者随着疾病进展,肾功能逐渐下降,最终可能需要透析或肾移植。然而,通过早期诊断和积极治疗,可以延缓疾病的进展,改善预后。

预防慢性肾小球肾炎的关键是及时治疗和控制潜在的病因。对于急性肾小球肾炎患者,应积极治疗并遵循医生的建议,减少复发的风险。对于患有慢性炎症性疾病或遗传性肾病的个体,定期进行体检和监测是非常重要的,要早发现并治疗慢性肾小球肾炎。

此外,良好的生活习惯也可以帮助预防慢性肾小球肾炎的发生。保持健康的饮食、适度的体育锻炼、充足的水分摄入和避免暴饮暴食都有助于维持肾脏的健康。(作者供职于河南宏力医院肾脏风湿科)

烧伤紧急处置的这些误区要避免

□牟晓莉 王文凯

在日常生活中,人们经常会遇到一些突发状况,其中以烧伤最为普遍。许多人在做饭或者遇到火灾时,都有可能被烧伤,在这种情况下,如果不懂急救或者不知道急救方法,就会造成被烧伤的部位出现水泡,很容易留下疤痕。以下是针对烧伤紧急处置的一些误区。只有了解更多相关知识,才能避免因一些错误的方法导致自身遭受更大伤害。

烧伤急救:如果是肢体被烧伤,应立刻用干净的水清洗烧伤部位,或者把被烧伤部位放入冰水中20分钟~30分钟,这样可以起到降温 and 缓解热伤害的作用。当有较严重程度的烧伤时,切忌先脱衣服,而是应该立刻用凉水淋湿衣物,等到局部温度降低后,可将衣服慢慢地脱下或者用剪刀剪开。如果是消化道烧伤,可选用牛奶、蛋清、豆浆等,一次服用200毫升即可,避免催吐及洗胃,以免造成消化道黏膜损伤。火灾烧伤时,要立刻把衣服脱掉,用水扑火或快速躺下翻身扑火,不要带着火奔跑、呼喊,避免呼吸道烧伤。一般的烧伤,不需要做特别的处理,只要注意伤口和周围的卫生就可以了。如果是比较大的烧伤,可以用干净的水清洗,然后用干净的纱布或者布单来遮盖伤口,尽量在4小时之内到医院进行治疗。

误区一:用凉水冲洗烧伤部位会起水泡。然而,人们在烧伤之后是否会起水泡与是否用凉水冲洗无关,而是要看烧伤的原因以及烧伤的程度。烧伤后,及时用凉水进行冲洗,可以起到收缩血管、止血,减少水泡形成的作用。

误区二:牙膏可以用来治愈烧伤。实际上,牙膏不具有抗菌功效,而且往往含有一定的病菌。牙膏中的主要成分摩擦剂,对伤口有一定的刺激性,而泡沫成分、调味剂成分等对伤口没有任何疗效,而且容易导致伤口出现肉芽肿和感染。

误区三:采用酸碱中和方法,减轻酸性烧伤。有些人认为酸烧伤应采用碱中和,而碱烧伤则应采用酸中和,这在原理上是正确的,但在实践中却是行不通的。由于酸与碱的中和会释放大量的热量,造成热烧伤,因此会导致病情恶化。

误区四:用红药水涂抹烧伤伤口。现实情况下,红药水的抗感染作用不大,而且暗红色药液覆盖在伤口上,会让医师对烧伤深度的判断出现偏差。另外,红

药水中含有大量的汞,用于烧伤伤口时,容易导致过敏反应,如果大面积使用,还会导致汞中毒。

误区五:烧伤后不能食用发物,如鱼虾、狗肉、羊肉、韭菜、香菜等。关于烧伤后不能吃发物这一点是没有任何科学根据的。鱼虾、肉类中含有高蛋白、葱、香菜中含有大量的维生素,这些都有助于加快烧伤伤口的愈合。

夏季气温较高,人们暴露在外的皮肤多,成为烧伤的高发期。在进行烧伤的紧急处置时,要注意避免以下五大误区。

误区一:用凉水冲洗烧伤部位会起水泡。然而,人们在烧伤之后是否会起水泡与是否用凉水冲洗无关,而是要看烧伤的原因以及烧伤的程度。烧伤后,及时用凉水进行冲洗,可以起到收缩血管、止血,减少水泡形成的作用。

误区二:牙膏可以用来治愈烧伤。实际上,牙膏不具有抗菌功效,而且往往含有一定的病菌。牙膏中的主要成分摩擦剂,对伤口有一定的刺激性,而泡沫成分、调味剂成分等对伤口没有任何疗效,而且容易导致伤口出现肉芽肿和感染。

误区三:采用酸碱中和方法,减轻酸性烧伤。有些人认为酸烧伤应采用碱中和,而碱烧伤则应采用酸中和,这在原理上是正确的,但在实践中却是行不通的。由于酸与碱的中和会释放大量的热量,造成热烧伤,因此会导致病情恶化。

误区四:用红药水涂抹烧伤伤口。现实情况下,红药水的抗感染作用不大,而且暗红色药液覆盖在伤口上,会让医师对烧伤深度的判断出现偏差。另外,红

从青春期到更年期的妇科护理

□闫黔云

女性在不同的生理阶段,会面临不同的健康问题和挑战。从青春期到更年期,女性的生殖系统会经历复杂的变化,影响身体和心理平衡。因此,了解女性健康的基本知识,掌握正确的妇科护理方法,是每一位女性应该重视和学习的内容。本文将从以下几个方面,为大家介绍女性健康的相关内容。

青春期:生理发育和心理变化

青春期是从儿童阶段发展为成人阶段的过渡时期,女孩的青春发育一般是10岁~18岁,持续时间约8年。在这一时期,女性会出现明显的生理发育和心理变化,主要包括以下几个方面:

- 1.月经初潮:月经初潮是女性进入青春期的标志之一,一般在11岁~15岁之间出现,但也有个体差异。月经初潮后,女性开始具备生育能力,需要注意月经卫生和避孕。
- 2.乳房发育:乳房发育是女性青春期的另一个重要特征,一般从9岁~13岁开始,持续时间约4年。乳房发育会受到雌激素的影响,乳房大小、形状、对称性等因人而异。
- 3.心理发展:青春期是女性心理发展的关键时期,女性会逐渐形成自我认知、自我价值、自我控制等能力,也会出现情绪波

动、自我意识、社交需求等特点。青春期女性的心理发展需要家庭和社会的支持和引导。

妊娠期:孕产妇和胎儿的健康

妊娠期是女性从受孕到分娩的时期,一般分为3个阶段:第一孕期(1周~12周)、第二孕期(13周~28周)和第三孕期(29周~40周)。在这一时期,女性会经历身体和心理上的巨大变化。以下是女性在妊娠期需要关注的一些重要内容:

- 1.早期反应:早期反应是妊娠期常见的现象,一般在受孕后6周左右出现,持续到12周左右消失。早期反应的主要表现有恶心、呕吐、乏力、情绪波动等,一般不影响健康,但需要注意补充水分和营养,避免过度劳累和刺激。
- 2.胎动感觉:胎动感觉是孕妇感受到胎儿在子宫内的活动。胎动一般在怀孕16周~20周后出现。随着妊娠期的增长,胎动会越来越明显和频繁。胎动感觉是胎儿生长发育的重要指标,孕妇应该每天记录胎动的次数和强度,如果有异常情况,要及时去医院就医。
- 3.胎儿检查:胎儿检查是妊娠期必不可少的检查项目,主要包括产前筛查、产前诊断、胎心监护、B超检查等。胎儿检查可

以及时发现胎儿的异常情况,如畸形、缺氧、宫内窘迫等,为孕妇和医生提供重要的信息和依据。

4.分娩准备:分娩准备是指孕妇在临近分娩时做好的各种准备工作,包括选择分娩方式、制订分娩计划、准备分娩用品、了解分娩过程和注意事项等。分娩准备可以帮助孕妇减轻焦虑和恐惧,增强信心和勇气,顺利迎接新生命的到来。

更年期:内分泌紊乱和慢性病预防

更年期是女性从生育期到老年期的过渡时期。在这一时期,女性会出现卵巢功能衰退和雌激素水平下降,导致内分泌紊乱和一系列症状。更年期的一些重要内容:

- 1.围绝经期综合征:围绝经期综合征又称更年期综合征,是指女性绝经前后因性激素波动或减少导致的一系列以自主神经系统功能紊乱为主,伴有神经心理症状的一组症候群。更年期女性会出现潮热、盗汗、失眠、情绪不稳、性欲减退、阴道干涩等一系列症状。更年期综合征的发生率和严重程度因人而异,一般随着时间的推移会逐渐缓解。
- 2.骨质疏松:骨质疏松是指骨骼组织的密度和质量下降,导致骨骼变脆弱和易折断的病

变。更年期女性由于雌激素水平下降,骨骼代谢失衡,骨质疏松的风险增加。骨质疏松的预防和治疗主要包括补充钙质和维生素D、进行适当的运动、使用药物等。

- 3.心血管疾病:心血管疾病是指心脏和血管的病变,主要包括高血压、冠心病、心肌梗死、脑卒中等。更年期女性由于雌激素水平下降,血脂、血糖、血压等发生改变,心血管疾病的风险也随之增加。心血管疾病的预防和治疗主要包括控制体重、戒烟限酒、调节饮食、控制血压、调整情绪、使用药物等。

护理要点:日常保健和定期检查

妇科护理是指女性为了保持生殖系统的健康和功能,采取各种预防和保健措施,主要包括以下几个方面:

- 1.日常保健:日常保健是指女性在日常生活中应该注意的一些卫生和健康习惯,主要包括以下几点:保持外阴清洁干燥,避免使用刺激性清洁剂或香皂,不过度清洗或冲洗阴道;选择透气、吸汗、质地柔软的内衣内裤,经常更换和清洗内衣内裤,不穿过紧或过厚的裤子;注意经期卫生,使用合适的卫生巾或棉条,定时更换和清洗,避免使用带有

总结

女性在不同的生理阶段,需要注意不同的健康问题和护理方法。本文从青春期、妊娠期、更年期、妇科常见疾病和妇科护理要点等方面,为大家介绍了女性健康的基本知识和妇科护理要点,希望大家能够重视自己的身体,掌握正确的妇科护理方法,保障身体健康。(作者供职于太康县人民医院妇科)