

哮喘的护理措施与急救方法

□ 潘裕霜

哮喘是一种常见的慢性呼吸道疾病，其特点是气道炎症、气道高反应性和可逆性气流受限。哮喘发作时，患者可能会出现喘息、咳嗽、呼吸困难等症状，严重时甚至可能危及生命。因此，了解哮喘发作时的护理措施与急救方法，对患者及患者家属、医务人员来说都至关重要。

病因和症状

哮喘发作的原因 哮喘发作通常是由多种因素诱发的，常见的诱因包括过敏物质（如花粉、尘螨、动物皮屑等）、呼吸道感染、天气变化、运动、精神紧张、药物（如阿司匹林等），以及食物过敏等。

哮喘发作的症状 哮喘发作的症状因人而异，一般包括以下几个

方面。
喘息：患者会感到呼吸时发出哮鸣音，这是由于气流通过狭窄的气道时产生的振动所致。

咳嗽：可能是干咳或伴有咯痰，尤其在夜间或清晨更为明显。

呼吸困难：患者会感到呼吸费力，吸气和呼气都可能受到影响，甚至出现端坐呼吸、口唇发紫等症状。

胸闷：患者会感到胸部有压迫感或胀满感。

护理措施

保持冷静 当发现患者哮喘发作时，首先要保持冷静，避免惊慌失措，以免增加患者的紧张情绪。

帮助患者找到舒适的体位 让患者采取坐姿或半卧位，身体稍向

前倾，这样有助于呼吸。

保持呼吸道通畅 及时清除患者口鼻中的分泌物，防止呼吸道阻塞。如果患者佩戴有假牙，应取下假牙。

及时吸氧 如果有条件，应立即给予患者吸氧，以提高血氧饱和度，缓解缺氧症状。

急救方法

使用沙丁胺醇气雾剂 沙丁胺醇气雾剂是一种快速缓解哮喘症状的药物。使用时，患者应先深呼吸，然后将气雾剂的喷口放入口中，双唇包住喷口，按下气雾剂的同时深吸气，将药物吸入气道。一般每次吸入1揞~2揞，间隔20分钟可重复使用。如果症状没有缓解，患者应及时就医。

拨打急救电话 如果患者的哮喘症状严重，出现呼吸困难加剧、意识不清、口唇发紫等情况，在场人员应立即拨打急救电话，并告知急救人员患者的病情和所在位置。

进行心肺复苏 在等待急救人员到来的过程中，如果患者出现心跳骤停，在场人员应立即进行心肺复苏。心肺复苏包括胸外心脏按压和人工呼吸，具体操作方法如下。

胸外心脏按压 将患者仰卧在硬板床上或地面上，解开衣领和腰带。施救者双手重叠，手掌根部放在患者胸骨中下段1/3交界处，两臂伸直，垂直向下用力按压，按压频率为100次/分~120次/分，按压深度为5厘米~6厘米。

人工呼吸 在进行胸外心脏按压的同时，应进行人工呼吸。将患者的头后仰，托起下颌，清除口中的异物。施救者用拇指和食指捏住患者的鼻孔，深吸一口气后，用口唇将患者的口唇包住，缓慢吹气，每次吹气时间不少于1秒，观察患者的胸廓是否有起伏。每按压30次，而后进行2次人工呼吸。

哮喘发作是一种紧急情况，需要及时干预。了解哮喘发作的原因和症状，掌握护理措施和急救技能，以及采取有效的预防措施，可以减少哮喘发作频率和严重程度，提高患者的生活质量。

（作者供职于广西壮族自治区容县人民医院）

超声影像技术在疾病诊断中的应用

□ 刘展良

随着现代科技的快速发展，新的医学技术不断为疾病的诊断和治疗带来新的突破。超声影像技术犹如一扇神奇的窗户，让人们能够窥探到人体内部的奥秘，感受生命的脉动，开启精准医疗的新篇章。

基本原理

超声影像技术是利用超声波的物理特性来成像的。超声波是一种频率高于两万赫兹的声波，具有良好的指向性和穿透性。当超声波在人体组织中传播时，会遇到不同的组织界面，产生反射、折射和散射等现象。超声设备通过接收这些反射回来的声波信

号，并对其进行处理和分析，就能够构建出人体内部组织图像。

临床应用

妇产科领域 在妇产科，超声影像技术起着至关重要的作用。它可以准确判断胎儿的孕周、胎位，以及监测胎儿生长发育情况，排查胎儿是否存在先天性畸形（如唇腭裂、神经管畸形等）。对于孕妇自身，超声影像技术还可以检查子宫、卵巢等等器官的健康状况，诊断子宫肌瘤、卵巢囊肿等疾病。

比如，超声检查可以发现宫外孕等危险情况，及时采取治疗措施，保障孕妇的生命安全。同时，在孕期的不同阶段进行超声

检查，能够帮助医生为孕妇制定合理的分娩计划。

心血管领域 对于心血管疾病 的诊断，超声影像技术也是不可或缺的工具。它可以清晰地显示心脏的结构和功能，如心脏大小、室壁厚度、瓣膜开闭情况等。利用超声心动图检查，医生能够诊断冠心病、心肌病、瓣膜病等多种心脏病。

此外，超声检查还可以评估心脏的血流动力学情况，测量心脏射血分数等重要指标，为心血管疾病的 治疗和预后判断提供依据。

腹部疾病诊断 在腹部疾病 诊断方面，超声影像技术能检查

肝脏、胆囊、脾脏、胰腺等器官，还可以发现肝脏的占位性病变，如肝囊肿、肝血管瘤、肝癌等；诊断胆囊疾病，如胆囊结石、胆囊炎等；发现胰腺疾病，如胰腺炎和胰腺肿瘤等。超声检查具有无创、便捷、可重复等优点，成为腹部疾病筛查的重要手段。

精准医疗

根据患者的个体差异，制定个性化的治疗方案。超声影像技术在这方面发挥着重要作用。首先，超声检查能够提供准确的诊断信息，帮助医生确定疾病的类型、程度和范围。比如，在肿瘤诊断中，超声检查可以清晰显示肿

瘤的大小、位置、边界，以及周围组织的关系，为制定手术方案或选择合适的治疗方法提供依据。

其次，超声检查还可以引导治疗操作。比如，在介入治疗中，超声检查可以实时引导穿刺针准确到达病变部位，进行活检、引流、消融等操作，提高治疗的准确性和安全性。

总之，超声影像技术以其独特的优势，在医学领域展现了强大的生命力，为精准医疗提供了有力的支持。

（作者供职于山东省青岛市黄岛区中心医院）

甲亢能否被治愈

□ 房冠华

甲亢，全称为甲状腺功能亢进症。这一病症主要因甲状腺合成并释放过多的甲状腺激素，使得神经、循环、消化等系统兴奋性提高，机体代谢变得亢进。不少患者确诊甲亢后，精神负担沉重，觉得此病会伴随一生，且确有部分患者历经多年治疗仍未痊愈，导致生活质量下降。然而，甲亢并非必然是终身疾病、无法治愈。如今，医学技术迅猛进步，在甲亢治疗方面已取得突破性进展。只要进行科学且高效的治疗，甲亢是能够被完全治愈的。

治疗方法

当下，碘-131在甲亢治疗中展现出了出色的临床成效。其治疗原理是借助放射性物质作用于患者的甲状腺，杀死部分甲状腺

细胞，从而实现治疗目的。放射性碘能被甲状腺摄取，碘-131释放的β射线对甲状腺产生毁损作用，促使甲状腺滤泡上皮硬化，有效防止甲状腺激素分泌过量，避免相关症状出现。同时，这种治疗方式还能有力抑制甲状腺内淋巴细胞抗体的生成。

碘-131用于甲亢治疗，能起到与甲状腺次全切除手术类似的作用，因此在临床上被称为“不流血的手术”。不过，该治疗方法如果在应用时剂量把控不当，很容

易使甲亢复发，甚至使患者出现甲减（甲状腺减退症）。据调查，约90%的甲亢患者经碘-131治疗后，在不同时段转变为甲减。

康复方法

目前，怎样才能彻底治愈甲亢，让患者摆脱久病不愈的折磨，是临床学者重点关注的问题。随着医学研究的深入，发现甲亢发生的根本原因在于机体免疫功能紊乱。因此，针对甲亢的治疗，需要从人体免疫学角度出发，采取有效的方案。免疫因子联合疗法

就是针对甲亢的重要治疗方案，对促进甲亢患者恢复健康有着关键且积极的作用。

预防措施

除了要高度重视甲亢的治疗研究，更需要大力增强对甲亢疾病的预防性宣传。宣传的内容涵盖诸多方面，其一，尽可能减少含碘量高的食物的摄入量，从源头上规避甲亢的产生。其二，要定期进行甲状腺彩超检查，从而达到疾病的早发现、早治疗。在日常生活中，必须保持乐观积极

的心态，培养良好的饮食习惯，比如合理饮食，营养均衡；养成良好的生活习惯，保证充足的睡眠、作息规律；还有坚持良好的运动习惯，增强自身机体的免疫力，防止免疫功能出现障碍。与此同时，要懂得保持身心放松，合理释放压力，这样能有效降低甲亢的发生率。

总的来讲，甲亢的发生原因较为复杂。不过，随着临床医学的深入研究，该疾病并非毫无治愈的可能，经过规范化的治疗是能够痊愈的。与此同时，未患病的人群在日常生活中要切实做好甲亢的预防工作，以保持身体健康。

（作者供职于河南省民权县人民医院内分泌科）

肾结石的预防与治疗

□ 邱丽丽

在快节奏的现代生活中，肾结石这一健康隐患悄然影响着不少人的生活。肾结石，简而言之，就是尿液中某些矿物质和盐类在肾脏内异常聚集形成的固体结晶。它不仅可能引发剧烈的腰痛、血尿，长期忽视还可能损伤肾脏功能，甚至引发更为严重的并发症。因此，对于肾结石，人们应采取预防与治疗并重的策略，守护好我们的肾脏健康。

发病原因

饮食因素 高盐、高糖、高脂肪饮食，以及过量摄入富含草酸（如菠菜、坚果）、嘌呤（如肉类、海鲜）的食物，都会增加尿液中结石成分的含量。

水分摄入不足 体内水分摄入不足会导致尿液浓缩，增加结石形成的风险。

遗传因素 家族中有肾结石病史的人，患病风险较高。

疾病因素 如甲状旁腺功能亢进症、尿路感染等，也可能促进肾结石的形成。

预防策略

合理饮食 减少高盐、高糖、高脂肪食物的摄入量，适量增加富含纤维素的鲜蔬菜、水果（如西瓜、梨）等利尿食物，同时避免过量食用富含草酸的食物。食用前可将富含草酸的食物焯水，以减少草酸含量。保持营养均衡，适量摄入蛋白质和钙质，避免过

度节食。

充足饮水 每天饮水量应达到2升~3升，特别是夏季及运动以后，要及时补充水分，保持尿液清亮，稀释尿液中的矿物质和盐类，减少肾结石形成的机会。

适度运动 长期坚持适度运动，如散步、慢跑、游泳等，有助于促进体内新陈代谢，减少肾结石形成的风险。

定期体检 对于有家族病史或高风险人群，应定期进行尿常规、B超等检查，尽早发现并处理潜在的结石问题。

治疗基础疾病 如存在甲状旁腺功能亢进症、尿路感染等，应及时就医治疗，控制病情，减少结石诱因。

治疗方法

保守治疗 对于小于6毫米的结石，且无明显症状或症状较轻者，可采用保守治疗，如增加饮水量、服用排石药物、适度运动等，促进结石自行排出。

体外冲击波碎石术 利用高能冲击波聚焦结石，将其粉碎成细小颗粒，随尿液排出体外，适用于中等大小的结石。

输尿管镜取石术 对于较大或位置特殊的结石，可利用输尿管镜直视下将结石取出或粉碎后排出。

经皮肾镜取石术 在腰部建立一条通往肾脏的通道，利用肾镜直视下取石，适用于复杂或体积较大的肾结石。

肾结石虽然是一种常见疾病，但是通过科学合理的预防和治疗，是完全有可能将其控制在可控范围。预防是最好的治疗，保持健康的生活习惯，定期进行体检，是远离肾结石的有效手段。如果已经形成肾结石，也不必过分担忧，及时就医，遵循医生的治疗方案，多数患者都能获得良好的治疗效果，重拾健康生活。

（作者供职于山东省烟台蓬莱区登州街道社区卫生服务中心）

麻醉前的准备工作

□ 王桂雪

在医疗领域，手术是治疗许多疾病和恢复健康的重要手段。而麻醉，作为手术过程中不可或缺的一环，其安全性与有效性直接关系到患者的生命安全和手术效果。因此，麻醉前的准备工作显得尤为重要，其中，术前评估更是不可或缺的一环。下面，本文主要介绍术前评估的重要性。

术前评估

安全麻醉的第一道防线 术前评估，简而言之，就是在手术和麻醉实施前，对患者进行全面的身体检查、病史询问、实验室检查，以及特殊检查等，以评估患者的整体健康状况、手术耐受能力和麻醉风险。这一过程，如同为手术和麻醉搭建了一座稳固的桥梁，确保患者在手术过程中能够安全度过麻醉期，降低并发症的发生率。

术前评估的重要性 个性化麻醉方案的制定每个人的身体状况都是不同的，即使是相同的手术，不同的患者也可能采用不同的麻醉方案。术前评估可以帮助麻醉医生全面了解患者的身体状况，包括年龄、体重、既往病史、过敏史、药物使用情况等，从而制定出适合患者的个性化麻醉方案。这不仅能够提高麻醉效果，还能有效降低麻醉风险。

早期发现并处理潜在风险 术前评估的一个重要目的是发现患者可能存在的潜在风险，如心血管疾病、呼吸系统疾病、肝肾功能不全等。这些潜在风险如果不加以重视和处理，可能会在手术和麻醉过程中引发严重的并发症，甚

至危及患者生命。经过术前评估，麻醉医生可以及早发现并处理这些风险，确保手术和麻醉的顺利进行。

优化患者状态，提高手术成功率 术前评估还包括对患者的心态和生活习惯的评估。焦虑、紧张等负面情绪会影响患者的手术耐受能力和术后恢复。不良的生活习惯，如吸烟、酗酒等，也会增加手术和麻醉的风险。经过术前评估，麻醉医生可以与患者进行沟通，提供心理支持和健康指导，帮助患者优化身体和心理状态，提高手术成功率。

促进多学科协作，保障患者安全 在现代医疗体系中，手术和麻醉的成功率需要多学科紧密协作。术前评估不仅是麻醉医生的职责，也需要外科、内科等科室的共同参与。经过术前评估，各科室可以充分交流患者的病情和手术计划，共同制定适合患者的治疗方案，确保手术和麻醉过程中的每一个环节都能得到妥善处理，保障患者生命安全。

综上所述，术前评估在麻醉前准备中占据举足轻重的地位。它不仅是制定个性化麻醉方案的基础，更是发现潜在风险、优化患者状态、促进多学科协作的重要保障。因此，对于每一位即将接受手术的患者来说，术前评估都是必不可少的一环。经过全面的术前评估，医务人员可以为患者提供更加安全、有效的麻醉服务，确保患者能够在手术过程中顺利度过麻醉期。

（作者供职于河北省清河县中心医院）

放射医学与肿瘤筛查的关系

□ 徐守光

在医学领域，肿瘤的早期发现与治疗是提高患者生存率和生活质量的关键。而放射医学作为现代医学体系中的重要一环，利用专业的影像技术和诊断手段，在肿瘤筛查中发挥着不可替代的作用。

基础原理

X线检查 作为较早的影像诊断技术之一，X线检查利用投射X射线来观察人体内部组织和骨骼的情况。在肿瘤诊断中，X线检查可以观察肿瘤对骨骼的侵蚀及破坏程度，从而初步判断肿瘤的位置和形态。然而，X线检查对软组织肿瘤的诊断存在局限性，对早期肿瘤和部分深部肿瘤的诊断效果有限。

CT（计算机层析成像）扫描 CT扫描利用X线和计算机技术生成横断面图像，具有高分辨率和多平面重建的优势。CT扫描能够更加准确地显示肿瘤形态、大小、边界和钙化等特征，尤其适用于肺部、肝脏等部位的肿瘤诊断。

磁共振成像(MRI)检查 MRI以磁共振技术为基础，利用磁场和射频脉冲获取人体内部组织和结构的详细信息。MRI图像比CT扫描更加清晰，能够提供更为丰富的肿瘤内部结构信息，帮助医生判断肿瘤恶性程度。

PET-CT检查 PET-CT结合了正电子发射计算机断层显像(PET)和CT技术，能够同时提供肿瘤的功能状态（如代谢活性）和解剖结构信息。这种技术有助于医生更加准确地判断肿瘤的恶性程度和生长速度。

具体应用

肺部肿瘤筛查 X线检查和CT扫描是肺部肿瘤筛查的主要手段。CT扫描的高分辨率能够发现早期肺癌，甚至是一些直径小于1厘米的微小结节，从而有效提高肺癌的早期诊断率。

乳腺癌筛查 除了常规的乳腺触诊和超声检查外，MRI检查在乳腺癌筛查中也发挥着重要的作用。特别是高风险人群，如中年女性和有乳腺癌家族史的人群，MRI检查能够准确发现乳腺内的微小病变。

肝癌筛查 对于肝癌高发地区及有慢性病毒性肝炎的人群，B超、CT检查和MRI检查是常用的筛查手段。

消化道肿瘤筛查 内窥镜检查（如胃镜、肠镜）结合活检是消化道肿瘤筛查的重要手段。内窥镜可以直接观察消化道黏膜的色泽、血管纹理等，发现可疑病灶并进行病理切片检查，从而确诊是否患有肿瘤。

优势与挑战

优势 多数放射医学检查都是非侵入性的，对患者身体无损伤；能够清晰显示肿瘤的内部结构和形态特征，提高诊断的准确性；实时监测肿瘤生长、转移和复发等情况，为医生提供动态信息。

挑战 虽然现代影像设备的辐射剂量已经有效降低，但是长期或频繁接受放射检查仍然会对患者造成一定伤害；高质量的影像检查需要先进的设备和专业的技术人员，这对医疗资源的配置提出了较高要求；由于肿瘤的异质性和复杂性，即使是先进的影像技术也可能存在误诊和漏诊的情况。

综上所述，放射医学在肿瘤筛查中发挥着至关重要的作用。利用专业的影像技术和诊断手段，放射医学能够实现 对肿瘤的早期发现和精确诊断，为患者的治疗提供有力支持。然而，我们也应正视其面临的挑战，不断优化技术、提高设备性能、加强人员培训，以更好地服务于患者。

（作者供职于河南省信阳市新县县人民医院）