

# 介入术后护理注意事项

□韩晓静

随着医疗技术的发展,介入手术作为一种微创治疗方法,已经在临床中得到了广泛应用。与传统手术相比,介入手术具有创伤小、恢复快、并发症少等优势,为许多患者带来了福音。然而,手术的成功不仅仅取决于医生的手术技巧,术后护理也是非常重要的环节。术后护理得当,有助于患者尽快康复,降低并发症风险,提高治疗效果。

**保证充足的休息时间**  
介入手术虽然是微创手术,但是会对身体造成一定的负担。术后,患者应根据手术部位和医生建议,合理安排休息和活动的的时间,保证充足的休息时间;避免剧烈运

动和重体力劳动,以免影响伤口愈合;坚持适度运动,可以促进血液循环,防止血栓形成,但切忌过度疲劳。

**伤口护理**  
保持手术部位的清洁和干燥,是预防感染的重要措施之一。术后,患者应定期检查伤口,观察有无红肿、渗血等情况;若发现异常,应及时到医院就诊。同时,患者应遵循医生的建议使用抗生素等药物,降低感染的风险。

**合理饮食**  
术后,患者坚持合理饮食,对身体康复非常重要。患者应选择清淡、易消化的食物,避免摄入辛辣、

刺激性食物;适量摄入富含蛋白质、维生素的食物,有助于伤口愈合和身体康复;摄入足够的水分,有助于维持新陈代谢;同时,避免摄入生冷食物,以免影响消化功能。

**规范用药**  
遵照医嘱用药,是患者术后尽快康复的重要环节之一。患者应遵照医嘱规范服药,不可随意更改药量或停药,以免影响治疗效果。如果出现药物过敏或不良反应,患者应立即告知医生。同时,患者还要了解药物的用法、用量及注意事项,确保安全用药。

**观察病情**  
密切关注患者的病情变化,是

术后护理的重要内容之一。如果出现疼痛加剧、发热、出血等症状,患者应及时到医院就诊,以免延误治疗时机。同时,保持乐观的心态,积极配合医生治疗,有助于患者尽快康复。

**定期复查**  
定期复查有助于医生了解患者术后恢复情况,及时发现并处理问题。患者应按照医生的建议定期复查,以便医生根据患者的恢复情况,及时调整治疗方案。

**预防并发症**  
介入手术后可能出现的并发症包括感染、血栓等。了解并预防这些并发症,对于患者术后康

复非常重要。在日常生活中,患者应密切关注可能出现的并发症症状,采取相应的预防措施(如坚持适度运动,可以预防血栓;保持伤口清洁,可以降低感染的风险等)。

介入手术后的护理工作对于患者尽快恢复至关重要。以上措施不仅有助于患者尽快康复,还能确保患者的生命安全。此外,保持良好的心态和积极配合医生治疗,也是促进患者康复的重要因素。如果遇到任何异常情况,患者应及时到医院就诊。

(作者供职于山东省淄博市妇幼保健院)

什么是甲状腺肿瘤

甲状腺肿瘤是指在甲状腺内形成的肿瘤。恶性甲状腺肿瘤(即甲状腺癌)分为几种类型,包括乳头状甲状腺癌、滤泡状甲状腺癌、甲状腺髓样癌和甲状腺未分化癌。

甲状腺肿瘤的症状可能因肿瘤的类型和大小而有所不同。常见的症状包括甲状腺肿块、颈部肿胀或疼痛、咽喉不适、咳嗽、声音嘶哑、吞咽困难等。

诊断甲状腺肿瘤,患者需要进行体格检查、甲状腺B超检查、甲状腺功能检查、甲状腺穿刺活检等。甲状腺肿瘤的治疗方法是根据甲状腺肿瘤的类型、大小和分期而定,包括手术治疗、放疗、放射性碘治疗、药物治疗等。

**手术治疗** 手术是治疗甲状腺肿瘤最常见的方式。根据甲状腺肿瘤的性质,医生可以选择部分切除或全部切除甲状腺。手术通常是治愈甲状腺肿瘤的最有效方法。

**放疗** 放疗是使用高能射线来杀死癌细胞,主要用于发病率较低的甲状腺未分化癌。

**放射性碘治疗** 对于甲状腺癌,放射性碘治疗是一种常见的治疗方法。患者会服用含有放射性碘的药物。该药物会被甲状腺吸收,然后释放出射线,杀死癌细胞。放射性碘治疗多用于发现较晚的甲状腺癌的补充治疗。

**药物治疗** 甲状腺癌治疗后,患者通常需要补充左甲状腺素替代甲状腺激素治疗。

**保守观察** 对于较小、无症状的甲状腺肿瘤,医生可能会建议患者定期检查,而不用立即进行治疗。保守观察适用于良性甲状腺肿瘤,因为它们通常生长速度缓慢且不会对患者的身体健康造成重大威胁。

**预防方法**  
虽然大多数甲状腺肿瘤是良性的,但是患者仍然需要及时诊断和治疗。除了接受医生的治疗外,患者还可以采取以下方法来预防甲状腺肿瘤复发。

**合理饮食** 在日常生活中,患者应坚持合理饮食,保证营养均衡,对于维护甲状腺健康非常重要。患者应增加含碘食物的摄入量,如海带、海鱼、海产品等,有助于调节甲状腺功能。

**养成良好的生活习惯** 患者应避免暴露在辐射源中,如X线等;立即戒烟,避免过量饮酒,因为吸烟和过量饮酒与甲状腺肿瘤的发生有关。

**合理控制体重** 肥胖与甲状腺肿瘤的发生有一定的关联。患者应保持适当的体重,可以通过合理饮食和适度运动来控制体重。

**适度运动** 适度的有氧运动可以帮助患者改善身体的免疫功能和新陈代谢,促进身体健康。在日常生活中,患者可以选择适合自己的运动方式,每周至少进行150分钟的中等强度运动。

**避免压力过大** 长期压力过大或焦虑,可能会影响人体的免疫功能,增加甲状腺肿瘤复发的风险。患者应学会应对压力的方法,保持心理健康。

**定期检查** 患者应定期进行甲状腺B超检查,能够及时发现和监测甲状腺肿瘤的变化;如果出现异常,应及时就医。

**学会自检** 患者应定期自检甲状腺是否发生异常,如果出现任何症状或体征,要及时就医。

(作者供职于山西省和顺县人民医院肿瘤科)

## 妊娠期高血压疾病护理要点

□刘萍

在妊娠期间,很多孕妇被各种各样的问题困扰。其中,妊娠期高血压疾病是一种非常危险的情况。妊娠期高血压疾病是指在妊娠期间出现的血压异常升高现象,通常在妊娠20周后出现,表现为患者的收缩压超过140毫米汞柱(1毫米汞柱=133.322帕)或舒张压超过90毫米汞柱。妊娠期高血压疾病主要分为两种类型:妊娠期高血压疾病和子痫前期(前者指血压升高,但没有出现蛋白尿;后者指血压升高,并且伴有蛋白尿)。因此,正确护理对妊娠期高血压疾病患者来说非常重要。但是,在实际的生活中,很多人不了解妊娠期高血压疾病的护理知识。本文主要介绍妊娠期高血压疾病的护理知识。

**定期产检**  
妊娠期高血压疾病是指孕妇在妊娠期间出现血压升高的状况,属于妊娠期的常见疾病。因此,孕妇定期进行产前检查非常重要。定期产检可以帮助孕妇尽早发现潜在的问题,并及时治疗。

**保持血压稳定**  
对于妊娠期高血压疾病患者而言,保持血压稳定非常重要。一般情况下,在产检的过程中,医生会根据患者的实际情况,利用相应的药物,治疗妊娠期高血压疾病。除此之外,患者还要保持健康的生活方式,进行自我管理。

**保持健康的生活方式**  
妊娠期高血压疾病患者每天要保证充足的睡眠和休息时间,从而有效管理妊娠期高血压疾病。患者应尽量避免过度劳累或者出现长时间

间站立的情况;同时,注意合理安排休息时间,并尝试一些自我放松或者减压的方法,保持心情愉快,有助于保持血压稳定。

妊娠期高血压疾病患者坚持合理饮食,保证营养均衡也非常重要,可以有效控制血压,维护身体健康。因此,在日常生活中,患者应摄入充足的营养,包括新鲜的水果和蔬菜,富含膳食纤维的全谷物食品,或者食用一些低脂乳制品和瘦肉等。除此之外,妊娠期高血压疾病患者还应避免摄入高盐、高脂肪、高糖食物,减少咖啡因的摄入量。

另外,精神压力过大也会对妊娠期高血压疾病患者产生负面影响。因此,在日常生活中,妊娠期高血压疾病患者应积极寻找应对压力的方法,比如和家人、朋友聊天,做自己喜欢做的事情等,进行心理调节。患者还可以向专业的心理医生进行咨询,以免由于精神压力过大而导致血压升高。

**适度运动**  
妊娠期高血压疾病患者坚持适度运动非常重要。长期坚持适度运动,可以帮助患者提高抵抗力和身体健康水平,有效控制妊娠期高血压疾病。但是,在运动的过程中,患者需要注意控制运动的强度,可以选择强度较低的运动方式,如散步、瑜伽等。

综上所述,妊娠期高血压疾病是一种常见的妊娠期疾病,对孕妇和胎儿存在一定的影响。

(作者供职于山东省泰安市泰山区邱家店中心卫生院)

## 孕期保健与护理措施

□闫春玲

孕期是许多女性生命中最特殊的时期。这个时期不仅关系到孕妇的健康,还关系到胎儿的生长发育。因此,孕期保健与护理显得尤为重要。本文主要介绍孕期保健与护理的相关知识,帮助孕妇度过一个健康、愉快的孕期。

**孕期保健的重要性**  
保障母婴健康 孕期保健可以有效预防和控制孕期并发症,降低孕妇及胎儿的死亡率,提高新生儿的生存质量。

**促进胎儿发育** 孕期保健有助于胎儿的正常生长发育,预防胎儿畸形和发育迟缓。

**减轻分娩痛苦** 孕期保健可以帮助孕妇掌握正确的分娩知识和技巧,减轻分娩过程中的痛苦程度。

**有利于产后恢复** 孕期保健有助于产妇尽快恢复健康,降低产后并发症的风险。

保健措施

**合理饮食** 孕妇应坚持合理饮食,保证营养均衡,适量摄入新鲜的蔬菜、水果,以及粗粮、豆类等富含膳食纤维和维生素的食物,选择优质蛋白质、脂肪、矿物质等营养素;同时,避免摄入过多油腻、高糖、高盐、咖啡等食物。

**适度运动** 孕妇应根据自己的身体状况,选择适合自己的运动方式,如散步、瑜伽、游泳等,以增强体质,促进血液循环,缓解孕期不适程度。但是,孕妇应避免剧烈运动,以免对胎儿造成不良影响。

**保持良好的心态** 孕妇要保持

愉快的心情,避免过度焦虑、紧张和抑郁等。孕妇可以通过听音乐、阅读、交流等方式调节情绪,保持良好的心态。

**定期产检** 孕妇要按照医生的建议定期进行产检,以便及时发现并处理孕期并发症,确保母婴健康。

**养成良好的生活习惯** 孕妇要戒烟、戒酒,避免接触有毒物质,养成良好的生活习惯,保证充足的睡眠。

**护理措施**  
孕期护理 护理人员要定期监测孕妇的血压、体重、血糖等指标,

评估孕妇的健康状况;同时,要为孕妇提供孕期保健知识,指导孕妇进行合理饮食和适度运动。

**分娩护理** 护理人员要为产妇提供分娩知识和技巧的培训,帮助产妇了解分娩过程,减轻分娩痛苦程度。在分娩过程中,护理人员要密切观察产妇的生命体征,及时处理并发症。

**产后护理** 护理人员要对产妇进行产后康复指导,包括饮食、运动、心理等方面。同时,护理人员要密切关注产妇的子宫收缩情况,预防产后出血。对于剖宫产产妇,护理人员还要关注产妇的伤口愈

合情况,预防感染。

**新生儿护理** 护理人员要对新生儿进行健康评估,监测新生儿的生命体征,预防新生儿疾病。同时,护理人员要帮助产妇顺利实现母乳喂养。

总之,孕期保健与护理,对于保障母婴健康具有重要意义。孕妇要重视孕期保健,遵循医生的建议,定期进行产检;同时,要选择正规的医疗卫生机构,确保母婴健康。祝愿每一位孕妇都能度过一个健康、愉快的孕期!

(作者供职于山东省临沂市平邑县温水镇卫生院妇幼保健科)

## MRI检查的相关知识

□唐俊杰

在临床中,MRI(磁共振成像)检查已成为一项不可或缺的诊断工具。该检查以非侵入性和高分辨率的图像而被大众熟知,为医生提供了准确的诊断信息。本文主要介绍MRI检查的相关知识。

**什么是MRI检查**  
MRI检查是利用磁共振现象进行医学影像学检查的技术。磁共振是一种物理现象,当人们置身于磁场中时,体内的氢原子核(质子)会与磁场相互作用,产生共振。

与其他成像技术相比,MRI检查具有独特的优势。首先,MRI检查是一种非侵入性检查,不会对患者的身体造成创伤或副作用。其次,MRI检查可以为医生提供高分辨率的图像,并且清晰地显示软组织,对于医生诊断疾病(如肿瘤、炎症等)非常有帮助。最后,MRI检查可以为医生提供多方

位、多角度的图像,使医生能够更全面地了解患者的病情。

**为什么进行MRI检查时有声音**  
在进行MRI检查时,患者经常会听到敲击声。这些声音其实是机器内部的梯度线圈发出的。

梯度线圈的任务是在磁场中创建精确的磁场变化,对于捕捉患者身体内部的详细图像非常重要。在检查过程中,为了精确控制磁共振信号,梯度线圈需要快速地切换磁场的方向。

当梯度线圈快速切换磁场时,会产生振动。这些振动传递到仪器的金属部件上,产生了患者所听到的敲击声。不同的扫描程序,可

能需要切换不同速度的梯度线圈。因此,患者进行检查时,声音的大小和频率也会有所不同。

**梯度线圈在MRI检查中的作用**  
在MRI检查中,梯度线圈扮演着非常重要的角色。梯度线圈主要有两种类型的线圈:发送线圈和接收线圈。

发送线圈的作用是产生均匀的磁场,这对于激发患者身体内部的氢原子核非常重要。当氢原子核被磁场激发后,它们会发出信号,随后被接收线圈捕捉。

接收线圈则负责捕捉患者身体内部的信号。这些信号包含了患者身体内部结构的信息,通过接

收线圈收集后,再由计算机处理成我们看到的图像。

梯度线圈的设计和放置对于获取高质量的图像非常重要。不同类型的扫描可能需要不同的梯度线圈。

**为什么MRI检查时间较长**  
MRI检查通常需要较长时间,这是由以下几个因素决定的。  
**扫描的详细程度** 详细地扫描需要更多的时间来捕捉足够的数

据。  
**扫描区域的大小** 扫描较大的区域时,需要更长时间,因为需要捕捉更多的信号。  
**图像的分辨率** 高分辨率图像

## 肾结石是如何形成的

□赵海洋

肾结石是常见的泌尿系统疾病,其形成原因包括饮食不当、遗传因素、代谢紊乱等。本文主要介绍肾结石的形成过程,以及如何预防和治疗肾结石。

**肾结石的形成过程**  
结晶形成 尿液中的一些物质在特定条件下会形成结晶,这些物质包括钙、草酸、磷酸盐、尿酸等。当尿液中某些物质的浓度超过饱和度时,就会结晶沉淀。

**结晶生长** 结晶在尿液中不断吸收周围的离子,使自己逐渐变大。这个过程可能会持续数小时,甚至数天。

**结晶聚集** 当尿液中的结晶足够大时,它们就会相互吸引,聚集在一起。这个过程可能会受到尿液流动速度、温度等因素的影响。

**结石形成** 当结晶聚集到一定程度时,就会形成肾结石。肾结石的大小和形状各异,有的像沙子一

样小,有的像鸡蛋一样大。

**怎样预防**  
摄入充足的水 摄入充足的水,可以稀释尿液中的结晶物质,降低结晶形成的风险。人们应每天喝2000毫升~3000毫升的水,尤其是在出汗多、运动量大的情况下,要注意及时补充水分。

**保证营养均衡** 在日常生活中,人们应坚持合理饮食,保证营养均衡,避免过量摄入高嘌呤、高钙、高草酸食物(如动物内脏、海鲜、菠菜等食物,含有较高的嘌呤;奶制品、豆腐等食物,含有较高的

钙;菠菜、芹菜等食物,含有较高的草酸),增加结晶形成的风险。

**合理控制体重** 肥胖会增加肾结石的风险。因此,人们要合理控制体重。在日常生活中,人们可以坚持合理饮食和适度运动来控制体重。

**定期体检** 有肾结石家族史或者高血压病、糖尿病的患者,要定期进行肾功能检查和尿常规检查,以便及时发现并处理肾结石。

**如何治疗**  
药物治疗 对于较小的肾结石,可以采用药物治疗。常用的

药物有利尿剂、消炎药、止痛药等。利尿剂,可以帮助患者排出肾结石;消炎药,可以帮助患者缓解疼痛和炎症程度;止痛药,可以帮助患者减轻疼痛程度。需要注意的是,药物治疗需要在医生的指导下进行。

**体外震波碎石术** 对于较大的肾结石,可以采用体外震波碎石术。这种方法是在体外产生高能量的震波,将肾结石震成较小的碎片,然后通过尿液排出体外。这种方法具有创伤小、恢复快等特点。

**经皮肾镜碎石术** 对于较大或

## 正确认识新生儿黄疸

□刘鑫

新生儿黄疸是一种常见的现象。然而,对于许多家长来说,可能对新生儿黄疸不太了解,不知道如何正确处理新生儿黄疸。本文主要介绍新生儿黄疸的相关知识,帮助家长应对这个问题。

新生儿黄疸是指新生儿的皮肤和眼白部分出现黄染症状。黄疸是由新生儿体内胆红素水平升高引起的。胆红素是红细胞分解产生的物质,在正常情况下会被肝脏处理并排出体外。新生儿的肝脏功能尚未完全发育。因此,在新生儿出生后的几天内,胆红素的排出速度可能较慢,导致其在体内积累,引发新生儿黄疸。

黄疸通常从头部开始,然后逐渐向下蔓延至全身。除了黄疸外,新生儿还有可能出现食欲不振、嗜睡、尿量减少等症状。大多数新生儿黄疸是一种正常的生理现象,不需要特殊治疗。然而,如

果黄疸持续时间较长或症状非常严重,新生儿可能需要进一步的评估和治疗。

那么,新生儿黄疸有哪些类型呢?新生儿黄疸可以分为生理性黄疸和病理性黄疸。

**生理性黄疸** 生理性黄疸比较常见,通常在新生儿出生后的第2天~第3天出现,持续时间较短,一般在1周~2周内自行消退。生理性黄疸不会对新生儿的健康造成严重影响,无须特殊治疗。

**病理性黄疸** 病理性黄疸可能是新生儿红细胞溶解过快、肝脏功能异常、母乳喂养不足等原

因引起的。如果新生儿的黄疸症状在出生后的24小时内就出现,或黄疸持续时间较长,黄疸程度较重,家长应及时寻求医生的帮助和指导。

对于大多数新生儿黄疸,家长只需正确对待和观察即可,不需要过分担心。以下是帮助新生儿缓解黄疸的方法。

**多晒太阳** 阳光中的紫外线可以帮助新生儿加速胆红素的代谢和排出。因此,让新生儿适度晒太阳是有益的。家长应选择早上或傍晚阳光较温和的时段,将新生儿暴露在阳光下,但要注意避免过度

曝晒,以免引发其他健康问题。

**增加母乳喂养次数** 增加母乳喂养次数,可以促进新生儿黄疸尽快缓解。母乳喂养是新生儿的最佳选择,母乳中的营养物质可以促进新生儿肠道蠕动,加速胆红素排出。家长应根据新生儿的需求,保证充足的喂养次数。

**观察黄疸程度** 家长应密切观察新生儿的黄疸程度和持续时间。如果黄疸在新生儿出生后24小时内就出现,或黄疸持续时间较长,黄疸程度较重,家长应及时带新生儿到医院就诊,寻求医生的帮助和指导。

如何预防新生儿黄疸呢?  
家长可以鼓励新生儿多吃母乳,促进胆红素的排出;避免过度包裹新生儿,保持适当的温度,可以促进新生儿皮肤呼吸和胆红素的排出;定期带新生儿到医院进行体检,监测黄疸的程度和进展。

新生儿黄疸是一种常见的现象,大多数新生儿是生理性黄疸,不会对健康造成严重影响。然而,对于病理性黄疸,家长应及时带新生儿到医院就诊,确保新生儿健康成长。

(作者供职于河南省睢县人民医院新生儿科)